

● 当代医圣 **裘法祖** 院士倾情主编

● 百名医学专家联手打造

远离

性病

秦惠基 编著



凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

远离性病

- 当代医圣裘法祖院士倾情主编
- 百名医学专家联手打造

秦惠基 编著



皮肤性病科
妇科

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

远离性病/秦惠基编著. —南京:江苏科学技术出版社,
2008.1

(《非常健康 6+1》丛书)

ISBN 978-7-5345-5685-2

I. 远… II. 秦… III. 性病-防治 IV. R759

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第157369 号

非常健康 6+1

远离性病

编 著 秦惠基
责任编辑 王 云
助理编辑 刘 强
责任校对 郝慧华
责任监制 张瑞云

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 南京水晶山制版有限公司
印 刷 南京大众新科技印刷有限公司

开 本 787 mm × 1 092 mm 1/32
印 张 6.25
字 数 72000
版 次 2008 年 1 月第 1 版
印 次 2008 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-5685-2
定 价 10.00 元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

让医学归于大众

裘法祖



二〇〇七
立秋

《非常健康 6+1》丛书

编审委员会

主任委员 裘法祖 冯友梅

执行主任委员 龚树生 梁勋广
曾尔亢 张揆一

副主任委员 秦惠基 刘汴生
李国光 周作新
郭国际 张世蔚
高柏成 孙学东

出版人 黎雪

策划人 李纯 徐祝平

序

身体健康、心理和谐是现代人们追求良好生活质量的基础。随着经济社会的发展,社会人口结构的变化和人们生活方式的改变,已带来了许多新的健康问题,因此,人们的健康意识越来越强,对健康知识的渴求更加迫切。让大众更多地接受健康的新观念,了解医学的新知识,既可以预防不少疾病的发生,又可以使许多疾病得以早期发现,早期获得有效的治疗。

记得 60 年前,在 1947 年初上海出版了一本颇负盛名的《科学大众》,该刊的主编邀请我和我的同级同学,已故的内科学家过晋源教授担任该刊的医学顾问,并在刊内开辟了一个《医学问答》专栏。《医学问答》刊出了两期后,询问医学和疾病问题的读者来信竟如雪花般飘来,复不胜数。由此启发了我们,群众是多么需要医学科学知识,乃于 1948 年 8 月创办了中国现代第一本医学通俗刊物,命名为《大众医学》。我们提出了“让医学归于大众”这个口号,到了今天这个口号仍然是很响亮的,始终站在时代的前沿。

要贯彻“让医学归于大众”这个目的,必须把医学知识准确地转化为通俗易懂的语言,要用深入浅出的词句表达出来,也就是既要有贴近生活、轻松而趣味化的形式,但又不失

科学的正确性和严谨性。让大众掌握较多的医学知识,知道如何预防疾病,如何早期认识疾病的各种症状,从而达到“最好的医生是自己”这个目的。

《非常健康 6+1》系列医学科普丛书就是为了“让医学归于大众”编写的。全书共 36 册,全面而翔实地阐明了常见疾病的预防和早期发现疾病的症状或感觉。读了这部系列医学科普丛书,掌握了较多的医学知识,也就掌握了自我健康管理技能,将使“最好的医生是自己”成为事实。

最后,我怀着十分欣幸的心情,祝贺《非常健康 6+1》系列医学科普丛书的问世,相信她将给广大读者带来健康和幸福!

袁法祖

中国科学院院士

中华医学会外科学分会终生名誉主任委员

2007 年中秋

引言

中年农妇，外出时不幸被汽车撞倒，受伤严重，当即送当地农村医院急救。由于出血较多，伤情复杂，手术急需输血。而在农村并无中心血库，每次需要血时，都是找“血头”王五，由王五安排卖血者抽血。这位农妇于是就输了800毫升由王五提供的血液，手术完成，转危为安。一个月后伤愈出院，回家休养。可是三个月后，身体变差，常感冒、口腔溃疡、腹泻，不能劳动，全身无力。到城里大医院检查，发现“艾滋病病毒”(HIV)阳性，这说明她得了艾滋病。这一结果对这位纯朴的农妇及其家人来说，就像是晴天霹雳一样，是一个沉重的打击。这样可怕的病从何而来？今后的日子怎样过啊！一个又一个疑团及担心，像巨大的石头压在这老实的农户一家人的心头。

另一个故事是：某君中年得志，事业有成，家庭和睦，真可谓春风得意。一次，单位派遣出差某市，夜来无事，漫步街头，欣赏城市夜晚风情，不觉进入一发廊，本想只洗头轻松一下，但没有经得住诱惑，竟接受了小姐的“特别”服务。事后亦感自责内



引言

疾,只好以“只此一次,下不为例”来自我解脱。但是第二天,身体下部就有反应,瘙痒、出红点,小便也有疼痛。到医院检查,医生告诉他一个可怕的诊断结果:性病,某君顿时陷入痛苦和悔恨之中!

以上两个故事都很发人深省。农妇怎么会得艾滋病?艾滋病是什么病?得了艾滋病该怎么办?最重要的是如何避免艾滋病?而某君为何会得性病?他得的是什么性病?怎样治疗?怎样防止得性病?这一系列的问题,都需要很专业的知识来回答。本书以人为本,遵循“还医学于大众”的宗旨,用显浅易懂的文字,把这些医学专业知识告诉老百姓,使广大群众都知道应该怎样预防和治疗性病,建设一个健康的、和谐的社会。

本书内容包括性病(含艾滋病)的诊断和治疗、病人的生活起居、家人怎样看护病人、病人的运动和营养与如何预防性病,特别是艾滋病的预防及正确对待艾滋病病毒感染者。文字通俗,内容丰富,其间还有权威专家点评及提醒,适合广大老百姓阅读,也是一本很好的性病(含艾滋病)防治指南。



自测题

试着回答下面几个问题,如果您能回答超过5个,说明您对性病知识的了解是不错的,若不能回答其中任意三个问题,请您继续翻看此书。

- (1) 性病都是性行为传播的吗?
- (2) 您知道的性病有多少种?
- (3) 男、女不同性别患性病有没有差别?
- (4) 握手、拥抱、共餐等可以传播性病吗?
- (5) 安全套的使用能有效预防性病的传播吗?
- (6) 性病及性病病人都是“肮脏”的代名词,对吗?
- (7) 艾滋病一旦感染上,必死无疑?
- (8) 性病偏爱什么职业人群?
- (9) 日常生活中怎样做才能有效远离性病?

目 录

第一部分 性病全称“性传播疾病”

一、什么叫性病 / 3

- (一) 性病是性传播疾病的简称 / 3
- (二) 为什么性病在我国会死灰复燃 / 4
- (三) 性病有多种,最严重是艾滋病 / 5

二、认识性传播疾病的严重性 / 6

- (一) 性病疫情拉响“红色警报” / 6
- (二) 18年,性病病人增加上百倍 / 7
- (三) 性病后果很可怕 / 7

三、性病的认识误区 / 10

- (一) 误认性病都是通过性乱行为传染的 / 10
- (二) 误认性病病人“罪”有应得 / 11
- (三) 误认治疗性病一定要用“高级药”、“贵药”,效果才好 / 12
- (四) 误认有过性乱行为,肯定会得性病并难以治愈 / 13
- (五) 偷偷就医 / 13
- (六) 误认性病病人能结婚 / 16
- (七) 误认性病是不治之症 / 16

四、如何控制性病蔓延 / 18

- (一) 缩短性病的传染期 / 18

目 录

- (二) 重视性健康 / 19
- (三) 使用安全套 / 19
- (四) 性病监测 / 20
- (五) 加强对青少年提防性病的教育 / 21

五、认清各种性病的“庐山真面目” / 22

- (一) 梅毒 / 22
- (二) 淋病 / 28
- (三) 软下疳 / 34
- (四) 生殖器念珠菌病 / 36
- (五) 毛滴虫病 / 39
- (六) 虱病 / 41
- (七) 疥疮 / 42
- (八) 股癣 / 43
- (九) 生殖器疱疹 / 44
- (十) 尖锐湿疣 / 45
- (十一) 传染性软疣 / 47

六、性病中最凶恶的魔王——艾滋病 / 49

- (一) 谁第一个报道艾滋病 / 49
- (二) 艾滋病是怎样引起的 / 50
- (三) 为什么说艾滋病是世界性疾病 / 51
- (四) 为什么我国也有艾滋病 / 52
- (五) 为什么小孩也会患艾滋病 / 52

- (六) 认识艾滋病的严重性 / 53
- (七) 艾滋病是怎样传播的 / 55
- (八) 怎样检查艾滋病 / 56
- (九) 怎样治疗艾滋病 / 57
- (十) 什么人属于艾滋病病毒感染者 / 58
- (十一) 要保护艾滋病病毒感染者 / 59

第二部分 性病病人的生活起居

一、性病病人家居环境的特殊性 / 64

二、性病病人的生活要有规律 / 66

三、性病病人要有充足的睡眠 / 69

四、性病病人日常生活须知 / 71

五、有益于性病病人的业余爱好 / 72

(一) 赏花养花 / 73

(二) 写字绘画 / 79

(三) 碧波垂钓 / 85

(四) 养鱼观赏 / 89

(五) 集邮和收藏 / 91

(六) 欣赏音乐 / 95

目
录

(七) 棋类运动 / 103

(八) 翩翩起舞 / 106

六、性病病人应戒烟酒 / 112

(一) 酒,适量是朋友,过量是祸首 / 112

(二) 香烟——健康杀手 / 114

第三部分 家人怎样关怀性病病人

一、对性病病人不歧视,但要保护家人 / 120

二、对性病病人要从内心去关怀,不要排斥 / 120

(一) 性病病人的心理问题 / 120

(二) 解决性病病人心理问题的方法 / 121

第四部分 性病病人的运动

一、生命在于运动,性病病人要运动 / 132

二、性病病人运动康复原则 / 133

(一) 协调统一,形神兼炼 / 133

(二) 循序渐进,量力而行 / 133

(三) 常劳恒炼,贵在坚持 / 134

(四) 有张有弛,劳逸适度 / 135

(五) 顺应时日,莫误良机 / 136

三、正确选择适合性病病人的运动方式 / 136

(一) 传统运动方式 / 137

(二) 现代运动方式 / 141

第五部分 性病病人的饮食

一、食物多样,均衡营养 / 149

二、供给足量维生素和纤维素 / 151

三、常吃奶类、豆类,供给足量优质蛋白质 / 154

四、科学膳食,增加抵抗力 / 155

五、运动+饮食=提升体质 / 157

六、清淡膳食,保证心血管健康 / 161

七、饮酒限量,以防“雪”上加“霜” / 162

八、清洁进食,拒绝病从口入 / 162

九、能增强免疫功能的食物 / 163

目 录

第六部分 认识性病,远离性病

一、出门住宿怎样预防性病 / 167

二、怎样预防艾滋病 / 174

(一) 自觉学习预防艾滋病的有关知识 / 174

(二) 防止感染艾滋病应避免哪些行为 / 176

三、我国艾滋病流行特点 / 177

四、什么人要做艾滋病检查 / 179

五、怎么杀灭艾滋病病毒 / 180

六、怎样自我保护 / 180

七、紧急服药可防艾滋病 / 181



第一部分

性病全称『性传播疾病』