

“十一五”国家重点图书出版工程

农村常见病 百问百答

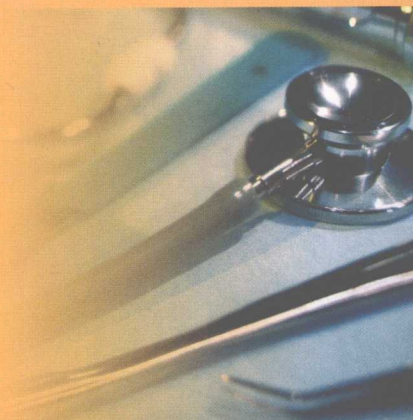


主编 李照金

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



“金阳光”新农村丛书



金阳光



“金阳光”新农村丛书

顾问：卢良恕

翟虎渠

农村常见病百问百答

组织单位 镇江市科学技术协会

主 编 李照金

副 主 编 孔汉良 朱朝阳

编 者 汪 勤 周科军 秦明美

包为政 杨建文

凤凰出版传媒集团

江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

农村常见病百问百答/李照金主编. —南京:江苏科学技术出版社, 2007. 11

(金阳光新农村丛书)

ISBN 978—7—5345—5578—7

I. 农... II. 李... III. 常见病—防治—问答
IV. R4-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007) 第 070681 号

“金阳光”新农村丛书 农村常见病百问百答

主 编 李照金
责任编辑 张小平
责任校对 郝慧华
责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京奥能制版有限公司
印 刷 江苏苏中印刷有限公司

开 本 787mm×1 092mm 1/32
印 张 4. 875
字 数 103 000
版 次 2007 年 11 月第 1 版
印 次 2007 年 11 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978—7—5345—5578—7
定 价 5. 50 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

建设新农村 培养新农民

党中央提出建设社会主义新农村,是惠及亿万农民的大事、实事、好事。建设新农村,关键是培养新农民。农村要小康,科技做大梁;农民要致富,知识来开路。多年来,江苏省出版行业服务“三农”,出版了许多农民欢迎的好书,江苏科学技术出版社还被评为“全国服务‘三农’出版发行先进单位”。在“十一五”开局之年,省新闻出版局、凤凰出版传媒集团积极组织,江苏科学技术出版社隆重推出《“金阳光”新农村丛书》(以下简称《丛书》),旨在“让党的农村政策及先进农业科学技术和经营理念的‘金阳光’普照农村大地,惠及农民朋友”。

《丛书》围绕农民朋友十分关心的具体话题,分“新农民技术能手”、“新农业产业拓展”和“新农村和谐社会”三个系列,分批出版。“新农民技术能手”系列除了传授实用的农业技术,还介绍了如何闯市场、如何经营;“新农业产业拓展”系列介绍了现代农业的新趋势、新模式;“新农村和谐社会”系列包括农村政策宣讲、常见病防治、乡村文化室建立,还对农民进城务工的一些知识作了介绍。全书新颖实用,简明易懂。

近年来,江苏在建设全面小康社会的伟大实践中成绩可喜。我们要树立和落实科学发展观、推进“两个率先”、构建和谐社会,按照党中央对社会主义新农村的要求,探索农村文化建设新途径,引导群众不断提升文明素质。希望做好该《丛书》的出版发行工作,让农民朋友买得起、看得懂、用得上,用书上的知识指导实践,用勤劳的双手发家致富,早日把家乡建成生产发展、生活宽裕、乡风文明、管理民主的社会主义新农村。

孙志军

(中共江苏省委常委、宣传部长)

目 录

一、农村常见病综述	1
二、农村常见病防治	6
1. 发现昏迷病人后怎么急救?	6
2. 怎样预防食物中毒? 食物中毒后如何处理?	7
3. 中暑了,怎么办?	8
4. 如何预防煤(沼)气中毒? 现场如何急救?	9
5. 发生溺水后该如何急救?	11
6. 触电后如何急救?	12
7. 蜂类蜇咬后如何处理?	13
8. 毒蛇咬伤后怎么办?	14
9. 农药中毒如何预防和处理?	15
10. 感冒主要有什么症状? 感冒了一定要打针吃药吗?	17
11. 如何防治慢性支气管炎急性发作?	18
12. 肺癌的早期症状有哪些? 哪些人易患肺癌? ...	20
13. 何为高血压? 高血压对人体健康有什么危害?	21
14. 高血压病人选择降压药物时要注意些什么? ...	22
15. 老年人如何防治心绞痛的发作?	24
16. 心肌梗死发病有先兆吗?	25
17. 哪些人需要做胃镜检查?	25
18. 长期饮酒对人体有害吗?	26



19. 什么是糖尿病? 糖尿病有哪些临床表现? 27
20. 糖尿病病人如何合理安排饮食? 29
21. 什么情况下会出现血尿? 31
22. 什么是中风? 哪些人容易患中风? 32
23. 发生中风后如何处理? 33
24. 中风可以预防吗? 34
25. 嘴歪是风吹的吗? 35
26. 什么是“羊癫风”? “羊癫风”发作时怎么办? ... 36
27. 家有精神病病人应注意些什么? 38
28. 小儿发热应如何处理? 39
29. 怎样预防小儿佝偻病? 41
30. 夜哭郎是病吗? 42
31. 你会护理婴儿湿疹吗? 43
32. 落枕是怎么回事? 45
33. 皮肤疖肿如何处理? 46
34. 哪些创伤会引起破伤风? 如何预防破伤风? ... 47
35. 什么是良性肿瘤和恶性肿瘤? 49
36. 烧伤、烫伤后如何正确地急救处理? 50
37. 大脖子病是怎么回事? 一定要手术治疗吗? ... 52
38. 疝气不用开刀会自己长好吗? 54
39. 食管癌常与哪些因素有关? 早期有哪些症状?
..... 55
40. 胃病是指哪些疾病? 57
41. 胃病需要治疗吗? 58
42. 阑尾炎早期有哪些症状? 得了阑尾炎一定要手术
治疗吗? 59
43. 老年人便秘有何危害? 如何防治? 60

44. 大便出血为什么不能忽视?	62
45. 胆囊炎、胆石症主要有哪些症状? 如何治疗?	63
46. 下肢浮肿有哪些原因?	64
47. 尿路感染的常见症状有哪些? 为什么女性更容易 患尿路感染?	66
48. 夜尿增多需要看医生吗?	67
49. 骨质疏松症有哪些危害? 如何预防骨质疏松症?	68
50. 腰痛就是腰肌劳损吗?	69
51. 关节肿痛是什么原因引起的?	70
52. 外伤骨折后现场如何急救?	73
53. 沙眼是眼睛里面有沙子吗?	74
54. 麦粒肿是怎么回事?	75
55. 白内障早期有哪些症状? 如何治疗?	76
56. 鼻出血了该怎么办?	77
57. 过敏性鼻炎治得好吗?	78
58. 骨刺卡喉后怎么处理?	80
59. 中耳炎有哪些临床表现?	81
60. 为什么牙痛也是病?	82
61. 慢性咽喉炎治得好吗?	82
62. 口腔溃疡为什么会反复发作?	84
63. 刷牙时为什么老会出血?	85
64. 什么样的白带属异常白带?	86
65. 外阴瘙痒怎么办?	87
66. 阴道炎如何治疗?	89
67. 什么是宫颈糜烂? 如何治疗?	91



68. 子宫肌瘤有哪些临床表现? 一定要手术治疗吗?	92
69. 如何早期发现宫颈癌?	93
70. 痛经怎么办?	94
71. 生育年龄妇女出现急性下腹痛会是什么?	95
72. 不孕的原因有哪些? 需进行哪些检查?	96
73. 人工流产会有哪些并发症?	98
74. 发生流产时,应如何处理?	98
75. 如何选择避孕?	100
76. 妊娠合并心脏病应注意什么?	101
77. 妊娠期高血压疾病如何预防?	102
78. 胎儿越大越好吗? 哪些因素可导致巨大胎儿?	103
79. 什么是稻田皮炎? 如何防治?	104
80. 如何防治谷痒症?	105
81. 什么是日晒伤? 如何防治?	106
82. 怎样防治手足皲裂?	107
83. 出“风疹块”是怎么回事?	108
84. 什么是化妆品皮炎?	110
85. 染发有哪些危害?	111
86. 如何防治老年瘙痒症?	112
87. 汗斑是出汗引起的吗?	113
88. 得了疥疮怎么办?	114
89. 色素痣会恶变吗?	116
90. 手足癣如何防治?	117
91. 什么是性传播疾病?	118
92. 淋病与非淋菌性尿道炎有什么不同?	119

93. 外生殖器有丘疹就是尖锐湿疣吗? 120
94. 梅毒有哪些症状? 122
95. 艾滋病是一种什么疾病? 握手会传播艾滋病吗?
..... 123
96. 肝炎有什么症状? 125
97. 乙肝的传播途径有哪些? 如何早期诊断及预防?
..... 128
98. 乙肝病毒携带者应该注意什么? 129
99. 乙肝的“大三阳”和“小三阳”有何意义? 131
100. 如何防治慢性乙型肝炎? 132
101. 细菌性痢疾的主要传播途径有哪些? 如何防治?
..... 135
102. 肺结核病人的早期症状有哪些? 如何诊断?
..... 136
103. 肺结核病人如何规范治疗? 137
104. 人感染禽流感后主要有什么症状? 如何预防?
..... 139
105. 什么是人感染猪链球菌病? 140
106. 蚊虫叮咬后会传播哪些疾病? 142
107. 血吸虫病的早期症状有哪些? 如何预防? ... 144
108. 狗咬伤后该如何处理? 被狗咬伤后一定会得
狂犬病吗? 146



一、农村常见病综述

建设社会主义新农村,提高广大农民的健康水平,是全面建设小康社会和构建社会主义和谐社会的重要内容,是经济社会发展的重要目的。“十一五”期间是全面落实科学发展观的关键时期,也是着力解决人民群众所关心问题的重要时期。我国是一个农业大国,80%的人口在农村,要加快农村经济发展和构建和谐社会,首先就要保护农民的身心健康,真正为广大农民的根本利益服务。改革开放以来,党和政府高度重视农村卫生、农民健康问题,为加强农村卫生工作采取了一系列措施,农村缺医少药的状况得到较大改善,农民健康水平和平均期望寿命有了很大提高。最近党和政府又制定出台了《中共中央、国务院关于进一步加强农村卫生工作的决定》、《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》、《农村卫生服务体系建设与发展规划》和《全国健康教育与健康促进工作规划纲要(2005~2010年)》等一系列文件政策,对于预防控制农村地区重大疾病,提高农民健康水平,防止农民“因病致贫、因病返贫”具有重大意义。

然而,从总体上看,当前农村卫生工作仍然比较薄弱,一些地区传染病、地方病危害严重,农民“因病致贫、因病返贫”问题突出,城乡之间、东西部之间农民健康水平的差距逐步扩大,疾病预防控制工作面临着严峻的挑战。当前农村卫生和农民健康主要存在以下问题:一是农民受重大传染病、地方病危害严重。结核病、肝炎、性病等传统传染病仍在威胁人民的



健康;艾滋病、人间禽流感等新发传染病不断出现和蔓延,地方病和寄生虫病也未得到有效遏制,加重了我国农村疾病预防控制工作的难度。目前我国现有活动性肺结核病人 450 万、乙型肝炎病毒感染者 1.2 亿、慢性乙型肝炎病人 3 000 万以上、血吸虫病病人 84.3 万、艾滋病病人和艾滋病病毒感染者 65 万,他们中的大部分集中在农村。农村居民生命安全和健康受到严重威胁。二是农民慢性病、常见病不断增加,城乡居民健康水平的差距在扩大。2000 年城镇人口期望寿命 75.21 岁,农村为 69.55 岁,相差 5.66 岁。农村妇女孕产期疾病未得到有效控制、农村孕产妇死亡率和婴儿死亡率高于城市。随着农村工业化、城镇化以及农村居民生产生活方式的改变,居民生活环境、工作环境和生活习惯的变化,慢性非传染性疾病、意外伤害等成为农民患病和死亡的主要原因。恶性肿瘤、高血压、心脑血管病、糖尿病、慢性阻塞性肺病等慢性病和常见病患者人数不断增加,已成为威胁农村居民健康的主要病种和死亡的主要原因。我国居民高血压患病率为 18.8%,糖尿病患病率为 2.6%,恶性肿瘤和心脑血管病居我国人口死因的第一位和第二位,精神疾病患病和意外伤害明显增多。三是农村卫生资源严重短缺。我国大部分地区农村卫生发展滞后,公共卫生体系不健全,农村卫生机构房屋简陋,医疗卫生基础设施薄弱,卫生专业技术人才匮乏,卫生服务水平低下。四是农民看不起病、吃不起药、因病致贫、因病返贫问题突出。由于缺少医疗保障,农民应住院但未能住院治疗的比例还较大。五是农民自我保健意识淡薄和卫生防病知识缺乏。农村 15 岁以上人群中,环境、饮水、营养、传染病、慢性病预防等 8 项基本卫生知识知晓率仅为 36%。农民存在许多不良的生活习俗和行为习惯。种种原因导致农民患传

染病和慢性非传染性疾病机会相对较高,我国农村已出现了新、老传染病与慢性非传染性疾病并存和多重疾病负担的状况,因病致贫、因病返贫已经成为农民脱贫致富的重要制约因素,严重影响了农村经济发展和社会稳定,阻碍了农民脱贫致富奔小康的进程。

我国卫生工作的基本方针是以农村为重点,预防为主。预防控制疾病的发生是卫生工作的首要任务。2006年,我国进入了国民经济和社会发展第十一个五年计划,“十一五”期间是全面建设小康社会的关键时期,建设社会主义新农村,提高广大农民的健康水平,是全面建设小康社会和构建社会主义和谐社会的重要内容,是每个居民和全社会的责任。现代公共卫生就是建设社会主义新农村的重要保障,健康促进、疾病预防、健康保护是公共卫生的三大功能,健康教育与健康促进是公共卫生的重点任务之一,也是预防控制许多新、老传染病和慢性非传染性疾病以及社会卫生问题的根本措施。开展农村健康教育与健康促进,就是要为农民提供健康安全的生活环境和提供健康安全的生活方式,让农民朋友认识不良行为和生活方式的危害,普及疾病预防和卫生保健知识,引导和帮助农民建立良好的卫生习惯,破除迷信,倡导科学、文明、健康的生活方式,增强农民的健康意识和自我保健能力,促进农民健康相关行为的形成,从而提高广大农民健康素质,预防疾病,增进健康,促进农村经济和社会和谐发展。

当今威胁人类健康的主要疾病的发生与环境 and 人的行为及生活方式有关。因此,农民朋友的疾病预防和控制关键是要做到两个方面:一是要改善环境、搞好环境卫生和家庭卫生;二是要掌握疾病预防和卫生保健知识,培养良好的个人卫生习惯和生活方式,定期健康检查,早期发现异常和早期诊断



治疗疾病。

农村环境和农民家庭是农民居住和生活的主要场所,环境卫生和家庭卫生做不好,农民就非常容易患病,特别是传染病。搞好农村环境卫生就是要实行“两管五改”：“两管”即管水、管粪；“五改”即改良水井、厕所、畜厩、炉灶、环境。搞好农民家庭卫生就是要做到居室通风,室内清洁;卧具干净,被褥勤洗勤晒;碗筷炊具干净,定期煮沸消毒;厨房有排烟设施;“四害”勤除勤灭;注意食品卫生,不吃霉变食品和死因不明的肉食,隔夜剩菜加热煮沸再吃;人畜要分居,家畜家禽要圈养,猪牛羊有圈,鸡鸭有棚舍,做到勤除圈、勤打扫;农药、化肥与食物分开;不随地倒垃圾,垃圾及时烧掉或掩埋掉。家庭和环境卫生做好了,疾病才能预防和控制好。

良好的个人卫生习惯和生活方式,是预防疾病和保护健康的根本措施。培养良好的个人卫生习惯和生活方式,就是要从小事做起、从自我做起。如经常洗澡、勤剪指甲、勤理头发和清洁头发、一人一巾每天洗漱、一人一刷每天刷牙、不喝生水、生吃瓜果要洗净、不吸烟、不酗酒、不随地吐痰、不随地大小便。同时注意食物多样化,合理营养、平衡膳食,保证充足休息和足够睡眠,坚持适量运动,保持理想体重和良好的心情,戒烟控酒,可以提高机体免疫力和抗病能力,从而预防疾病,增进健康。另外定期健康检查,如感不适,要及时去医院检查,这样就可以早期发现和诊断治疗疾病,控制疾病的发展。

本书作为专门为农民朋友撰写的普及疾病预防和卫生保健知识的健康教育读本,全面准确地介绍了农村常见疾病防治的相关知识,通俗易懂,有较强的实用性、指导性与可读性。我们期望通过普及农村常见疾病防治知识,提高农民卫生防

病意识和自我保健能力,促进农民健康相关行为和生活方式的形成,懂得怎样维护健康、怎样促进健康、怎样发现异常和正确处理异常和疾病,从而提高农民的健康水平和生活质量。

这本读本将告诉农民朋友:农村常见病有哪些?是怎么发生的?有哪些症状?这些常见病应该怎样早期发现和诊断?怎么预防和治疗处理?农民朋友通过学习这些卫生防病知识,掌握这些卫生防病技能,就能够较快地提高自己预防疾病、保护健康和促进健康的能力,必将有益于自己的身心健康,有益于自己的家庭,同时也有益于我们的社会和国家。

农民朋友们,“健康不是一切,但是没有健康就没有一切”。健康的实现要靠我们自己,只有掌握卫生保健和疾病预防的知识和本领,把握自己生命和健康的钥匙,才能从根本上预防疾病,保护健康和增进健康。

愿广大农民朋友们身心健康地奔向小康!



二、农村常见病防治

1. 发现昏迷病人后怎么急救？

许多老百姓发现昏迷病人后往往不知所措，第一反应就是“别乱动”或是“打电话叫 120”，殊不知正确的救护不仅可以防止病情进一步加重，避免一些并发症，甚至可以挽救病人的生命。首先应将昏迷病人去枕平卧，头后仰并偏向一侧。注意清除口腔内的呕吐物、分泌物，使呼吸道畅通，防止发生窒息。一旦发生心脏骤停或呼吸停止，立即进行心脏复苏。如何进行心肺复苏呢？首先是判断病人意识：发现昏迷倒地的病人后，轻摇病人的肩部并高声喊叫：“喂，你怎么了？”同时触摸病人颈动脉，用食指及中指指尖触及气管正中部位（男子可先触及喉结），然后向旁滑移 2~3 厘米，在气管旁软组织处轻轻触摸颈动脉搏动。若病人无反应，而且触不到颈动脉搏动，立即掐压人中、合谷穴 5 秒钟。若病人仍未苏醒，立即向周围呼救，并准备实施现场抢救。其次是心脏按压：将病人移于硬板床或平地上，病人取仰卧位，救人者位于病人一侧，先把手掌放于被救者胸骨中下 1/3 处，后把另一手掌重叠在前一手背上，以每分钟 100 次的节律按压胸骨，所用力量每次要使胸骨下段下陷 3~4 厘米，进行有节奏的冲击式垂直向下按压。第三是人工呼吸：心脏按压和人工呼吸必须同时进行，这是抢救成败的关键。具体做法是：① 一人操作：救人者一手将病人后颈托起，使其头部后仰，另一只手把病人鼻孔捏

紧,然后深吸一口气,对准病人张开的嘴口对口用力吹气,随即松开鼻孔,让气体从病人口鼻排出,如此反复进行。一般连续吹气2次,接着按压心脏30次。② 二人操作:第一人每按压心脏30次,第二人口对口吹气2次。在现场急救同时,应立即拨打“120”电话,请急救中心派救护车和医护人员赶赴现场。同时协助急救医生识别昏迷的病因,如提供以往病史、发病经过等以便更好地抢救。

2. 怎样预防食物中毒? 食物中毒后如何处理?

凡是健康人,吃了“有毒食物”而引起的以急性中毒症状为主的一类疾病,叫做食物中毒。预防食物中毒要做到:

① 不要食用不认识的野生菌类、野菜和野果,不吃腐败变质的食物,不吃被农药污染过的食物,不吃病死畜、禽肉。② 不要饮用未经煮沸的生活饮用水。③ 购买和食用定型包装食品时,要查看有无生产日期、保质期和生产单位,不要食用超过保质期的食品,尽量不要购买散装白酒和植物油。④ 养成良好的个人卫生习惯,在烹调食物和进餐前要注意洗手。⑤ 烧菜时,做到菜刀、砧板生熟分开。⑥ 食物要煮熟煮透,冷盘菜要洗净消毒,冰箱内食物不可存放过久,剩菜要回锅煮透再吃。

食物中毒者最常见的症状是剧烈的呕吐、腹泻,同时伴有中上腹部疼痛。食物中毒者常会因上吐下泻而出现脱水症状,如口干、眼窝下陷、皮肤弹性降低,严重者可致肢体冰凉、脉搏细弱、血压降低等以至于休克。食物中毒后应尽可能的催吐,用手指或筷子刺激咽后壁或舌根诱发呕吐,尽可能将胃里的食物排出,并立即饮用大量干净的淡盐水或米汤,对毒素进行稀释。轻症中毒者应多饮淡盐开水、茶水或糖水、稀米汤等。重症中毒者要禁食8~12小时,静脉输液,待病情好转



后,再进些米汤、稀粥、烂面条等易消化食物。如果发觉中毒者有休克症状(如手足发凉、面色发青、血压下降等),就应立即平卧,双下肢尽量抬高并迅速请医生进行治疗。

3. 中暑了,怎么办?

中暑,民间俗称发痧,是农村炎夏易发的疾病之一。在强烈的夏日阳光下劳作过久;外界气温高,空气湿度大,无风,汗液蒸发困难;出汗过多,身体里水和盐大量排出,得不到及时补充;身体过度疲劳,体弱多病,都是发生中暑的原因。

轻度的中暑,临床表现为精神恍惚、全身疲乏无力、头昏脑胀、心慌、大汗淋漓、恶心厌食等,体温超过 37.5°C 。重症中暑由于产生原因不同,出现的症状也差异很大,可分为下列4种类型:

(1) 中暑衰竭 这是最常见的一种症状,主要是因大量出汗而引起,多见于老年人和未能适应过高温度的群体。起病较急,常在站立或劳动、运动时突然晕倒,失去知觉,可有头痛头晕、恶心呕吐、面色苍白、多汗、脉搏弱、血压下降、意识不清等。

(2) 中暑痉挛 多见于青壮年。主要是由于过热,大量出汗,体内过多地丢失氯化钠而引起肌肉痉挛。有口渴、乏力、多汗,突出表现为四肢肌肉痉挛,有抽筋样疼痛。

(3) 日射病 这是因长时间烈日曝晒头部(大脑温度可达 $40\sim 42^{\circ}\text{C}$),引起脑组织充血水肿,而产生的脑部损害。轻者出现剧烈头痛、头晕、恶心、呕吐,重者可出现昏迷。

(4) 中暑高热 亦叫热射病,主要是体温不能发散引起的,为中暑中最严重者。可伴有头痛、头晕、恶心、呕吐、体温升高(可达 42°C)、意识模糊、精神失常、躁动不安等,严重者