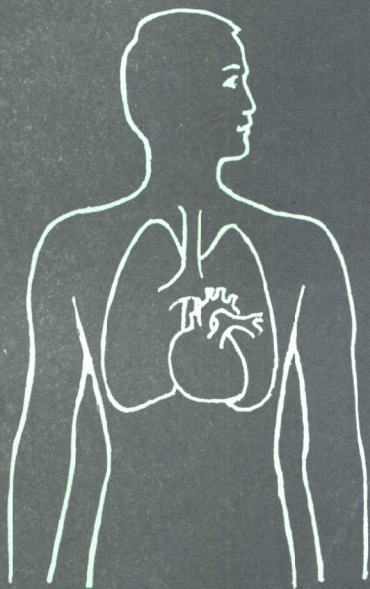




农用气象丛书



农家常见病与气象

气象出版社

农用气象丛书

农 家 常 见 病 与 气 象

曾强吾 李报国

气象出版社

内 容 简 介

农家的一些常见病与天气、气候有着密切关系，或者说它的发生与病情变化，深受气象变化的影响。我们怎样来认识这种影响？如何根据气象情况来预防疾病和保健？又如何正确对待这些疾病？本书将以问答形式，一一做出简要而明确的解释，以便帮助读者预防这些疾病、增进健康。

本书是一本实用、通俗的农村读物，适合广大农民阅读，也可供城参考。

农用气象丛书

农 家 常 见 病 与 气 象

曾强吾 李报国

责任编辑 张蔚材

* * *

高 索 出 版 社 出 版

(北京西郊白石桥路46号)

北京昌平环球印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 全国各地新华书店经售

* * *

开本：787×1092 1/32 印张：1.875 字数：38千字

1985年3月第一版 1986年3月第一次印刷

印数：1—4,400

统一书号：13194·0293 定价：0.39元

出版说明

一、《农用气象丛书》，是为了适合农民、农村专业户，以及农村和农业生产上的需要而组织编写出版的。这是一套实用而又通俗的农村读物，凡有小学或初中文化水平的读者，都能看得懂、照着做。

二、农业生产与天气、气候以及温、湿、风、雨等各种气象要素，息息相关。本丛书专门侧重解答有关这方面的具体问题，弥补一般农业技术书籍在这方面内容上的不足，使读者更集中地了解气象条件对农业的影响和作用，以便趋利避害，争取增产致富。

三、本丛书初定为40个选题，将陆续编辑出版。近期即将出版的有：《养鸡与气象》、《甘薯与气象》、《小麦与气象》、《农家常见病与气象》、《杂交水稻与气象》、《橡胶树栽培与气象》和《食用菌与气象》等。今后将根据生产发展情况和读者的需要与意见，不断扩大选题范围和做好修订再版工作。

四、本丛书在编写过程中，曾得到许多专家和科技工作者的帮助，谨此向有关同志致谢。

目 录

1. 什么是气象病? (1)
2. 什么是天气痛? (1)
3. “农民肺”是怎样感染的, 如何防治? (1)
4. 睡眠时, 腿受凉为什么会抽筋? (2)
5. 为什么年老体弱者不宜下冷水干活? (3)
6. 妇女月经期间怕着凉吗? 为什么经期不宜下冷水? (4)
7. “坐月子”的房间能开窗换气吗? (4)
8. 迎风流泪是病吗? (5)
9. 水土不服是怎么回事? 可以预防吗? (5)

一、 春 季

10. 为什么有人在春天得“花粉病”? (7)
11. 为什么说“茶花黄, 痴子忙”? (7)
12. 风癣是癣吗? (8)
13. 水温多高赤脚下水干活最适宜? (9)
14. 春困是病吗? (10)
15. 春天天气多变对患风湿病的人有什么影响?
..... (10)
16. 春季为什么容易咳嗽? (11)
17. 为什么春季容易出麻疹? (12)
18. “流脑”为什么容易在春季发生? (13)

二、夏 季

19. 中暑是怎样发生的? (14)
20. 中暑的简便急救办法有哪些? (15)
21. 经常打赤膊在阳光下劳动好不好? (16)
22. 什么情况下容易患稻田皮炎? (17)
23. 什么是暑热病, 怎样预防? (17)
24. “苦夏”是怎么回事? (18)
25. 炎热夏季为什么容易得眼病? (19)
26. 为什么夏天脚湿气反而严重? (19)
27. 夏天为什么容易长疖肿? (20)
28. 热天为什么容易生痱子? (21)
29. 劳动出了汗, 为什么不能马上洗冷水澡? ... (22)
30. 剧烈劳动后为什么不宜马上吃冰棒? (22)
31. 热天夜里为什么不宜在外面露宿? (23)
32. 为什么夏天不宜坐卧在潮湿的地方休息? ... (24)
33. 为什么说“夏不坐木”? (24)
34. 夏季为什么容易“拉痢”? (24)
35. 炎热季节为什么会发生“热邪”(乙脑)?
..... (25)
36. 盛夏怎样防“冷气病”? (26)
37. 夏季为什么不宜打蛔虫? (27)
38. 夏天为什么容易得肠道传染病? (28)
39. “风团”只在夏季发生吗? (29)
40. 梅雨季节要预防哪些疾病? (29)
41. 为什么水灾后要注意预防伤寒病? (30)
42. 食物在热天为什么容易变坏? 吃馊饭、馊菜

有何不好? (31)

三、秋 季

43. 秋季为什么容易发生“燥咳”? (31)

44. 秋季天气转凉时, 为什么要注意预防
气管炎? (32)

45. 秋季为什么多露肩风? (32)

46. 秋收季节怎样防止谷痒病? (33)

47. 秋冬季节为什么容易流鼻血? (34)

四、冬 季

48. 冬季有些女青年用冷水洗手时, 手指为什么
会苍白和痛痒? (35)

49. 为什么有些人一到冬天皮肤就发痒, 能够预
防吗? (36)

50. 冬天头皮痒是什么病? (36)

51. 为什么冬天皮肤容易脱皮? (37)

52. 冬天为什么皮肤会出现皲裂? 它与皴裂是不
是一回事? (38)

53. 寒冷时为什么人会发抖和起鸡皮疙瘩? (39)

54. 寒潮来时, 为什么会引起肢痛病? (40)

55. 为什么会生冻疮? (40)

56. 为什么不宜饮酒御寒? (41)

57. 冷风能吹歪嘴吗? (42)

58. 为什么冬季容易烂嘴角? (43)

59. 为什么受了风寒容易落枕? (43)

60. 冬季为什么易发生急性鼻炎? (44)

61. 寒冬腊月为什么要防中风? (44)
62. 冬季为什么有人手脚冰冷? (45)
63. 为什么会得雪盲? (46)
64. 冬天肚子容易饥饿是不是有病? (47)
65. 为什么“冬不坐石”? (47)
66. 为什么冬季要谨防婴幼儿窒息? (48)
67. 冬天老年人如何预防低体温症? (48)
68. 为什么冬天容易出现上呼吸道感染? (49)
69. 严寒天气容易诱发哪些疾病? (50)
70. 为什么气温突降时糖尿病加重? (51)
71. 煤气中毒是怎样发生的, 如何防止? (51)

1. 什么是气象病?

生活和生产环境中的气象条件,对于人们的健康,有着极为密切的关系。适宜的气象条件,能有益于人的健康;而不利的气象条件,容易使人得病。凡是由于冷暖、干湿、风雨等等天气与气候条件剧烈变化或持续刺激的诱发,使人发生和感染的疾病或导致病情加剧的疾病,统称为气象病,它是环境病的一种,(例如中暑、风湿性关节痛、雪盲症,冻疮等)。跟其它疾病一样,气象病也会给人们的生活和生产带来一定影响。因此,了解和认识气象病的发病原因及其防治的知识,对于保证身体健康,发展生产,具有十分重要的意义。

2. 什么是天气痛?

一般扭伤过筋骨的中老年人都有这样的经验,在天气变坏之前,伤处便会感到有些酸痛;身上留有伤疤的人,在天气变坏时,也有不舒适的疼痛感觉;至于风湿性关节炎患者的关节痛、手术刀口瘢痕疼、神经痛、慢性炎症的复发性阵痛等,则对天气的变化更为敏感。所有这些随着天气条件变化而发生的疼痛现象,在医疗气象学上统称为“天气痛”或“气象痛”。

临床医疗实践证明:当“天气痛”发生时,在显微镜下可以看到人体皮肤毛细管有淤血或血流迟缓及不畅的现象,而患者炎症性关节的组织功能紊乱,浮肿加剧,关节中滑液的粘度增加,疼痛和关节肿胀随之发生。

由于“天气痛”患者大都经常在高温、低温、高湿天气或冷凉水中等等不利条件或环境下工作、劳动,从而受到刺激或感染,所以,对于风湿病病人的护理要特别注意保温和降湿等工作。

3. “农民肺”是怎样感染的,如何防治?

“农民肺”又叫“过敏性肺”,俗称“打谷人肺”、“收割人

肺”。它可分为急、慢性两种类型。急性农民肺起病急骤，表现为体温38—39℃的发烧、头痛、乏力、干咳等症状；严重时则气促，痰中带血，常被误诊为感冒。慢性农民肺除咳嗽气促外，其余症状不明显，很容易误诊为慢性支气管炎。

农民肺的感染，主要是由于气象条件引起的。在温度高、湿度大的多雨季节，稻草或麦秸等受潮后，在堆放储藏过程中发热霉变，使一种嗜热性放线菌得到大量繁殖，产生直径0.7—1.5微米的孢子体。当翻晒发热霉变的稻草或麦秸时，大量孢子体就飘扬在晒草场上空，孢子体多时每立方米空间竟达15—17亿个。农民在翻晒霉草时，通过呼吸每分钟就能将75万个左右的孢子体吸进肺内。这么多的孢子体吸进肺里以后，便会在终末支气管与肺泡交界处沉积起来，引起肺泡炎，即感染成农民肺。

这种外源过敏性肺泡炎，有时在收割、脱粒、清扫谷仓，以及用霉草进行副业加工等生产劳动中，或者在蘑菇房里作业，也能使人感染此症。另外，禽类饲养人员因受鸡、鸭、鸽等的排泄物、血液及羽绒感染也可致病。

农民肺患者发病时，必须立即脱离霉草粉尘环境，必要时采取给氧或静卧等对症处理措施，严重者应到医院治疗。

为了防止此病发生，在生产劳动中应注意：收获的禾草要晒干，防潮防霉；当发霉需翻晒时，应戴上防尘口罩，并尽量在上风方操作。在进入蘑菇房内工作之前，应先将通气门窗或洞孔打开，注意把房内废气排掉，并且每隔1—2小时需到房外活动休息一会。

4. 睡眠时，腿受凉为什么会抽筋？

如果腿受了凉，有时会引起抽筋。这是因为在小腿后面“腿肚子”上有两条坚实有力的肌肉，其中浅层肌肉叫腓肠

肌，深层肌肉叫比目鱼肌，它们合在一起向下在小腿后面和腿腓相连接。在正常情况下，这两条肌肉的活动是受人的主观意志支配的，伸腿时它们便放松；弯腿时则收缩。但是小腿前面的肌肉恰恰相反，即每当小腿后面的肌肉收缩时，前面的肌肉就要对它进行限制。当人们入睡后，不小心将腿部露在被窝外面，如果受了凉，小腿后面的这两条肌肉就会不受主观意志的支配而自行收缩，这时小腿前面的肌肉也不能很好地对它加以限制。结果，小腿后面的两条肌肉就会收缩得很紧，象绷紧的绳索一样。由于肌肉过份收缩，而刺激神经便产生疼痛，这就是人们常说的抽筋或腿抽筋。当发生抽筋时，如果用手触摸这两条肌肉，还会感到硬得象长了疙瘩一样。

据观察统计，室内温度低于 15°C 时，就容易发生腿受凉抽筋。在寒凉的季节里，如室温较低，要预防腿抽筋。最简易的预防办法是，睡觉时要注意保暖，盖好被子，不让腿部露在外面受凉。对那些有腿抽筋毛病的人，最好是穿着长裤睡觉，在冬季寒冷时，可在被窝里放一个暖水袋或使用电褥子，提高了被窝内的温度，就不容易闹腿抽筋了。

5. 为什么年老体弱者不宜下冷水干活？

健康的人，在通常情况下，人体热量的收支是平衡的，保持着 $36-37^{\circ}\text{C}$ 的正常体温。如体表温度高于周围环境（包括水）的温度时，人体就会向周围环境散热，而使体表温度下降。同时，人体也不断通过体表皮肤毛孔向外排除水分，以调节体内的热量，来保持正常体温。下冷水干活时，由于健康人体内贮存着大量的热量，且具有充沛的活力，一般是能够适应的；但对年老体弱的人来说，由于体内贮存的热量相对较少，下冷水干活以后，人体还将向外界散发热量，造成生理机能大大减退，自然会经不住冷水的持续刺激。一旦

下冷水干活，就会因身体散热、体温的变化，导致身体更加虚弱，降低了身体对疾病的抵抗力。因此，对年老体弱者说来，应尽可能避免下冷水干活，以免惹病上身。

6. 妇女月经期间怕着凉吗？为什么经期不宜下冷水？

中青年妇女都知道，在月经期间，一不能受凉，二不能下冷水。这是有科学道理的。

月经的来潮，是生理上的调节现象，它受周围环境及生活条件的影响。因此，月经期间是妇女全身对外界环境抵抗能力比较弱的时候，容易感染疾病。如果在来月经时，长时间的受凉或下冷水干活，则气血遇寒冷便会引起凝滞不通，运行不畅。这样就很可能发生痛经、闭经、经期推迟或月经过少等病症。从生理上讲，行经时为使经血便于从子宫流出，子宫颈管一般都会出现松弛或微微扩张，细菌便容易侵入，致使生殖器官感染发炎。因此，经期不要游泳，也不宜坐在水里盆浴，最好是温水淋浴。为了保险起见，淋浴后最好用干净浴巾揩抹外阴部。

万一经期受了凉，出现痛经、闭经、经期推迟或月经过少等病症，可用艾叶（或苏叶）三钱*、生姜五片、加红糖煎汤当茶喝，来促使气血通畅，对病症有一定的疗效。

7. “坐月子”的房间能开窗换气吗？

妇女产后，大都身体虚弱；新生儿也还不适应初生后的环境，都需要有一个调理过程，所以，在坐月子期间，要注意卫生和防病，以保护妇婴健康。因此，人们有个传统习惯，就是特别注意避风，这是有一定道理的。可是注意避风并不是说要把门窗关得紧紧的。倘若门窗关严了，屋内空气与外面不流通，室内空气逐渐浑浊，则有利于病菌繁殖增多，因而诱发疾病。有人在屋子里做过观测，发现屋子在不开窗

的时候，每一米见方的空间里，有一万九千个病菌，而开窗通风以后，只有五千八百多个病菌了。所以，产妇在月子里应注意把窗子适当或定时打开，换换空气，尽量保持房间内空气新鲜。只是产妇的床位，必须放在既不直接被风吹，又能呼吸到新鲜空气的地方。因阳光有消毒作用，如果还能晒到太阳那就更好了。在夏季伏天坐月子时，产妇床位尤其需要既不当风，又保持室内空气流通新鲜，调节室内温度，以免中暑或受凉。

*一钱等于五克（全书均按此换算）

8. 迎风流泪是病吗？

在眼球的外上方有一个泪腺，它的功能是不断分泌泪液。泪液可使眼球经常保持湿润，使黑眼球透亮而能清楚地看东西。在正常情况下分泌出来的泪水，除蒸发一部分以外，便不断地由眼内的泪道流入鼻腔，而不会流眼泪。倘若泪液分泌过多或泪道变细或阻塞，就排出眼外，叫做泪溢。

泪溢与气象条件有着十分密切的关系，夏天温度高、蒸发快，泪液也因此而蒸发较多，故泪溢较轻。而到了冬季则相反，如果受到冷风刺激，泪道就会收缩，泪液就不能正常排泄，于是加重了流泪。冬季室外温度一般都比室内低，天气较冷，如果从房子里忽然走到室外，受到冷风刺激，泪腺分泌增多，而冷天蒸发慢，泪道变细，因此，眼泪积聚在眼内，就不自禁地不断流出来，这就是我们平时所说的“迎风流泪”。

轻度的迎风流泪是一种正常的条件反射现象，能在很快适应外界条件之后就消失了。但是比较严重的迎风流泪或其他原因（如沙眼）的流泪，就应当及时就医。

9. 水土不服是怎么回事？可以预防吗？

有些人刚到一个新地方生活，特别是当纬度、经度或海拔高度相差较大时，初始常有不舒适的反应，甚至有腹泻、头晕、头痛、胃口不佳等症状，群众称这种现象为水土不服。

引起水土不服病症的原因，主要是换了地方，换了个气候环境的缘故。如生活在低海拔地方的人，换到3000米以上的高海拔处居住，就会因为气压低和氧气减少而引起呼吸次数和脉搏次数增加，随后出现头痛、倦怠、鼻出血、精神迟钝等症。有时即使是新的环境距离原地不太远，也会由于地形气候，甚至因小气候的差别，引起水土不服。例如湖南省安化和沅江两县，距离不过100多公里，因修水库有许多人从安化县山区迁移到沅江县湖区定居。初建家园时，就有一些人出现过胸闷、腹胀等症状。有意思的是，十六年以后，适应了湖区湿闷的气候，移民回安化老家探亲时，却对山区阴凉的气候环境不适应了。可见水土不服从某种意义上来说，是对气候环境的一个适应过程。

有些环境病学者指出，引起水土不服的另一个重要原因，是由于不同地方的食物和饮用水中，所含矿物质不同的缘故。

如果单纯由气候原因引起的水土不服，只需适应一段时间就会自然而然习惯的。如果是由于各地水土中所含的化学元素的成分与含量不一样而引起的反应，则可带一些原住地区的乡土产品，来新住地区食用，帮助作过渡性适应。

一、 春 季

10. 为什么有人在春天得“花粉病”？

许多疾病的感染或诱发都与花粉有极为密切的关系。这种由花粉过敏原而感染或诱发产生的变态反应性疾病，医学上称为“花粉病”。

春天，风和日暖，是百花齐放的主要季节。当花粉散落时期，花粉就会随风满天飞舞，有的人吸了花粉就会咳嗽、气喘；有的粘到人眼的粘膜上，会使人流泪，长眼屎，或发痒，如若用手揉，还会引起眼病发生。所以，对于花粉病要引起重视。有的国家，如同预报天气一样，每天都公布花粉数。为的是提醒那些吸入花粉引起气喘的人注意预防。根据有关资料统计，过敏性哮喘病人的病情加重与复发，就与飘落在空气中的花粉有极密切的关系，并是这种病的重要过敏源。

预防花粉病的办法是：凡有花粉病史的人，特别是小孩，要注意保暖莫受凉，出外要戴口罩，尤其是春暖花开的天气，要少接近或避免接近花卉和开花的树、草。

11. 为什么说“菜花黄，痴子忙”？

“菜花黄，痴子忙”，是我国江南农村广泛流传的一句谚语。它说明江南地区油菜开花的季节，是精神病患者（即痴子）六神不定，坐卧不安，病情复发率很高的时期。因为春天一到，人的喜怒哀乐情绪亦开始随之活跃，稍受天气变化等外界环境因素影响或刺激，就很容易激发各种各样的喜怒哀乐情绪。譬如：气温高于26℃，相对湿度大于70%时，

人的精神就会感到疲惫，心情也容易烦躁和发怒；当大气压力下降，天气沉闷时，人的精神常陷入不知所措、沮丧和抑郁状态，表现出六神不定，儿童还可能产生骚动、哭、吵现象。这是气象条件变化对正常人产生了影响的征兆。而精神病患者对气温、湿度和气压等气象条件的反应更为敏感，并且，对不同天气有不同的表现：有时，精神分裂症病人，表现出烦躁情绪，容易激怒、骚动、常发生冲动性的行为；有时，精神分裂症患者则又表现较为安定，出现木僵状态。作者对湖南益阳地区精神病院和宁乡县精神病院近五年来的入院率进行了统计，以3—5月为精神病复发率最高时期，并以4月为最高月，这时正值江南地区的油菜开花期（当地中熟型油菜开花的初期3月上中旬，盛期3月底，终期4月中旬）。另外，在长江流域一带，4月初，桃花始开，当地群众把这段时间发病率较高的精神病，称为“桃花癫”。也与“菜花黄，痴子忙”的说法相类似。可见，春天反复无常的天气，对精神病的影响是比较明显的。因此，要根据季节和天气变化，对精神病人加强护理。

12. 风癣是癣吗？

春天，常见有些青少年的皮肤上，特别是脸上，出现大小不一的圆形斑。它最初是淡红色，边缘有小丘疹，渐渐转为灰白色，伴有瘙痒感觉，用手抓痒，还有白色鳞屑落下，医学上叫它做“白色糠疹”或“脸部糠疹”。它是怎样引起的呢？

原来，初春正是多风、干燥的时期，由于皮肤干燥，风癣病菌就附着在皮肤上繁殖起来，因而感染所致。临床观察表明：日平均气温10—13℃，空气干燥，相对湿度在75%以下，而且在四级以上的春风吹拂下，这种病菌最容易在皮肤上繁殖。但这种菌和癣的霉菌毫不相干，所以它不是癣，

而是疹。这种风癣，多在桃花盛开季节发生，所以又叫桃花癣。北方地区初春气候比南方干燥，因此风癣多流行在北方地区。

感染了风癣，千万不能用癣药水涂搽，因为癣药水含有大量的再制剥脱剂，很可能留下瘢痕。

预防的办法是在容易发生风癣的春季，注意保持皮肤湿润和清洁。如果出现了风癣症状，可涂用风癣霜。

13. 水温多高赤脚下水干活最适宜？

在稻作地区，春耕生产时常要下水劳动。那么，赤脚下水干活最适宜的水温是多少呢？

要回答这个问题，要先来看看气温、体温和脚的温度之间的一些关系。正常人的体温为 $36-37^{\circ}\text{C}$ 。如果早晨气温为 15°C 时，赤脚表面的温度则只有 30°C 左右；到了白天，脚掌表面的温度还会继续下降到只有 $20-21^{\circ}\text{C}$ ，而脚后跟表面温度虽然可以高一点，但也只有 22.5°C ，可见赤脚表面的温度比气温和体温都要低。但是如果脚温降到 $12-15^{\circ}\text{C}$ 时，就容易导致感冒等疾病的发生。当气温在 10°C 以下时，如果把脚长时间静止地浸泡在水里，还会有冻伤现象发生。如果在水田里耕作劳动，由于劳动或活动能产生热量，一般中等强度的劳动所产生的热量为3—5迈特（每小时每平方米皮肤产生50千卡*热量为1迈特），则不会有冻伤现象发生，但却显得寒凉刺骨，并且皮肤也发红，这是由于皮肤下的小血管遇冷收缩，使血液不畅通的缘故。当皮肤发红之后，还会感到发痒和刺痛。如果对这种情况不注意，就容易引起脚抽筋，甚至引起关节炎。可见，掌握赤脚下水的适宜温度，对保护劳动者的健康十分有利。一般以水温 11°C 为可以下水劳动的温度，而水温 13°C 、气温 14°C 为适宜下水的温度。