

卫生教材

(供军队干部学习)

中国人民解放军总后勤部卫生部

卫 生 教 材

中国人民解放军总后勤部卫生部

*

中国人民解放军战士出版社出版发行

中国人民解放军第一二〇二工厂印刷

■

开本：787×1092毫米1/32·印张8·字数172,000

1981年12月第一版（北京）

1981年12月第一次印刷

出 版 说 明

根据中央军委〔1979〕十二号文件关于加强部队干部的卫生知识教育，提高卫生管理水平，进一步搞好卫生防疫工作，保障部队健康，巩固和提高部队战斗力的指示，我们组织第四军医大学和后勤学院卫勤系编写了《军队干部卫生教材》。

本书从管理教育角度出发，阐述平时时卫生防疫、战时卫生勤务及生物武器卫生防护的要求和知识，供部队军政干部在职训练使用。各级教导队和院校也可根据学员对象、课时总数等具体情况参照本书安排教学。

总后勤部卫生部

一九八一年五月

目 录

《中国人民解放军内务条令》有关卫生部分·····	(1)
《部队卫生管理制度》·····	(5)
第 一 章 除四害 ·····	(7)
第一节 灭蚊·····	(7)
第二节 灭蝇·····	(12)
第三节 灭臭虫·····	(15)
第四节 灭鼠·····	(19)
第 二 章 饮食与营养卫生 ·····	(25)
第一节 热能与营养素·····	(25)
第二节 食品卫生·····	(33)
第三节 食物中毒的预防·····	(41)
第四节 厨房卫生管理·····	(47)
第五节 合理营养·····	(50)
第 三 章 饮水卫生 ·····	(54)
第一节 水与健康的关系·····	(54)
第二节 水质·····	(56)
第三节 水源选择与防护·····	(64)
第四节 水质改善·····	(70)
第 四 章 粪污处理 ·····	(80)
第一节 粪污处理的重要性·····	(80)
第二节 厕所的卫生要求·····	(80)
第三节 粪污无害化·····	(83)

第五章	居住卫生	(90)
第一节	营地选择与营区总体布置	(90)
第二节	营房的通风、采光照明与取暖	(92)
第三节	野营卫生	(95)
第四节	进驻坑道卫生	(98)
第六章	军事体育训练卫生	(103)
第一节	训练对增强体质的作用	(103)
第二节	训练的卫生学原则	(106)
第三节	训练中常见伤病的预防	(110)
第四节	游泳、泅渡训练卫生	(114)
第七章	行军卫生	(120)
第一节	行军时人体的生理变化	(120)
第二节	行军的一般卫生保障	(124)
第三节	不同情况下行军的卫生保障	(129)
第八章	热区、寒区和高原地区气候卫生	(132)
第一节	热区气候卫生	(132)
第二节	寒区气候卫生	(142)
第三节	高原地区气候卫生	(150)
第九章	坑道施工作业卫生	(157)
第一节	防尘、防矽肺	(158)
第二节	防有害气体中毒	(164)
第十章	特种兵作业卫生	(172)
第一节	炮兵作业卫生	(172)
第二节	坦克兵作业卫生	(177)
第三节	雷达兵与通信兵作业卫生	(183)
第十一章	农业生产中的劳动卫生	(188)
第一节	一般卫生保障	(188)

第二节	农药中毒的预防	(189)
第三节	农业生产中常见皮肤病的预防	(192)
第十二章	传染病的预防	(194)
第一节	预防传染病的原则和措施	(194)
第二节	细菌性痢疾	(196)
第三节	病毒性肝炎	(201)
第四节	霍乱	(203)
第五节	细菌性食物中毒	(206)
第六节	流行性感冒	(208)
第七节	疟疾	(211)
第八节	流行性斑疹伤寒	(214)
第九节	流行性出血热	(216)
第十节	钩端螺旋体病	(218)
第十三章	生物武器的卫生防护	(222)
第一节	生物武器的性能	(222)
第二节	对生物武器的卫生防护措施	(226)
第十四章	战时卫生勤务	(232)
第一节	战时卫生勤务的主要工作	(232)
第二节	组织卫勤保障的几个问题	(236)
第三节	战时师以下各级卫勤组织与工作	(241)

《中国人民解放军内务条令》

有关卫生部分

第33条 查铺查哨

连队要组织排以上干部每天查铺查哨。团、营首长也要不定期地查铺查哨。查铺时，检查战士的就寝和睡眠情况，给战士盖被子、掖蚊帐，防止失火和煤气中毒；并注意不要影响战士的睡眠。查哨时，检查卫兵、哨兵值勤情况。严禁用偷摸哨兵的方法查哨。

第35条 内务卫生

（一）内务要整洁，武器、弹药、器材、装具、营具和个人物品放置要统一有序，适合战备要求。

（二）要搞好个人和室内外卫生，养成良好的卫生习惯。室内外卫生每周大扫除一次。在驻地宿营或露营时，应设置临时厕所并通知所属人员；转移时，要清扫掩埋。

（三）内务卫生检查：连每周一次，营、团不定期地组织实施。

（四）定期进行体格检查，适时进行预防接种。有病要早报告、早治疗。发生传染病时，要认真消毒、检疫和隔离。

第41条 搞好伙食，是增强部队体质，提高战斗力的一个重要方面，连队首长必须重视这一工作。

（一）要重视炊事员的选配，关心他们的军政学习，

教育他们热爱本职工作。经常深入伙房，检查指导工作。

(二) 加强炊事人员的业务训练，使他们熟练掌握炊事技能，练好战时做饭、送饭的本领，保证部队在各种情况下能吃上饭。

(三) 实行经济民主。发挥经济委员会的作用，经常征求群众的意见，及时检查经费和粮食的开支，督促按月公布账目，防止贪污浪费、违反政策和侵占战士利益。

(四) 根据具体条件，积极种菜养猪，搞好农副业生产。

(五) 精打细算，注意节约，积极改善伙食。调剂好饭菜花样，保证开水供应，并适当照顾少数民族战士的习惯和做好病号饭，使全体人员吃饱吃好。

(六) 搞好食堂卫生。食物制作要合乎卫生要求，炊具、食具要每天消毒，保持清洁，防止传染病和食物中毒。

(七) 星期日和节假日应组织帮厨。

第42条 连队设厨房值班员，由副班长和老战士轮流担任，受连值班员领导。其职责：

(一) 验收购买的食物，并在单据上签字。

(二) 监督按就餐人数做饭做菜，并在给养逐日消耗凭证上签字。

(三) 督促炊事人员按时做好饭菜。

(四) 检查并协助炊事人员搞好食堂卫生。

(五) 通知炊事人员做病号饭，给值勤和外出人员留饭。

第55条 连值班员由排长轮流担任，受连首长领导。其职责：

(一) 督促全连人员，经常做好战斗准备。

(二) 维护军容风纪、生活秩序和内务卫生，并检查卫兵值勤情况。

.....

第56条 连队集中驻防时，可指派值日员。值日员由战士轮流担任，受连值班员领导，负责看管房舍，维护内务卫生。

第57条 班设值日员，由战士轮流担任，负责本班的日常勤务和内务卫生等。

第67条 根据野营的目的和任务，做好组织准备工作。

(一) 进行深入的政治动员和政策纪律教育。

(二) 对野营的道路、宿营地和训练场地要进行勘察或调查。

(三) 同当地党政机关取得密切联系，了解野营地区的政治、经济、民族和风俗习惯、疫病等情况，协商解决部队所需之粮、草、柴、菜，做到既保证野营部队的供应，又不影响当地群众的生活。

(四) 进行安全教育，制订安全措施。

(五) 准备好野营中的物资器材。

(六) 组织留守机构，妥善安置不能随队的伤病员和物资。

对各项准备工作，要及时进行检查。

第68条 野营管理，除执行本条令各章之有关规定外，还必须：

(一) 加强政治思想工作，经常分析部队思想情况和出现的问题，及时加以解决，严防事故，保证野营任务的完成。

(二) 组织好行军和宿营，特别要组织好设营、收容

和调整勤务；掌握好行军速度和大小休息，开展思想和体力互助；迅速宿营，使部队得到足够的睡眠；及时治疗伤病员，保障部队的健康。

（三）要建立顺畅的通信联络，必要时，也可利用地方的通信设备进行联络，但要严格执行保密规定。

（四）根据条件设法改善伙食，保证部队吃饱吃好，喝到开水。注意饮食卫生。食用露天水时，要进行调查，必要时还应进行化验和消毒。

（五）加强查铺查哨，严格请销假制度，搞好武器装备的维修保养和军马的野外饲养管理，搞好内务卫生，保持驻地整洁。

（六）提高革命警惕，加强警卫，并会同有关部门做好防特保密工作，严防阶级敌人破坏。

（七）根据不同地区的特点和季节、气候的变化，采取防冻、防暑、防洪、防火、防潮、防疫、防煤气中毒等措施；注意行车安全；对军用物资应加强警卫和消防措施，危险物品应存放在安全位置。

第70条 野营时，必须严格执行三大纪律八项注意，开展拥政爱民活动，宣传党的路线、方针、政策，尊重当地人民的风俗习惯，维护群众利益，有计划地进行助民劳动和协助地方训练民兵，虚心向人民群众学习，请工人、贫下中农和地方干部当教员，对部队进行阶级和路线教育。离开时，要清扫驻地，掩盖厕所，清除危险物品，平复或移交工事；征求群众意见，检查群众纪律，向群众道谢。

（摘自中央军委一九七五年十一月
二十五日颁发的《中国人民解放军
军内务条令》）

部队卫生管理制度

一、个人卫生制度

- (一) 饭前、便后洗手。
- (二) 不喝生水，不吃不洁净的食物。
- (三) 不随地吐痰和大小便，不乱扔果皮、纸屑、废物。
- (四) 勤洗澡、勤理发、勤洗衣服，经常晒被褥。
- (五) 按规定打预防针、服预防药，有病早报告。

二、饮食卫生制度

- (一) 每季度要对饮食工作人员进行健康检查一次，发现患肠道传染病、肺结核和化脓性疾病的人，要暂时调离，痊愈后须经卫生部门复查同意，方可恢复做饮食工作。
- (二) 厨房、食堂要有防蝇和洗手设备。
- (三) 实行分菜或公筷、公勺制。食具每餐消毒，或用流水冲洗，自用、自保管。
- (四) 炊事人员工作前要洗手，工作时要穿工作服，配餐时要戴口罩。
- (五) 不买、不吃腐烂变质的食物。剩饭剩菜要妥善保管，吃前要充分加热。
- (六) 生熟食品分开存放，切生熟食物的刀、板要分开。

三、饮水卫生制度

- (一) 定期检查水源、水质，水质不符合卫生要求的

要洁治、消毒。

(二) 水井应设井台、井栏、井裙、井盖和公用水桶，井周围挖排水沟。

(三) 饮用江、河、湖、塘水时，要挖渗水井或定时、分段、分塘取水。

(四) 水源周围30~50米内不准设厕所、畜圈、粪坑、污水沟和堆积垃圾。

(五) 禁止在饮用水源附近洗衣、洗澡和刷洗物品。

四、室内外卫生制度

(一) 实行卫生负责制，每日清扫，每周大扫除。

(二) 室内要保持整齐清洁，空气新鲜，无“四害”，无痰迹。

(三) 及时清除垃圾和积水，防止蚊蝇孳生。

(四) 改革炉灶，消烟除尘，绿化营区，防止环境污染。

五、厕所、畜圈卫生制度

(一) 厕所、畜圈要每日清扫冲刷，保持清洁、无蛆。

(二) 厕所要有防蝇设备，贮粪池要密封，人畜粪便要进行无害化处理，推广沼气池或三格化粪池。

(三) 野营时要挖深坑小口厕所，用后掩埋。

六、卫生教育、检查评比制度

(一) 普及卫生知识，连队每月上卫生课1~2次(2~4小时)。

(二) 连每周、营每月、团以上单位根据情况组织卫生检查评比。

(三) 表扬先进单位，帮助落后单位。

(总参谋部、总后勤部一九七八年
六月十九日颁发)

第一章 除 四 害

第一节 灭 蚊

蚊子不但传播多种疾病，而且叮人吸血，妨碍人们工作、休息和睡眠，因而被列为四害之一，要求加以消灭。

蚊子的种类很多，和人有关的主要有按蚊、库蚊与伊蚊三类。按蚊主要传播疟疾，也能传播丝虫病；库蚊和伊蚊则传播丝虫病、流行性乙型脑炎、登革热等。

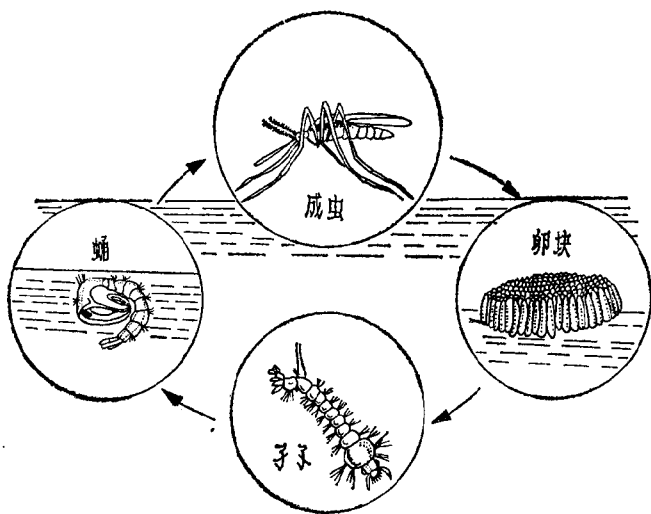


图 1-1 库蚊的生活史

蚊子的发育有卵、幼虫(孑孓)、蛹和成虫四个时期。前三期都生活在水中。蚊卵很小，形状不一，或几十个至几百个连成卵块浮于水面，或分散沉于水底。卵发育所需的时间随气温和蚊种而不同，在夏季水中一般经2~3天即可孵化为幼虫。

蚊幼虫生活于水中，静止时和水面成45°角或平浮在水面。幼虫经4次蜕皮而化为蛹，幼虫期的长短因水温与食物条件而有不同，在夏天食物充足时，一般为5~7天。

蛹形似逗点，不食能动。蛹期的长短因水温而定，气温30°C时经2天即可羽化为成蚊，羽化多在清晨与黄昏时进行。

成蚊在羽化后1~2天内交配，雌蚊交配后需吸血，然后产卵。从卵发育至成蚊一般需10~20天。雌蚊一生产卵多次，每次产卵约100个或更多。产卵的地点因蚊种而不同。按蚊喜产于水生植物多的清水或静止的大型积水中，如沟渠、稻田、池塘等，有的按蚊则孳生于清洁、流动的溪水、泉水中。库蚊喜在生活污水与自然界中有机物多的污水中产卵。伊蚊则喜在清洁的小型积水，如缸、罐、石穴、树洞、竹节中等处的积水中产卵。

成蚊只有雌蚊才吸血。雌蚊必须吸血后卵巢才能发育。血液消化完毕时卵也发育成熟。蚊子的吸血习性因种类而不同，有的蚊喜吸人血，有些蚊喜吸动物血，多数蚊子既吸人血也吸动物血，但以一种血为主。雌蚊一生可多次吸血，气温高时血液消化快，吸血次数多，因而传病机会也就增多。蚊子多在黄昏至午夜时吸血，但在阴天或阴暗场所白天也能叮咬人。

成蚊的栖息场所因蚊子种类而不同，以吸人和家畜的

血为主的蚊子，多停息在住室、畜棚内的阴暗、不通风的地方。有些蚊则栖息在草丛、灌木丛中，只在吸血时才飞入室内，黎明时仍飞回野外。成蚊往返飞行于栖息、吸血与产卵场所之间，一般能飞行 0.5~1 公里，最远可达 2.2 公里。

自然界中蚊子的数量因季节、气温和雨量不同而变化，不同的蚊在不同地区也有差别。成蚊一般在 2~3 月开始活动和繁殖，到 6~9 月时数量达高峰，11 月后开始越冬。在热带与亚热带地区，成蚊可以全年都活动。多数蚊子以雌蚊越冬，隐伏在温暖、潮湿、阴暗、避风、不易被惊动的地方，如贮藏室、地下室、菜窖、暖房、枯井、仓库、窑洞等处，到第二年春暖时再飞出来吸血、产卵繁殖。

要消灭蚊子必须根据不同蚊种的生活习性采取相应措施。在蚊子的生活周期中，幼虫和成虫是最薄弱的环节，因为幼虫只生活在水中，而且对杀虫药比较敏感，成蚊则栖息在一定场所，尤其是越冬成蚊集中隐藏在少数地方，且活动能力低，最容易被消灭。但各种蚊子的孳生与栖息场所是不同的，在灭蚊前应当进行调查。在自然条件不同的地区，灭蚊工作应当有不同的重点。在幼虫孳生地少的地区，如北方的以旱地作物为主的地区，应当以清除孳生地与消灭蚊幼虫为主要措施；在孳生地广泛存在的地区，如南方的水稻产区，可以消灭成蚊为主，同时适当结合控制幼虫孳生地。部队在野外条件下，一般应以防蚊叮咬为主。

根据蚊子的生活习性，灭蚊应着重做好下列几项工作：

一、在冬季和早春杀灭越冬成蚊

在冬季和早春，即蚊子越冬后与开始活动前，少数越冬成蚊隐伏在较少的越冬场所。在这个时候杀灭越冬成蚊，对减少夏、秋季的蚊子数量，可以收到最好的效果。因此，在蚊子越冬后与开始活动前，应组织卫生人员仔细检查成蚊可能越冬的一切场所。发现越冬蚊时，如蚊数少，可当时把蚊打死；蚊数多时，可用六六六烟剂来熏杀。

二、在春季控制第一代蚊幼虫孳生地

在春季气温开始转暖时，越冬蚊即开始飞出产卵。第一代幼虫孳生地多为比较浅而经太阳照射容易变热的积水，如浅水池、草地积水、地面积水等。在越冬蚊即将开始活动时，应当检查营区内及周围的早代蚊的孳生地，把坑洼填平，对不能填掉的孳生地，则每5~7天检查1次，当发现蚊幼虫时，立即把幼虫彻底消灭，可采用喷洒六六六水悬液或敌百虫溶液的方法。在春季铲除或控制好这些孳生地，对整个灭蚊工作来说，可收事半功倍的效果。

三、在雨季前的灭蚊工作

根据各地雨季的早晚，在雨季开始或蚊子将大量繁殖之前，应由卫生人员仔细检查营区内及其附近一切可能成为蚊孳生地的场所，并组织群众，填平无用的坑洼、水沟等，清除破缸、破罐，把易积存雨水的暂时不用的缸、盆等翻过来放置；贮水的缸、桶等应当加盖；对下水道窰井口、污水井口可加碎石块封堵，使既可通过污水，又能防蚊进入；对容易积水的树洞、竹节等，用泥填堵；对有利用或尚需保留的水沟、池塘，以及水渠、溪流等进行疏浚、挖深，清除边岸的杂草，保持水流通畅。对不能清除的孳生地，由卫生人员定期进行检查和用杀虫药杀灭幼虫。对

住室与畜棚(尤其是牛栏),可喷洒杀虫药,如六六六、马拉硫磷等。喷洒时,应以墙角、门后、床铺下与柜子的后面等阴暗地方作为重点。

四、在蚊子数量高峰季节的灭蚊工作

蚊子数量的高峰季节也是传播疾病的主要时期,这时蚊子不但数量多,孳生地也广。除了用杀虫药经常性控制蚊幼虫孳生地外,可组织几次群众性的大面积烟熏灭蚊。常用六六六烟剂,主要是住室、办公室、地下室、地窖、畜棚及其他蚊子较多的场所,在统一的组织领导下,在黄昏时同时进行室内外熏蚊。熏蚊时应先打开门窗,诱蚊入室,然后关闭门窗,点燃烟剂。1~2小时后打开门窗通风。在南方多蚊地区的夏秋季节,晚间可用敌敌畏来熏蚊。

五、部队在野外条件下的灭蚊和防蚊

部队在夏秋季节,尤其在南方地区,到野外进行野营训练、施工等期间,由于停留时间不长,居住条件简陋,地形又较复杂,一般应以防蚊叮咬为主。主要是挂好蚊帐。部队在出发前,应对蚊帐进行检查或修补。不但在夜里,在午睡时也应放下蚊帐,帐子的四角要用砖、石块等压紧、固定,注意手脚勿伸出帐外,同时夜间应有查铺制度。在早晨和黄昏,尤其在集会时,应穿长裤、袜子,放下袖子,以减少被蚊叮咬。夜间值勤人员可在颈、手等身体裸露部分涂擦防蚊油,注意勿擦入眼内。如果部队在一个地方停留较久,也可适当采取灭蚊措施。