



气象为新农村建设服务系列丛书



农村常见病

NONGCUN CHANGJIANBING

与

气象

YU QIXIANG

曾强吾 李建中 编著

气象出版社

气象为新农村建设服务系列丛书

农村常见病与气象

曾强吾 李建中 编著

气象出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

农村常见病与气象/曾强吾, 李建中编著. —北京:
气象出版社, 2008. 1

(气象为新农村建设服务系列丛书),

ISBN 978-7-5029-4371-4

I. 农… II. ①曾…②李… III. ①气候影响-健康②农村-
常见病-防治 IV. R122.2 R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 152809 号

出版发行: 气象出版社

地 址: 北京市海淀区中关村南大街 46 号

邮政编码: 100081

网 址: <http://cmp.cma.gov.cn>

E-mail: qxcbs@263.net

电 话: 总编室 010-68407112, 发行部 010-68409198

总 策 划: 刘燕辉 陈云峰

策划编辑: 崔晓军 王元庆

责任编辑: 崔晓军

终 审: 陆同文

封面设计: 郑翠婷

责任技编: 刘祥玉

责任校对: 牛 雷

印 刷 者: 北京昌平环球印刷厂

开 本: 787 mm×1 092 mm 1/32

印 张: 3

字 数: 67 千字

版 次: 2008 年 1 月第 1 版

印 次: 2008 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1~5 000

定 价: 6.00 元

本书如存在文字不清、漏印以及缺页、倒页、脱页等, 请与本社发行部联系调换

·《气象为新农村建设服务系列丛书》

编 委 会

主 编：刘燕辉

副主编：陈云峰

编委（以姓氏笔画为序）：

王元庆 李茂松 陆均天

郑大玮 郭彩丽 崔晓军

序

● 我国是一个农业大国,农村经济和人口都占有相当大的比例,没有农村经济社会的发展,就没有整个经济社会的发展,没有农村的和谐,就难以实现整个社会的和谐。党的十六届五中全会提出了建设社会主义新农村的战略部署,这是光荣而又艰巨的重大历史任务,成为全党全国人民的共同目标。农业安天下,气象保农业。新中国气象事业始终坚持为农业服务,几代气象工作者为我国农业生产和农业发展努力做好气象保障服务,取得了显著的成绩,得到了党中央、国务院的充分肯定,得到了广大农民的广泛赞誉。建设社会主义新农村对气象工作提出了新的更高的要求,《中共中央 国务院关于推进社会主义新农村建设的若干意见》(中发〔2006〕1号)明确提出,要加强气象为农业服务,保障农业生产和农民生命财产安全。《国务院关于加快气象事业发展的若干意见》(国发〔2006〕3号)也要求,健全公共气象服务体系、建立气象灾害预警应急体系、强化农业气象服务工作,努力为建设社会主义新农村提供气象保障。为此,中国气象局下发了《关于贯彻落实中央推进社会主义新农村建设战略部署的实施意见》,要求全国气象部门要围绕“生产发展、生活宽裕、乡风文明、村容整洁、管理民主”的建设社会主义新农村的总体要求,按照“公共气象、安全气象、资源气象”的发展理念,积极主动地做好气象为社会主义新农村建设的服务工作。要加强气象科普宣传力度,编写并发放气象与农业生产密切相关的教材;要积极开展新型农民气象科技知识培训,大力提高广大农民运用气象

科技防御灾害、发展生产的能力;要开办气象知识课堂,定期、不定期对农民开展科普培训;要加强农村防灾减灾和趋利避害的气象科普知识宣传,对学校开展义务气象知识讲座,印制与“三农”相关的气象宣传材料、科普文章和制作电视短片等。

• 气象出版社为深入贯彻落实中国气象局党组关于气象为社会主义新农村建设服务的要求,结合中国气象局业务技术体制改革,积极推进气象为社会主义新农村建设服务工作,并取得实实在在的成效,组织全国相关领域的专家精心编撰了《气象为新农村建设服务系列丛书》。该套丛书以广大农民和气象工作者为主要读者对象,以普及气象防灾减灾知识、提高农民科学文化素质和气象工作者为社会主义新农村建设服务的能力为目的,行文通俗易懂,既是一套农民读得懂、买得起、用得上的“三农”好书,又是气象工作者查得着、用得上的实用服务手册。

中国气象局局长

郑国光

2007年5月

目 录

1. 什么是气象病	(1)
2. 什么是天气痛	(1)
一、春季常见的气象病	
3. 春季为什么是疾病多发季节	(3)
4. 春困是病吗	(3)
5. 春捂能防病吗	(4)
6. 春天为何有人易得“花粉病”和“蚕豆病”	(5)
7. 为什么说“菜花黄,痴子忙”	(6)
8. 风癣是癣吗	(7)
9. 春季天气对风湿性关节炎患者有什么影响	(7)
10. 春季为什么易咳嗽	(8)
11. 流脑为何易在春季发生	(9)
12. 春季为何易出麻疹	(11)
13. 春季注意防感冒、流感	(12)
14. 什么是禽流感	(13)
15. 注意预防非典型性肺炎	(15)
16. 水温多高赤脚下水干活最适宜	(15)
17. 年老体弱者不宜下冷水干活	(16)
18. 妇女月经期间不宜下冷水	(17)
19. 什么是烂裆病	(17)

二、夏季常见的气象病

- 20. 中暑是怎样发生的…………… (19)
- 21. 中暑的简便急救办法有哪些…………… (20)
- 22. 经常赤膊在阳光下劳动好不好…………… (21)
- 23. “苦夏”是怎么回事…………… (21)
- 24. 怎样预防暑热病…………… (22)
- 25. 什么情况下易患稻田皮炎…………… (23)
- 26. 脚湿气到夏天为何反而严重…………… (24)
- 27. 热天为何易生痱子…………… (25)
- 28. 热天为何易长疖肿…………… (26)
- 29. 夏天夜里不宜在室外露宿…………… (27)
- 30. 为什么说“夏不坐木”…………… (28)
- 31. 夏天不宜坐卧在潮湿的地方休息…………… (28)
- 32. 夏季为什么容易得眼病…………… (29)
- 33. 炎热季节为什么会发生“热邪”(乙脑)…………… (30)
- 34. 夏、秋季节为什么容易得细菌性痢疾…………… (31)
- 35. “风团”只在夏季发生吗…………… (32)
- 36. 夏天为何易得肠道传染病…………… (33)
- 37. 盛夏怎样防冷气病…………… (33)
- 38. 什么是干热风病…………… (34)
- 39. 梅雨季节要预防哪些疾病…………… (35)
- 40. 夏季为什么不宜打蛔虫…………… (37)
- 41. 劳动出了汗不宜马上洗冷水澡…………… (39)
- 42. 剧烈劳动后不宜马上吃冰棒…………… (39)
- 43. 在热天食物为什么容易变坏…………… (40)
- 44. 为什么水灾后要注意预防伤寒病…………… (40)

三、秋季常见的气象病

- 45. 如何正确理解“秋冻”…………… (42)
- 46. 秋季为何易发生“燥咳”…………… (42)
- 47. “秋乏”是病吗…………… (43)
- 48. 秋收季节怎样防止谷痒症…………… (44)
- 49. “农民肺”是怎样感染的,如何防治 …… (45)
- 50. 秋季为什么多露肩风…………… (46)
- 51. 秋冬季节为什么容易流鼻血…………… (47)

四、冬季常见的气象病

- 52. 为什么有些人易患冬痒病,能预防吗 …… (49)
- 53. 冬天头皮痒是病吗…………… (49)
- 54. 为何冬天皮肤易脱皮…………… (50)
- 55. 冬天皮肤为何皴裂,与皴裂是一回事吗 …… (51)
- 56. 迎风流泪是病吗…………… (52)
- 57. 冷风能吹歪嘴吗…………… (53)
- 58. 寒冷时为何人会发抖和起鸡皮疙瘩…………… (54)
- 59. 冬季为何有的人手脚冰冷…………… (55)
- 60. 有些女青年冬季用冷水洗手时手指为何会
苍白和痛痒…………… (55)
- 61. 为什么受了风寒容易落枕…………… (56)
- 62. 睡眠时,腿受凉为什么会抽筋 …… (57)
- 63. “坐月子”的房间能开窗换气吗…………… (58)
- 64. 为什么“冬不坐石”…………… (59)
- 65. 冬天肚子容易饥饿是不是有病…………… (59)
- 66. 为什么不宜饮酒御寒…………… (60)
- 67. 为什么冬季要谨防婴幼儿窒息…………… (60)
- 68. 冬天老年人如何预防低体温症…………… (61)

69. 寒潮来时为何会引起肢痛病·····	(62)
70. 冬季怎样防治烂嘴角·····	(63)
71. 为什么会生冻疮,怎样防治 ·····	(63)
72. 为什么会得雪盲·····	(65)
73. 冬季为什么易发生急性鼻炎,怎样防治 ·····	(66)
74. 冬天为何易出现上呼吸道感染,怎样预防 ·····	(66)
75. 为何气温突降时糖尿病加重·····	(68)
76. 寒冬腊月为何要防中风·····	(71)

五、其他

77. 水土不服是怎么回事,可以预防吗 ·····	(73)
78. 煤气中毒是怎样发生的,如何防止 ·····	(74)
79. 怎样预防和避免遭受雷击·····	(75)
80. 溺水的应急抢救措施·····	(76)
81. 怎样避免泥石流和崩塌危害·····	(77)
82. 如何预防农药、食物等中毒 ·····	(78)
83. 怎样预防触电·····	(80)
84. 怎样预防狂犬病·····	(81)
85. 如何预防鼠疫和流行性出血热·····	(81)
86. 怎样正确对待高血压·····	(82)
87. 病毒性肝炎的预防·····	(84)

参考文献 ·····	(86)
------------	------

1. 什么是气象病

生活和生产环境中的气象条件与人们的健康有着极为密切的关系。我国古代医学名著《内经》上说：“阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也，逆之则灾害生，从之则苛疾不起。”可见，适宜的气象条件，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。按照发病原因来分，可分为两种情况：一种情况是直接气象有关，即气象因素在一定条件综合影响下引起发病，如中暑、冻伤、雪盲、焚风病等；另一种情况是气象因素和天气影响疾病的复发和病情波动，或者通过病原体间接产生影响，如哮喘、风湿性关节炎、禽流感等。在民间常习惯分为两个方面：一方面凡是受气候影响的则称为季节病，如风湿热、花粉病、百日咳、流行性脑脊髓膜炎（简称流脑）、流行性腮腺炎（简称腮腺炎或流腮，俗称痄腮）；另一方面是受天气变化影响者则称气象病，如风湿痛、中风、神经炎、支气管炎、流感等。气象病同其他疾病一样，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知识，对于保证身体健康、发展生产，具有十分重要的意义；同时，建设新农村，强壮的身体是首要的。

2. 什么是天气痛

一般筋骨受过伤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”。国外一些学者则称之为“气象敏感”。

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，关节中滑液的黏度增加，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、高湿天气或凉水等不利条件或环境下工作、劳动，从而受到刺激或感染，所以，对于天气痛病人的护理要特别注意保温和降湿等工作。



一、春季常见的气象病



3. 春季为什么是疾病多发季节

春季是一年中气温、气压、湿度等气象要素变化最大的季节，也是疾病多发的季节。了解疾病的季节性，对弄清疾病的缘由和及时诊断有很好的作用。据资料统计，包括传染病在内的不少疾病（如急性胰腺炎、肺水肿、哮喘、溃疡、流脑、流感、流腮、猩红热、麻疹、百日咳等），季节性都非常明显。春天气温忽高忽低、骤升骤降，容易使人体植物神经中枢系统发生紊乱，进而导致调节功能失控，一些病菌、病毒乘虚而入，这是人们患病的主要原因，加之农村医疗设施和技术相对较差，所以农村的春季气象病是切不可忽视的。

民谚说：“春天孩儿面，一日有三变。”因此，提醒农民朋友根据春天的天气、气候变化特点，适时、适度增减衣服，一旦疾病发生，应及时治疗。

4. 春困是病吗

春天来临时，气温增高，这时人体还不能一下子适应季节交替的变化，人体与环境之间建立新的平衡需要一个过渡过程。同时，人的肌体为了散发多余的热量，体表的末梢血管便会舒张，使流向体表皮肤的血流量增加，于是，脑组织得到的血液量和氧相应减少，以致发生缺氧现象。这样，人们就会感到疲乏、发困。并且人体内的激素分泌也随季节变

化而变化，一般是冬季最强，春季最弱。这也是使人产生春困的原因之一。



医学界也有用生物钟来解释春困的，认为人体像一架复杂而又精密的“钟”，它每时每刻都在运转着。人们的兴奋和抑制、睡眠与觉醒、血管的收缩与舒张等生物节律，都受到“钟”的控制和影响。这种“钟”是同四季交替、昼夜变化等自然现象紧密相关的。初春，由于季节交替的变化，“钟”的节律发生暂时紊乱，肌体和外界之间一时难以适应，因而使人产生懒洋洋困倦的感觉。

春困是气象条件变化引起的，但只要我们精神振作，加强体育锻炼，多做户外活动，这种现象自然会减轻，甚至可以不受春季气象条件的影响，而不会懒洋洋的。

5. 春捂能防病吗

俗话说：“春捂秋冻”，颇有科学道理，“春捂”是说春天应不急于减衣服，而应捂着点好。

进入春季，暖空气活动频繁，冷空气活动也不示弱，就形成了冷暖气流交替变换明显的天气，乍暖乍寒变化也较快，这是春季多疾病的一个重要原因，所以民间流传有“好汉难过正二月”和“春冷透骨寒”的说法。春季，大自然万物生长，也为病菌的繁殖和传播创造了条件，百病乘虚而入，特别是呼吸道疾病频繁发生。如果一旦天气乍暖，就急于减衣服；而岂知紧跟着而来的便是乍寒天气；这样，由于人体机能不可能紧随乍暖天气进入“亢进”状态和紧随乍寒天气进入“收缩”状态，而出现失调，这种频繁的调整容易导致肌体疲劳，防病、抗病能力下降，自然就容易患病了。

了解了这些，我们就要遵循“春捂秋冻”的规律，注意

适时增减衣服。

6. 春天为何有人易得“花粉病”和“蚕豆病”

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

春天，风和日暖，是百花齐放的主要季节。在花粉散落时期，花粉就会随风满天飞舞，有的人吸了花粉就会咳嗽、气喘；若花粉粘到眼睛的黏膜上，会使人流泪，长眼屎或发痒，若用手揉，还会引起眼病发生；若是花粉进入鼻腔，则会使鼻腔发痒，甚至喷嚏连天等。所以，对于花粉病要引起重视。现在，有的电视台每天都公布花粉数，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，花粉是过敏性哮喘病的重要过敏原。

此外，秋天也有禾本科等的花粉，其浓度仅次于春季，因秋季冷空气势力加强，具有过敏体质的人也要无奈地经受着花粉的“煎熬”，患者常出现鼻痒和连续性的喷嚏、流涕、鼻塞、咳嗽、气喘等反应。

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。一旦出现花粉病症状时，可吃一些抗过敏的药物，严重时还应就近治疗。

再者，同花粉病一样，春天蚕豆开花或收获季节，有的人接触蚕豆花或吃了刚收获的新鲜蚕豆，也会出现一些过敏反应，特别是小孩的这种过敏反应较明显，这种症状称之为

“蚕豆病”。

7. 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情绪。譬如：气温高于 26°C ，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、吵等现象。这是气象条件变化对正常人产生影响的征兆。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，精神分裂症患者表现出烦躁情绪，容易激怒、骚动，常发生冲动性的行为；有时则又表现为较为安定，出现木僵状态。作者对湖南省两家精神病医院近 5 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在 3 月上中旬，盛期在 3 月底，终期在 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。

8. 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，医学上把它叫做“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，日平均气温为 $10\sim 13^{\circ}\text{C}$ ，空气相对湿度在 75% 以下，而且在 4 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。

此外，春风拂面还需防皮炎和“面瘫”，孕妇尤需防风疹。

9. 春季天气对风湿性关节炎患者有什么影响

入春以后，天气多变。在天气变化剧烈的时候，患有风湿性关节炎的人，常感到关节疼痛。这是为什么呢？

临床观察可见，每当天气骤冷，风湿性关节炎患者往往