

常见传染病预防

主 编 刘建伟 谢玉茹



人民军医出版社

部队健康教育系列丛书

常见传染病预防

CHANGJIAN CHUANRANBING YUFANG

全军爱国卫生运动委员会办公室

编委会主任 任国荃

编委会副主任 方国恩 李清杰 周先志

编委 滕光生 李 锋 刘 柳 周学君 刘成勇
王焕春 谢玉茹 吴宝利 覃 昱

主 编 刘建伟 谢玉茹

副主编 苏建新 张 培

编 者 (以姓氏笔画为序)

于 泱 于德宪 王珊珊 方美玉 任瑞文
刘 诚 刘建伟 苏建新 李 曦 郝 丽
覃 昱 谢玉茹



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

常见传染病预防/刘建伟, 谢玉茹主编. —北京: 人民军医出版社, 2014.11

(部队健康教育系列丛书)

ISBN 978-7-5091-7849-2

I. ①常... II. ①刘...②谢... III. ①常见病—传染病—预防(卫生)—普及读物 IV. ①R183-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 242265 号

策划编辑: 管悦 张怡泓 文字编辑: 王月红 陈鹏 责任审读: 黄栩兵 黄维佳

出版发行: 人民军医出版社

经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8060

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市潮河印业有限公司

开本: 850 mm × 1168 mm 1/32

印张: 2.875 字数: 54 千字

版、印次: 2014 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001-3200

定价: 20.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

序

开展爱国卫生运动，促进人民身心健康。部队健康教育作为军队爱国卫生工作的重要内容，与维护官兵身心健康息息相关，与巩固和提高部队战斗力紧密相连。随着军事斗争准备深入推进和社会、军营环境发展变化，影响官兵健康的危害因素不断增多，维护官兵健康的任务日益繁重。加强和改进新形势下部队健康教育工作，有利于培育官兵现代健康理念，有利于提高官兵健康维护能力，有利于提高全员健康素质和部队整体健康水平。

面对形势任务新发展和官兵健康新需求，为巩固深化部队健康教育实践成果，丰富拓展健康教育时代内涵，调动激发专业队伍创造活力和部队官兵参与热情，全军爱国卫生委员会组织开展健康教育优秀作品征集评选活动。此次活动，面向全军征集健康教育优秀作品 200 余件，评选出科普书籍、影视作品、多媒体课件、宣传挂图 4 类 60 件获奖作品，并给予通报表彰。现以广州军区获奖健康教育书籍为主体，编印《部队健康教育系列丛书》全套十册，供部队健康教育选用和军队从业人员参考借鉴。编写过程当中，难免疏漏不足之处，恳请批评指正。

全军爱国卫生运动委员会办公室

二〇一四年一月十二日

前 言

千百年来，传染病的流行给人类造成了巨大危害。随着科学的发展与社会的进步，许多传染病得到了控制，但是，要想消灭传染病并不容易。公共卫生事业依然面临着严峻考验，人类与传染病的斗争任重道远。

部队人员高度集中，且多与驻地居民交融在一起，有的部队周边环境还比较复杂，同样面临各种传染病的威胁。部队一旦出现传染病疫情，将严重影响官兵的身体健康和正常的生活、工作及训练。因此，面对各种传染病疫情，我们必须有清醒的认识、足够的估计和充分的准备。目前，广大官兵迫切需要了解有关传染病防控方面的基本知识，学会有关传染病自我防护的基本技能。为此，我们结合当前部队现状，广泛征求官兵意见，编写了这本集科学性、知识性、趣味性为一体的医学科普读物。本书对当前部队防控传染病具有一定的指导作用，适合不同层次的广大官兵作为认识、预防传染病的学习读本。

编 者

二〇一四年一月

目 录

第一章 传染病——四处游荡的幽灵	1
传染病的来历	2
传染病可以预防和控制	3
把“恶魔”装进瓶子	4
第二章 一呼一吸，潜藏危机	6
流行性感冒	7
流行性脑脊髓膜炎	10
肺结核	12
麻疹	14
风疹	16
水痘	18
第三章 不干不净，吃了生病	20
霍乱	21
伤寒与副伤寒	23
细菌性痢疾	25
细菌性食物中毒	27
甲型病毒性肝炎	29
戊型病毒性肝炎	31
第四章 小小蚊虫，传播疾病	33
登革热	34

流行性乙型脑炎	36
恙虫病	38
疟疾	40
丝虫病	42
第五章 日常接触，引来病魔	44
急性出血性结膜炎	45
血吸虫病	47
钩端螺旋体病	49
皮肤癣菌病	51
疥疮	53
手足口病	55
第六章 动物作伴，小心瘟神	57
人感染高致病性禽流感	58
狂犬病	60
疯牛病	62
口蹄疫	64
流行性出血热	66
鼠疫	68
第七章 享受性爱，注意防艾	70
HIV 感染	71
乙型病毒性肝炎	74
丙型病毒性肝炎	77
附录 A 相关名词解释	79
附录 B 常见传染病的潜伏期、传染期	82
附录 C 常用疫苗	85

第一章

传染病——四处游荡的幽灵



传染病的来历

传染病是由病原体侵入人体所引起的一类疾病。病原体可以是微生物或寄生虫。

患者和病原体携带者不断排出病原体成为传染源，病原体通过多种途径进入易感者体内增殖，造成机体或重或轻的破坏，形成新的患者和病原体携带者。这样传染病就从一个人传播到另一个人，从一个地点传播到另一个地点，像幽灵一样四处游荡，损害人的健康，危害人的生命。

传染病肆虐在人类历史上留下了无数证据。目前全球死于传染病的人数占总死亡人数的 30% 左右，发展中国家比例则更高。



传染病可以预防和控制

回顾历史，人类与传染病一直在进行着不屈不挠的斗争；千百年来，消除传染病的肆虐一直是人类的心愿。通过艰苦努力，人类逐步掌握了与传染病斗争的“武器”：发明了疫苗，学会了隔离患者，实施了检疫制度、传染病报告制度、计划免疫制度，发现并使用了抗生素，建立了各种各样的诊断方法和治疗方法，实施了安全供水、粪便处理和病媒控制等措施。加上经济的发展、卫生知识的普及，传染病的发病率、病死率大幅下降。我国于 20 世纪 60 年代消灭了天花，2000 年成为无脊髓灰质炎国家。世界卫生组织 1979 年宣布全球消灭了天花，目前各国正在为消灭脊髓灰质炎而努力。



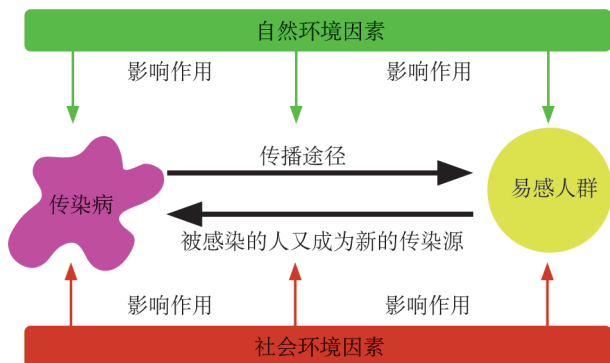
把“恶魔”装进瓶子

传染病流行必须同时具备 3 个基本条件：①传染源（包括患者、病原体携带者和受感染的动物）；②传播途径（每种传染病都有 1 种或几种传播途径）；③易感人群（对传染病的免疫力低、容易被感染的人群）。

人类在与传染病的斗争过程中形成了一整套完善的控制传染病的经验，通过“管理传染源、切断传播途径、保护易感人群”有效控制了传染病的肆虐。

● 管理传染源

发现传染病患者或疑似患者时，要及时向附近医院或卫生防疫部门报告。早发现、早报告、早隔离、早治疗，是控制和消除传染病疫情的重要环节。



4 常见传染病预防

对病原体携带者要及时发现,妥善管理。对从事饮食、水源、服务及托幼等行业的人群,要依法定期体检,预防传播危险。

对受感染的动物,要采取措施进行控制。

为早期防控可能出现的传染源,要对密切接触者采取医学观察或留验等必要管理措施。

●切断传播途径

在公共场所和家中注意保持空气流通,必要时进行空气消毒,天冷时注意防寒等,可以预防流行性感冒等呼吸道传染病;饭前便后洗手,注意饮食卫生,保护水源,除“四害”等,可以预防痢疾等消化道传染病;采用药物驱杀蚊虫,大力开展爱国卫生运动等,可以预防虫媒传播的传染病等。

●保护易感人群

保护易感人群的最有效方法是接种疫苗。在某些传染病流行季节之前或流行时,可以对特定地区、特定人群进行预防接种。某些传染病有特效治疗药物,在疫情发生时可用于临时紧急预防服药。

虽然目前仍有不少传染病缺乏有效的预防疫苗和特效的治疗药物,但是随着科学技术的发展,人们在预防传染病方面也将会有更多、更有效的手段可供选择和使用,人类的共同努力,一定能把一个个“魔鬼”装进瓶子。

第二章

一呼一吸，潜藏危机



流行性感冒

特别提示

- 主要表现为畏寒、高热、头痛、乏力、全身酸痛等。
- 人群普遍易感。
- 我国北方地区流行高峰一般在冬、春季，而南方地区全年流行。
- 接种疫苗、服用药物可预防。

流行性感冒是由流感病毒引起，经空气飞沫传播的急性呼吸道传染病。



● 传染方式

流行性感冒患者的口、鼻分泌物中均含有病毒，可于咳嗽、打喷嚏、说话时随飞沫经空气传播，具有高度传染性。

● 临床表现

流行性感冒的特点是潜伏期短（多数 18 ~ 72 小时，有的甚至仅几小时），传播速度快，发病率高。

主要症状是发冷、体温升高、头痛、全身酸痛、乏力。体温常在数小时至 24 小时升达高峰，多在 38℃ 以上；咳嗽、流鼻涕等症状则较轻。如无并发症，多于发病 3 ~ 4 天后症状逐渐消退、康复。婴幼儿、老年人和体弱多病者，容易引发肺炎、心肌炎等严重并发症，甚至导致死亡。



● 处理措施

应及时就医，做好个人防护，注意休息，多饮水，吃清淡食物。重症患者要及早住院，进行隔离治疗。

咳嗽、打喷嚏时可用纸巾等捂住口鼻，避免飞沫传播。

流行性感冒患者的接触者要注意身体变化，如出现类似症状应及时就医。

● 专家建议

流感疫苗有较好的保护作用，婴幼儿、老年人和体弱多病者每年应在流行性感冒高发期到来之前适时接种。

流行性感冒流行期间，应尽量避免去人群密集的地方活动，暂停集会；要勤开窗户，多通风；注意洗手，避免用不洁手接触口、眼、鼻；出现不适及时就医。

平时要合理膳食，保证睡眠，加强锻炼；养成良好的卫生习惯，避免过度劳累。

接触患者后可药物预防，但不能代替疫苗，仅作为临时紧急预防措施。

流行性脑脊髓膜炎

特别提示

- 由脑膜炎双球菌引起，经飞沫传播。
- 主要表现为突发高热、剧烈头痛、频繁呕吐、皮肤黏膜瘀点和脑膜刺激征。
- 多见于冬、春季，儿童发病率较高。
- 接种疫苗、口服预防药物是有效的预防措施。

流行性脑脊髓膜炎是由脑膜炎双球菌引起的化脓性脑膜炎。

