

“三个代表”进农家丛书

卫生

进家



家

家净

主编
杨福平



中原农民出版社

“三个代表”进农家丛书

卫生

进家



家

家净

主编
杨福平

中原农民出版社

图书在版编目(CIP)数据

卫生进家家净/杨福平主编. —郑州:中原农民出版社, 2002.7
(“三个代表”进农家丛书)
ISBN 7-80641-521-1

I. 卫… II. 杨… III. 农村卫生 - 普及读物
IV. R127-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 026906 号

出版社: 中原农民出版社

(地址: 郑州市经五路 66 号 电话: 0371-5751257

邮政编码: 450002)

发行单位: 全国新华书店

承印单位: 河南第一新华印刷厂

开本: 890mm × 1240mm

A5

印张: 3.75

插页: 1

字数: 80 千字

印数: 1-20 000 册

版次: 2002 年 7 月第 1 版

印次: 2002 年 7 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80641-521-1/D·014 定价: 9.00 元

丛书创编委员会

顾问	张春香	赵武安		
主任	杨福平			
副主任	赵海峰	岳希忠	李俊鹏	王秀业
成员	高明超	吴建仁	路旭兴	陈向阳
	张海燕	段红献	刘 勇	郭 晓
	郭旭娟	安丰铭	赵建勇	申松灿

展望新世纪的艰巨任务和光明前途，我们党要继续站在时代前列，带领人民胜利前进，归结起来，就是必须始终代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。

——江泽民

序 言

新郑市委、市政府在组织开展农村“三个代表”学习教育活动中，为了把“三个代表”重要思想贯彻落实到千家万户，从当地经济社会发展的实际出发，结合广大农民的需求，编写了这套“‘三个代表’进农家”丛书，这是一件很有意义的事情。

“三个代表”重要思想作为新时期我们党和国家改革发展的根本指针，具有很强的科学性、针对性和指导性。全面贯彻落实“三个代表”重要思想是一项长期而重要的任务，也是丰富多彩的具体实践活动。我省地域广阔，各地情况差异较大，贯彻落实“三个代表”重要思想一定要从实际出发，根据经济社会发展的现状，因地制宜地做决策、定政策，创造性地开展工作；一定要选好载体，创新方式，使广大干部群众喜闻乐见，易于掌握；一定要面向群众，做好理论武装工作，使其深入人心，转化为强大的精神动力和物质力量。我省是一个以农民为主体的人口大省，一定要着眼于解决当前农业发展存在的突出问题，着眼于提高广大农村基层干部的整体素质，着眼于维护和发展广大农民的根本利

益，采取切实可行的措施，努力把“三个代表”要求落实到农业发展、农民增收、农村稳定等项工作中。省委、省政府决定用三年时间分批派遣省、市、县、乡机关干部进驻一万多个贫困村帮助工作，就是为了更快地用“三个代表”重要思想武装广大干部群众，推动农村贫困地区实现跨越式发展。一年多的实践充分证明，干部驻村符合民意，富有创意，是完全必要的，也是行之有效的。各地在贯彻落实“三个代表”重要思想的实践中，也都联系实际，探索出了许多好载体、新路子，积累了许多好经验，必将有力地推动全省“三个代表”重要思想的贯彻落实向广度和深度发展。

中原农民出版社出版、列入新闻出版总署迎接党的“十六大”重点图书选题的“‘三个代表’进农家”丛书，用简明的文字和图画，全方位、多角度地介绍了农村“两个文明”建设的最新成果和实用知识，既是广大农村实践“三个代表”重要思想的阶段性总结，又是指导干部群众特别是基层干部群众进一步身体力行“三个代表”的好教材，具有以下几个显著特点：一是内容丰富，涵盖了与农村经济社会发展密切相关的政策、法律、文化、卫生、科技等各个重要方面，从基本知识到先进典型，从释疑解感到操作应用，从经济发展到文化建设等，都比较翔实，使广大干部群众学有榜样，赶有目标，进有方向，从一定意义上讲，是目前“三农”工作的小百科全书。二是简洁实用，没有套话、空话和大话，紧贴农村经济社会发展的实际，直截了当地

回答了基层干部群众关心的许多热点难点问题，广大农民朋友看得懂、用得上。三是生动形象，文字表述活泼，漫画插图精美直观，图文并茂，相得益彰，寓知识性于趣味性之中。需要指出的是，由于受时间、实践等条件的限制，该丛书不可避免地存在一些缺陷和不足，比如个别观点的提炼还不够精当，少数篇章的逻辑结构还不够严密等，这些都需要在不断总结人民群众实践“三个代表”重要思想取得的丰富经验基础上，逐步修订、完善。

编写和出版这套丛书是一项富有成效的创造性劳动，不仅有利于促进农村的改革发展和稳定，而且有利于维护广大农民群众的切身利益。相信这套丛书的出版对于提高农村基层干部和农民的素质，推进农村物质文明、精神文明和政治文明建设，一定能够起到积极的作用。



2002年8月1日

（作序者为中共河南省委副书记）

目 录

★农村卫生发展方向

创建卫生村镇的标准是什么 /2

合作医疗的主要形式有哪些 /3

农村的“两管五改”是什么 /4

★农村环境卫生

粪便无害化处理的方法有哪些 /6

怎样修建卫生厕所 /7

水传播的疾病有哪些 /8

怎样选择水源 /9

★个人家庭卫生

农村居民个人卫生要求有哪些 /11

农民家庭卫生要求有哪些 /12

喷施农药要注意什么 /13

如何安全使用农药 /14

农民能卖熟食吗 /15

怎样购买放心的食品 /16

洗餐具污垢的方法有哪些 /17

怎样防治寄生虫病 /18

怎样预防和控制龋病和牙周疾病的发生 /19

治疗感冒简易妙法有哪些 /20

怎样谨防养鸡职业哮喘病 /21

高血压病诊断标准及有效防治方式是什么 /22

得了冠心病怎么办 /23

求神拜佛能治好病吗 /24

★妇幼保健

新婚夫妇如何避孕 /26

产后及哺乳期如何避孕 /27

已生育夫妇如何避孕 /28

更年期妇女如何避孕 /29

如何正确选择生育时间 /30

孕妇在产前要注意什么 /31

妇女怀孕时应怎样保证合理营养 /32

农药对生育力有哪些影响 /33

近亲结婚有什么危害 /34

住院分娩的好处有哪些 /35

如何顺利度过更年期 /36

母乳喂养的好处及注意事项有哪些 /37

儿童生长发育过程中父母应注意什么 /38

婴儿出生后为什么要接种疫苗 /39

婴幼儿发生腹泻时应怎样对待 /40

当小儿出现咳嗽与感冒时父母应做些什么 /41

怎样预防儿童肺炎 /42

怎样预防儿童贫血 /43

怎样预防儿童佝偻病 /44

怎样消灭脊髓灰质炎（小儿麻痹） /45

★生活方式卫生

什么是生活方式病 /47

赌博对身体有哪些危害 /48

吸烟有什么危害 /49
为什么饮酒要适量 /50
怎样预防糖尿病 /51
遇到难题躺下思考有什么好处 /52
捶背对健身有什么好处 /53

★饮食卫生

怎样安全吃蔬菜 /55
不宜多吃的十种食物 /56
肝炎病人为什么不能食用蟹 /57
人体必需的十种营养素 /58
补药是补品吗 /59
为什么腌菜要腌透再吃 /60
我国的“大豆行动计划”内容是什么 /61
怎样合理安排一日三餐 /62
饥不择食有什么危害 /63
有胃病的人在饮食上应注意什么 /64
空腹状态下不宜食用哪些食物 /65
为什么不要吃太烫的食物 /66
怎样预防食物中毒 /67
为什么不能吃病死的牲畜、家禽 /68
为什么不能食用发芽的土豆 /69
为什么豆角要炒熟吃 /70
霉变甘蔗不能吃的原因为什么 /71
怎样保存食物 /72
适量食用碘对人体有什么好处 /73
怎样正确使用碘盐 /74
食盐为什么要适量 /75

怎样食用植物油 /76

★传染病防治

什么是传染病 /78

怎样预防肠道传染病 /79

怎样预防病毒性肝炎 /80

流行性感冒的症状及防治措施有哪些 /81

怎样防治“红眼病” /82

细菌性痢疾怎样防治 /83

伤寒和副伤寒的预防措施有哪些 /84

怎样预防呼吸道传染病 /85

怎样防治肺结核 /86

艾滋病的传播途径有哪些 /87

怎样预防猩红热 /88

预防流行性乙型脑炎措施有哪些 /89

什么是流行性出血热 /90

怎样防治鼠疫 /91

怎样预防布氏菌病 /92

怎样预防狂犬病 /93

什么是疥疮 /94

★意外伤害防治

如何预防肌肉骨骼损伤 /96

创伤的处理方法有哪些 /97

毒蛇咬伤的救治方法是什么 /98

烧烫伤的应急处理方法是什么 /99

触电的急救方法及预防措施 /100

溺水的救治方法是什么 /101

怎样治疗和预防中暑 /102

怎样处理预防煤气中毒 /103

眼、耳、喉咙异物应急处理方法是什么 /104

★卫生进家载体



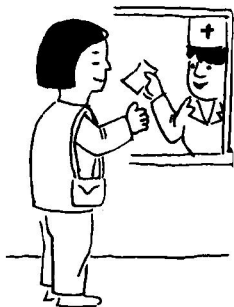
创建卫生村镇的标准是什么

为了提高农村卫生整体水平，大力推进农村卫生工作，促进两个文明建设，1997年全国爱国卫生运动委员会（简称全国爱卫会）决定在全国范围内开展创建国家卫生村镇活动，并下发了《国家卫生村镇考核标准》。其内容有10项：（1）组织管理。（2）健康教育。（3）环境卫生。（4）卫生基础设施。（5）环境保护。（6）公共场所及饮用水卫生。（7）食品卫生。（8）防害防病。（9）单位和居民区卫生。（10）群众评价。卫生村的考核及评分标准由各省、市、自治区制订。



合作医疗的主要形式有哪些

挂号



一是“保小不保大”：在门诊看病费用减免，住院费用减免不多。二是“保大不保小”：住院看病减免，平时小病看门诊不减免。三是“保一定比例”：无论是在门诊看病，还是住院，都可以报销一定比例（如10%）的医疗费。四是“门诊合医不合药，住院保一定比例”：在门诊

看病免收挂号费、治疗费，药费自理；住院病人可以报销一定比例（如30%）的医疗费。五是“合医部分合药，住院保一定比例”：在门诊看病免收挂号费、治疗费，同时可以报销一定比例（如50%）的药费；住院的可以报销一定比例（如30%）的医药费。六是“保大又保小”：无论门诊、住院医药费全部或大部分报销。

药房



农村的“两管五改”是什么

“两管五改”是开展农村爱国卫生工作的重要内容。两管是指管水、管粪，五改是指改良水井、厕所、畜圈、炉灶、环境。人们生活离不开饮水，如果喝不卫生的水，人的健康会受到损害，会发生中毒和疾病。水井要有井台、井盖、排水沟、公用水桶，要远离厕所、畜圈、垃圾堆等污染场所。改厕就是要改造旧厕所，建造符合卫生要求的卫生厕所。粪便中有多种可使人生病的细菌、病毒和寄生虫卵，如果没有把粪便管理好，也会传播疾病，因此在农村一定要把饮水和粪便管理好。做到饮用水清洁卫生，粪便要进行无害化处理。畜圈位置要适宜，禽畜要圈养，要保持圈内清洁。炉灶要有排烟道，符合节省燃料的要求。改善环境包括村镇规划，整修道路，环境治理和绿化环境，不断提高农村的环境质量。

