



水利工地卫生丛书

水利工地的妇幼卫生



水利工地卫生丛书
水利工地的妇幼卫生

河南省卫生厅水利卫生处编

河南人民出版社出版 (郑州市行政区第五路)

河南省书刊出版业营业登记证出字第壹号

河南第一新华印刷厂印刷 河南省新华书店发行

豫总书号: 2454

787×1092 1/32 • $\frac{5}{8}$ 印张 • 13,000 字

1960年5月第1版 1960年5月第1次印刷

印数: 1—2,095册

统一书号: T 14105 · 63

定价: (5) 0.07 元

前 言

我国广大妇女自从解放后，尤其是自人民公社化后，得到了彻底的解放。她们参加了工农业生产，也参加了水利建设。在水利建设工地上，她们与男子同样的推斗车，抬土上坝，不管天寒地冻，雨淋日晒，不论白天黑夜，都在辛勤地愉快地忘我劳动着。根据大跃进的经验，群众的干劲越大，党越要关心群众生活，党越是关心群众生活，群众的干劲也会越大。因此对于参加水利建设的妇女劳动大军及带入工地的儿童，做好妇幼卫生保健工作，具有重要的意义。在工作中，首先我们要紧紧依靠党的领导，认真贯彻党的妇女劳动保护的方针，积极进行党的群众路线，依靠群众，发动群众，把妇女卫生知识及科学技术交给群众。其次，劳动卫生要与人民生活水平结合起来，本着少花钱，多办事，不花钱，也能办事的原则，使群众乐于接受而拥护执行。另外，要与妇联、工会、爱国卫生运动委员会相结合，共同作好妇女劳动保护及儿童保健工作。水利工地的妇女劳动保护应该贯彻“关于人民公社若干问题的决议”中有关妇女健康的规定。这样，不仅保障了妇女的身心健康，并能发挥她们更大的劳动积极性，保证出勤率，使生产完成得更快更好。为此，我们特编写这部小册子，供各水利工地在妇幼卫生工作中的参考。由于水利工地的妇幼卫生工作还是一项比较新的工作，我们还缺乏经验，也没有适合的参考资料，加之时间仓卒，所以本书难免有不少缺点。希望大家及时提出意见，以便修正。

河南省卫生厅水利卫生处 一九六〇年一月

目 录

前 言

一、水利工地的妇女卫生	(1)
1. 建立妇女保健組織	(1)
2. 开展水利工地妇女卫生宣傳教育	(1)
3. 培养工地妇女保健骨干	(2)
4. 作好妇女民工的体格检查工作	(2)
5. 認真貫徹妇女經期中的劳动保护措施	(2)
6. 与工地有关部門搞好协作	(3)
7. 厉行增产节約，开展工地妇女保健工作	(3)
8. 經常检查工作，及时推广經驗	(4)
9. 培养妇女民工經期卫生习惯	(4)
10. 工地的妇女卫生設備	(6)
11. 預防工地妇女民工流产	(8)
12. 工地常見妇女疾病的防治	(8)
二、水利工地的嬰幼兒卫生	(14)
1. 嬰幼兒卫生习惯的培养	(14)
2. 嬰幼兒常見疾病的預防和护理	(15)
3. 嬰幼兒的輔助食品	(17)

一、水利工地的妇女卫生

1. 建立妇女保健組織

水利建設工地的妇女保健組織，首先要在当地党政領導下，可根据劳动組織形式及女民工人数而建立。在大型水利工地，女民工人数在1—2万以上，可成立妇女保健委员会，下設妇女保健所（站），再下設妇女保健組（股）。中型水利工地，女民工人数，有1,000—1,500人的，可設立妇女保健所（站）下設妇女保健組（股）。小型水利工地女民工人数有50—100人的可配备妇女保健員。妇女保健組織要有专职人員或兼職人員担任，必須做到层层有人負責，事事有人来管。

2. 开展水利工地妇女卫生宣傳教育

做好水利工地的妇女保健工作，要充分发动羣众广泛深入地开展宣傳教育。讲解妇女生理知識，及妇女具有經期、孕期、产期、哺乳期等生理特点，以及执行經期劳动保护的重要性。同时要讲解一些一般卫生知識及集体生活中要讲卫生的道理。把这些普通知識教給广大妇女羣众，使她們在劳动中把身体保护得更好，进一步發揮她們的生产积极性，在宣傳形式上可用三結合，三利用的方法：三利用，即利用广播筒，利用大、小會議，利用口头快板宣傳。三結合，即結合

各种會議，結合休息空隙，結合吃飯時間，進行宣傳。在宣傳教育中，要反復辯解，要不怕麻煩，要有耐心。辯解一些科學名詞，要用通俗的俗語來解釋，使廣大婦女羣眾可以听得懂，也乐于接受。^上

3. 培养工地妇女保健骨干

水利工地的妇女保健骨干，可在女民工当中推选具有高、初中文化水平，热爱妇女卫生工作，善于联系羣众的积极分子。在每10—50女民工中推选妇女保健員1—2人，每50—100女民工中可推选2—3人，进行短期訓練（两星期或一个月）。利用业余时间，以集体上課的方式，教給她們一般妇女生理知識、妇女卫生常識、經期卫生、常見妇女疾病的預防和措施。使她們掌握这些知識后，好推进妇女保健工作。

4. 作好女民工的体格檢查工作

水利建設工地，多从事重体力劳动，因此妇女在未出工以前，要做好体格檢查工作；到达水利建設工地以后，要进行一次体格复查。对有慢性病的妇女民工，如心脏病、腎脏病、結核病、年老体弱及怀孕妇女和患有子宫脫垂的妇女，辯明不能从事水利建設的道理，劝阻她們上工地。

5. 認真貫徹妇女經期中的劳动保护措施

健康的妇女，在月經期間可进行工作，但是要得到充分的睡眠和休息。因此，对水利工地的妇女民工在月經期必須貫徹“关于人民公社若干問題的決議”中有关保护妇女健康的規定：不做重活，不下冷水，不熬夜。因为妇女在月經期

間，盆腔充血，如果經期下冷水，受了冷的刺激，常常會引起經閉、痛經及各種月經不調的現象；做重活增加腹部壓力，也容易引起月經過多病，月經期常常身體疲勞，因此，要給以必要的休息，可以幫助恢復體力。

此外，可推行月經卡片制度及執行月經挂牌制度。婦女月經來潮以後，將月經卡片交給婦女保健員，使婦女保健員對有經期的婦女，可以進行勞動力的安排，“執行經期三調三不調”。這樣，不僅使經期婦女可以得到經期勞動保護，並且可以防止婦科疾病。同時要防止有些年輕婦女，身體好，在勞動中干劲足，有月經，懷了孕，常常是“滿不在乎”，或者“害臊”，不好意思掛，不願去掛月經牌。對於這些婦女，應耐心教育她們，告訴她們衛生知識，使她們了解保護婦女健康，就是為了持久的勞動，有了健康的體，才能有強的勞動能力。她們懂得這些道理後，也就會自覺地注意保護健康了。

6. 與工地有關部門搞好協作

在水利工地作好婦女衛生保健工作，要搞好各方面的協作。這是開展婦女保健工作的重要環節，首先應與婦聯密切配合，並和工會、除害滅病機構及愛國衛生運動委員會相結合，共同作好婦女保健工作。

7. 厲行增產節約，開展工地婦女保健工作

根據勤儉辦水利，勤儉辦一切事業的精神，開展水利工地的婦女保健工作。譬如婦女的衛生設備，可以因地制宜，就地取材而添置一些必需的設備。因此必須本着開動腦筋，

想办法，密切联系实际，少花钱，多办事，不花钱，也能办事的原则去进行工作。

8. 經常检查工作，及时推广經驗

妇女保健工作，也和其他卫生保健工作一样，也需要經常督促，定期檢查評比，組織參觀，召开現場会，开展紅旗竞赛等，及时总结經驗，交流經驗，推广經驗，来推进妇女保健工作。

9. 培养妇女民工經期卫生习惯

月經来潮，虽然是一种生理現象，但月經期間妇女在精神和身体兩方面对外抵抗力比較弱，如果不注意，就容易产生月經異常或引起疾病。以前很多妇女因为受着封建迷信的思想影响，对月經来潮缺乏正确的認識，不注意經期卫生，因此，有些妇女常患月經病。如痛經、白帶病等。有的人有了病又不从速医治，而使病患加重，造成痛苦。关于經期的卫生，我們要注意以下几个方面：

(1) 月經帶和月經墊：用布做成簡便合适的月經帶。月經帶的布最好是淺顏色，脏了可以着得清楚。月經帶在每次用过后，应用肥皂清洗干淨，并在太阳下面晒干，因为阳光有杀菌作用，或将月經帶在火上烤干，以便下次再用。有不少的妇女，由于怕难为情，常将月經帶放在阴暗隱蔽的角落里晾干，这是不妥当的。最好用柔軟而又吸水的草紙或月經布做月經墊。在經期中，要勤換月經墊。如条件許可，月經紙可用高压消毒器消毒，如沒有高压消毒器，可用蒸籠，进行消毒灭菌。但是不能用旧棉花、破烂布来做月經墊。

(2) 保持阴部清洁：月經来潮，是因为子宫受到身体内分泌素的作用，发生周期性变化的緣故。这种周期性的变化，主要是在子宫壁的最内层——子宫内膜层。行經时，这层子宫内膜就要剝落，因而在子宫内壁上，留下了一个广泛的創伤面。这时子宫颈管也有少許扩张。当月經来潮时，如果防护不周密，外来細菌很容易通过子宫颈管进入子宫内壁的創伤面，而造成子宫内膜炎，甚至引起輸卵管炎。有不少的妇女尚未养成在月經期內清洗外阴部的习惯，这是应该糾正的。在經期中，每天要清洗外阴部1—2次，并且要用溫开水洗。洗的时候臀部不可浸在水內，以免污水流入阴道，同时要将两大腿內側血迹洗淨，以免月經垫擦破皮肤，引起感染。

(3) 洗澡：月經期中，应用淋浴或擦浴，切忌坐入浴池內洗澡，以免污水流入阴道內。

(4) 飲食：月經期間，由于盆腔充血，胃腸道的功能，也可能受些影响，而有便秘或腹瀉的情况发生。因此月經期間应选择易于消化而又富于营养的食物。烟酒濃茶等都有刺激性，可能引起盆腔血管扩张，使月經過多和經期延长，故应忌用。

(5) 性生活方面：月經期中夫妇不能性交。因为男性外生殖器帶有很多細菌，月經期間性交可能把細菌帶入子宫，容易感染疾病，并使盆腔充血，将使月經過多和經期延长。

(6) 起居：月經虽然是一种生理現象，但是或多或少总有些不适症状。象精神不激，身体无力，腰痠、小腹脹等等。所以在月經期間，应有充分的休息和睡眠，还要注意衣服保暖，尤其是腹部和下肢要防止受涼。

(7) 精神方面：妇女在行經期間，情緒易于波动，精神也易于兴奋。因此不要过于激动，以免延长行經時間和引起月經過多的現象。

10. 工地的妇女卫生设备

水利工地的妇女卫生设备，可因地制宜，因陋就简，就地取材，装配一些卫生设备。

(1) 卫生室：一般每50——100人可設立一个或两个卫生室，以便女民工洗澡、冲洗外阴，儲存月經帶及月經紙以及处理月經紙的消毒。

(2) 洗澡房：冬季可設在厨房旁边，夏季可設在工棚附近，根据地区的条件，灵活掌握。

(3) 土制淋浴：用木桶或鉛皮桶或陶瓷的缸盛水，上接輸水管一根，蓮蓬头一个。（輸水管可利用旧車胎或竹管改制。蓮蓬头可利用旧鉛皮或廢鉄罐改制。）

(4) 外阴洗滌器：一般的搪瓷灌腸器，或陶器罐、沙罐、木制桶、鉛皮罐、竹器筒均可。

(5) 妇女月經牌：月經牌可分四种顏色，紅色、粉紅色、綠色、黃色。紅色代表月經期，粉紅色代表健康，綠色代表怀孕，黃色代表病期。如有些妇女民工不愿將月經牌挂在外面，可設置木箱，將牌子挂在箱子里面。

(6) 月經卡片：每一女民工需配备月經卡片一張(附图)。当月經来潮时，即可將月經卡片交給保健員，保健員將有經期的妇女民工名牌，挂在月經栏，帶工人員即可以根据各个妇女的身体健康情况調配劳动力。

× × 保健室

女工月經卡

姓 名

年 齡

已
未
婚

工作部門

1. 过去病史:

2. 过去月經史: 初潮

年 月

3. 妊 娠: 末次月經

年 月 日

4. 月經期有何不适:

5. 其 他: 妇科疾病

月經卡片正面

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
月																															
1																															
2																															
3																															
4																															
5																															
6																															
7																															
8																															
9																															
10																															
11																															
12																															

记录注意事项: 1. 正常月經划 V 2. 月經量少划 *, 中划 **, 多划 ***,
3. 經痛划 < 4. 月經腰痠划 Δ 5. 平时白带多划 ○ 6. 特殊情况
划 ※ 7. 月經来潮日期結束日, 都要做记录, 以便明了月經經
过时间

月經卡片反面

(7) 消毒設備：有條件的地方，可以配備小型高壓消毒器一個，沒有條件的地方，可買蒸籠一只，以便月經紙及月經帶的消毒。

(8) 廁所：以蹲式的為最好，坐式的容易感染疾病。

11. 預防工地婦女民工流產

為了保護第二代的成長及孕婦的健康，水利建設工地應劝阻懷孕的婦女上工，並返回後方生產。現將懷孕的現象及預防流產應該注意的地方，加以介紹。

怎樣診斷妊娠及預防流產：已婚的青壯年婦女，如果身體很健康，忽然月經停止，再加上有些噁心、嘔吐、胃口反常或精神疲倦，常常要小便等，可以認為是懷孕的現象。但也有人僅僅是月經停止，而無其他現象。婦女懷孕後，就不可以參加重體力勞動，因為在懷孕的前3——4月最容易引起流產。對於有數次流產病史的婦女，應詳細檢查身體，及早休息。

12. 工地常見婦女疾病的防治

在水利工地除做好婦女勞動保護工作外，對常見的婦女疾病，如月經失調、痛經、子宮脫垂、慢性子宮頸炎、滴蟲性陰道炎等，也要進行調查，發現患有以上疾病的，勸其從速治療。

現在將常見的幾種婦女疾病發病的原因、症狀，以及怎樣防治的方法，介紹如下：

(1) 月經失調：

青春發育以後，月經來潮為正常的生理現象。如月經來

得太少或太多，或因病而忽然停止，都属于病理现象。

①經閉和月經過少：

病因：經閉有属于生理性的，如在怀孕期和哺乳期的一定時間沒有月經。有的因气候及环境起了变化，也可以使月經停止。病理的經閉，如生急性傳染病，各种慢性的消耗病，如結核病、糖尿病，以及营养缺乏病，或盆腔內生肿瘤，內分泌失常等都能产生經閉。

症状：沒有月經，或經血量很少，或月經間歇時間很长。有的並沒有病状，但有的妇女常伴有头痛、腰痛、食欲不振、精神不爽等。

治疗：給病人作彻底的檢查，发现产生經閉的病理原因，只要把原发病治好，經閉的病状也会随之痊愈。单纯經閉而沒有其他病原的人，有时不需要治疗也可以好的。

药物治疗：服用甲状腺浸膏、当归及女性內分泌激素，都有治疗經閉的效果。

②月經過多症：

病因：少女初熟期間可产生月病过多，后来并不复发。老年常見的有子宮內膜炎及阴道炎等，中年妇女常見的有子宮外孕、先兆流产、子宮內遺留胎盤等妊娠残余組織、卵巢囊肿、子宮纖維囊或息肉，子宮內膜增生及盆腔組織发炎或急性傳染病，等等。

症状：行經時間延长，都血过多，两次月經間歇期不規則而过量的出血。

治疗：首先进行彻底檢查要找出病原，进行治疗。对于出血很多的急症病人，如子宮外孕，先兆流产、子宮內遺留胎盤妊娠残余組織等，需从速送医院进行手术治疗。以免貽

誤病人。對於出血不多的病人，可用內分泌藥物及中藥進行治療。

(2) 痛經：

病因：婦女在月經前或行經期中常有嚴重的下腹部疼痛，甚至不能做工。一般是由於子宮肌肉的痙攣收縮，或子宮口緊，經血排除不通暢，或子宮等器官有慢性炎症，以及盆腔內腫瘤，子宮後傾等而引起。

症狀：輕的只有下腹部輕微不適，較重的下腹部有痙攣性疼痛，有的伴有頭痛及精神疲勞現象。有的疼痛幾小時，或發生幾次後，自動消失，有的疼痛時間很長。

治療：①一般療法：保持大便通暢，要有適當的休息時間，要吃容易消化及富於營養的食物。在疼痛時用熱水袋作熱敷，可使疼痛減輕。②藥物療法：痛經病人，如疼痛劇烈時，可以服用止痛劑，如阿斯匹林，優散痛等藥片。中藥“當歸”對調經也有很好的效果，可以採用。

痛經的預防：①應加強婦女的衛生教育：首先必須使婦女對月經有正確的認識，了解月經是一種生理現象，不應該有疼痛，打消“經來必痛”的舊看法，對已痙攣的婦女更應加強衛生教育，以消除她的恐懼和錯誤認識。

②注意日常生活：飲食要有規律，不要過分吃飽，應多吃蔬菜使大便通暢，盡量避免吃有刺激性的食物，如酒、辣椒等。應該有適當的休息和充分的睡眠。

③其他應該注意的：分娩時要採用新法接生，並注意產後的休養，這樣就可以減少子宮位置不正常而引起的痛經。

④在經期中不要做重體力勞動。

(3) 子宮脫垂：

子宫的正常位置是在骨盆内，阴道之上，如果子宫位置下降，或者露出阴道口，这就叫子宫脱垂。

病因：大多发生在产后，其中以生过数次孩子的妇女较多。因经过数次生育以后，子宫韧带松弛，而发生脱垂，或因产后不慎，做了重体力劳动以后，子宫忽然脱垂，或因在生产时会阴裂伤，而没有及时缝好，也容易发生子宫脱垂。

预防方法：①妇女生育孩子一定要请助产士或接生员用新法接生，如会阴破裂，一定要及时缝好。生育过数次的妇女，一般都认为生孩子有经验，不需请人接生，这样很容易疏忽而使会阴裂伤。②产后必须有适当时间的休息，大概六星期左右，子宫可以复元。在休息时间，不能参加重体力劳动。③产后如恶露很长时间没有停止，或还没有减少，这时候要请医生看。假使子宫还没有复元，参加重体力劳动的会产生子宫脱垂。④产后大便不通，或有咳嗽，可以起床活动，多吃蔬菜，咳嗽要及时治疗。⑤生育过多的妇女，一定要劝告调节生育，防止生育过密，要不也容易产生子宫脱垂。⑥在水利工地，如有子宫脱垂的妇女，可劝阻上工，返回后方，改做其他轻微的体力劳动。

治疗：①对严重的子宫脱垂患者，可进行手术治疗。②中药及针灸疗法，可以得到很好的治疗效果。

(4) 白带：

病因：滴虫性阴道炎、子宫頸炎、淋病、子宫体肿瘤，以及全身的慢性疾病，如结核病、性交、手淫等，都可以引起白带增多。

症状：不同的病原，会产生不同的分泌粘液。如滴虫性阴道炎分泌物为黄色，其中常含有空气泡和点状的粘膜块，

并有辛辣的气味；急性淋病的分泌物則是膿性液；子宮腫瘤潰瘍分泌物常帶有血。子宮頸糜爛不但白帶增多，而伴有腰痛。

診斷：需取阴道分泌物在顯微鏡下檢查病原菌，檢查阴道及子宮頸有无潰瘍及糜爛。

治療：根據找出的病原，進行治療，比較妥善。

注意事項：①對因病而產生白帶的婦女，要積極從事治療。②在集體生活中，患者所用的腳盆、洗腳布以及洗滌褲子所用的用具，不可與其他健康的人合用，以免帶有傳染病的白帶感染給別人。

(5) 慢性子宮頸炎：

病因：有的由於流產處理得不適當，或分娩時子宮頸粘膜有裂傷，有的因淋病而引起炎症。

症狀：有的病人沒有症狀，有的可感到下腹部或腰背部不舒服，阴道分泌物過多而覺得身體不適，性交後可能有少量的出血。

預防：分娩時必須用新法接生，子宮頸口如有裂傷，應即縫合，防止子宮頸腔外翻和細菌的感染。

治療：可用高錳酸鉀液灌洗，或用中藥治療。治療期間，最好避免夫婦同房。

(6) 滴蟲性陰道炎：

病因：滴蟲性陰道炎的病原體是一種寄生在陰道內的鞭毛滴蟲。

症狀：滴蟲性陰道炎的主要症狀為陰道內有大量帶有特殊臭味，呈泡沫狀黃色的稀薄白帶，外陰部及會陰部因白帶刺激，亦可發炎，患者除感覺白帶甚多外，在陰道及會陰部

有灼痛及痒感。

診斷：除根据特殊之白帶外，还可进行化驗，寻找滴虫，①寻找滴虫方法如下：

取阴道分泌物少許，立即放在 75°F 的帶有生理盐水的玻璃片上，涂成稀薄液面，在显微镜下检查，即可看到活动的滴虫。

預防：在集体生活中，注意好个人卫生，不用公用脚盆、脚布、浴布，不要坐在浴池或浴盆内洗浴，要用淋浴或擦浴。不要用坐式厕所，要用蹲式厕所。如感染滴虫病以后，不可夫妇同房，因夫妇同房后，也可使对方受到感染。

治疗：①綜合疗法：用中藥杀滴丸及口服大黃合剂。②灭滴剛：用酸溶液冲洗阴道后，栓塞灭滴剛。

注意事項：①急性炎症期間先行消炎，待好轉后，再用葯物治疗，以免葯物刺激，使炎症加重。②对患者采取积极預防的措施，凡患者用物和衣褲、被褥等，应进行彻底煮沸消毒，并与健康者隔离。③治疗期禁止性生活，使患者得到适当的休息，这样可以保証炎症的早日愈合。④妊娠及月經期間应停止治疗，待产后及月經后，經過复查再开始治疗。