

主编 黄 玮 王宇明

# 适宜卫生技术及 健康生活行动

SHIYI WEISHENG JISHU  
JI JIANKANG SHENGHUO XINGDONG



军事医学科学出版社

主编 曹博 王中平

# 适宜卫生技术及 健康生活行动

SHIYI WEISHENGJI SHIJI (2014)

1. JIANKANG SHENGHUO XINGDONG

# 适宜卫生技术 及健康生活行动

---

主 编 黄 玮 王字明

军事医学科学出版社

---

图书在版编目(CIP)数据

适宜卫生技术及健康生活行动/黄玮,王宇明主编.

-北京:军事医学科学出版社,2010.9

ISBN 978-7-80245-559-7

I. ①适… II. ①黄… ②王… III. ①卫生保健-研究

IV. ①R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 179566 号

---

出 版:军事医学科学出版社

地 址:北京市海淀区太平路 27 号

邮 编:100850

联系电话:发行部:(010)66931051,66931049,63821166

编辑部:(010)66931039,66931127,66931038

86702759,86703183

传 真:(010)63801284

网 址:<http://www.mmsp.cn>

印 装:北京冶金大业印刷有限公司

发 行:新华书店

---

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:30.375

字 数:374 千字

版 次:2011 年 1 月第 1 版

印 次:2011 年 1 月第 1 次

定 价:89.00 元

---

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

## 内 容 提 要

本书以健康教育和健康理念为切入点,以推广应用适宜卫生技术为主要推手,在总结过去几年全国推广适宜卫生技术的基础上,重点结合河南工作实践,系统地阐释了科学、技术,尤其是适宜卫生技术对于改善、提高和促进农村社区医疗卫生服务的重要作用;全面介绍了适宜卫生技术的研究、筛选、推广、应用、评估等全过程;并以典型事例演绎和展示了适宜卫生技术应用的良好效果;介绍了一些常见疾病的诊疗要点;也总结检讨了在其发展推广过程中的困难、不足和问题。

# 《适宜卫生技术及健康生活行动》

## 编 委 会

主 编 黄 玮 王宇明

副主编 陆建邦 宗上纲 张健锋 许辉华

李慧民 郭宏昌

编 委 董新刚 高中奇 韩献琴 刘雅莉

李 立 雷 霖 梁淑英 李士传

屈秀炳 王重建 王爱萍 徐国振

张书民

# 前言

---

人生最大的渴望,最大的追求莫过于健康,拥有健康是拥有一切的前提;健康是人生的最基本要素,人没有健康就一无所有。对于许多拥有健康的人来说,健康如同一杯白开水,淡而无味。但当你突感身体疲惫、心理憔悴,身患重病失去健康而住进医院的时候,你昔日的欢乐和魅力,你的权力和财富似乎都在丧失,你才真正感悟到健康的珍贵和无价。人们的健康是一个非常重要的问题,但如何才能健康呢?

世界卫生组织对于健康有一个基本的估算,指出:健康有15%取决于遗传,10%取决于社会条件,8%取决于医疗条件,7%取决于自然环境,而60%取决于自己的生活习惯和方式。

我国是农业大国,农村卫生问题始终是我国卫生工作的重点,农村缺医少药的情况尽管已经有了很大程度的改善,但是在广大农村地区,尤其是老、少、边、穷地区的农民群众还缺乏卫生知识、自我保健意识和相应的医疗卫生服务设施,从而引发的农民健康问题已成为农村地区经济发展的重要问题,也是我国构建和谐社会和经济发展的重要制约因素。

健康既是一个人的事情,也不完全是一个人的事情。健康非个人私事,它是关系到社会发展和民族兴衰的国家大事。增强全民族的健康意识,提高全民族的健康素质,这是涉及全国众多家庭的重大民生问题和中国经济社会发展的一件大事。提高全民族的健康素质关系到中华民族

---

的整体素质,关系到千家万户、男女老少、亿万人民群众的切身利益,关系到全面建设小康社会和中华民族复兴的大战略。

本书对于各级政府官员,特别是医疗卫生科技战线上的行政领导,在学习贯彻中共中央国务院关于卫生改革与发展的决定方针和政策等方面大有裨益;对于卫生技术人员了解和学习新知识、新技术方面也会开阔视野;对于广大人民群众认识、预防疾病和促进健康方面也会获益多多。总之,这是一本宣传党的卫生工作方针政策的书,是一本介绍医疗卫生新知识、新技术的书,是一本推行健康生活新理念的书,希望您读后能从中受益。

衷心感谢为适宜卫生技术研究、筛选、推广、应用、发展作出积极贡献的单位和个人。

**编者**

2010年6月13日,于郑州

## 第 一 章

# 说技术，谈科学

### 第一节 传说与科技史话 3

- 一、从飞天与嫦娥奔月说起 3
- 二、“千岁”、“太岁”和肉灵芝 6
- 三、天花、牛痘和种牛痘 8
- 四、输血史话 9
- 五、汶川大地震医疗救助的启示 11

### 第二节 技术与科学 14

- 一、“技术”的概念 14
- 二、技术的基本内涵 16
- 三、“科学”的概念 16
- 四、科学的基本内涵 17
- 五、技术与科学的区别和联系 18

### 第三节 生命科学与医学 20

- 一、生命科学概述 20
- 二、生命科学与医学 21
- 三、中医学的生命科学观 23
- 四、生命科学与生殖健康 25
- 五、生命科学与人类健康 28

### 第四节 人类文明与科学技术 30

- 一、科学技术是人类进步和发展的动力 30
- 二、科学技术是第一生产力 32
- 三、适宜卫生技术的时代特征 33

## CONTENTS 目 录

- 四、适宜卫生技术的地域特征 34
- 五、科技发展是国家发展的重要战略 35

## 第五节 适宜卫生技术和中国医改 37

- 一、疾病——人类文明进程中的最大敌人 37
- 二、卫生科技为人民健康保驾护航 41
- 三、我国卫生事业发展与医疗卫生改革 42
- 四、城镇化进程中农村与社区卫生事业发展 45
- 五、中国适宜卫生技术研究推广发展战略 46

## 第二章

# 适宜卫生技术的研究与筛选

## 第一节 适宜卫生技术的研究 53

- 一、适宜卫生技术的定义 53
- 二、适宜卫生技术的特点 54
- 三、国外适宜卫生技术研究概况 56
- 四、我国适宜卫生技术研究进展 58
- 五、协调发展高新技术和适宜技术 61

## 第二节 适宜卫生技术和诊疗的优化原则 64

- 一、适宜技术与诊疗最优化的可行性研究 64
- 二、白内障手术中的适宜技术与诊疗最优化举例 66
- 三、适宜卫生技术与适宜医疗 69
- 四、适宜卫生技术与基本医疗服务 72
- 五、WHO 基本卫生技术决策与实践 75

## 第三节 农村、社区适宜卫生技术需求调查 78

- 一、诊疗适宜技术 78

- 二、中医适宜技术 80
- 三、计划生育和生殖健康适宜技术 83
- 四、妇幼保健适宜卫生技术 86
- 五、社区适宜卫生技术需求 88

#### 第四节 适宜卫生技术的筛选 92

- 一、适宜卫生技术筛选研究 92
- 二、中医药适宜技术的筛选过程及其评价 94
- 三、计划生育和生殖健康适宜技术的筛选 96
- 四、筛选项目申报指南 98
- 五、卫生部向农村和城市社区推广适宜技术 100

#### 第五节 卫生部“十年百项”适宜技术 第二批项目分类介绍(摘选) 102

- 一、西医检查诊断技术 102
- 二、西医治疗抢救技术 120
- 三、中医药诊疗技术 140
- 四、计划生育和生殖健康技术 148
- 五、婴幼儿适宜卫生技术 164
- 六、信息管理及其他 187

### 第 三 章

## 适宜卫生技术的推广

#### 第一节 适宜卫生技术的推广应用研究 203

- 一、卫生部关于加强适宜卫生技术推广工作的指导意见 203
- 二、河南农村适宜卫生技术推广示范实践中的问题 205
- 三、农村卫生适宜技术推广过程中的影响因素 207

四、农村中医适宜技术应用影响因素调查 211

五、妇幼保健优生优育适宜技术推广应用 212

## 第二节 适宜卫生技术推广模式 215

一、模式的定义与分类 215

二、模式一(政府主导型)应用举例分析和评价 216

三、模式二(政府引导型)应用举例分析和评价 220

四、模式三(政府推动型)应用举例分析和评价 222

五、模式四(专家主导型)应用举例分析和评价 223

六、分类指导、因地制宜 225

## 第三节 适宜卫生技术推广效果评价 227

一、适宜卫生技术评价常用方法 227

二、适宜卫生技术推广效果经济学评价方法举例 229

三、河南省农村适宜卫生技术推广绩效评估 231

四、适宜卫生技术病人服务满意度分析 232

五、社区适宜卫生技术应用效果评价 234

## 第四节 适宜卫生技术推广难点及解决方案探讨 238

一、适宜卫生技术推广现状调查 238

二、适宜卫生技术推广过程中的影响因素分析 241

三、适宜卫生技术推广中的管理问题 243

四、适宜卫生技术推广应用中的难点分析 245

五、适宜卫生技术推广策略及建议 247

## 第五节 适宜卫生技术推广长效机制和体系建设 250

一、适宜卫生技术推广是我国卫生工作一项基本方针 250

二、关于推广机制和建立长效机制的思考 252

三、强化长效推广机制和体系建设 253

四、强化适宜卫生技术农村卫生人才队伍建设 255

## 第 四 章

# 适宜卫生技术的示范应用

### 第一节 示范应用案例分析 265

- 一、高血压 265
- 二、糖尿病 273
- 三、有机磷农药中毒急救 276
- 四、电针治疗腰椎间盘突出症 280
- 五、分娩镇痛技术 284

### 第二节 河南省推广适宜卫生技术项目 290

- 一、筛选适宜卫生技术项目 290
- 二、西医适宜技术项目 290
- 三、中医适宜技术项目 291
- 四、计划生育和生殖健康适宜技术项目 292
- 五、适宜技术项目的评估 292

### 第三节 乡村医生继续教育 296

- 一、乡村医生需要医学继续教育 296
- 二、乡村卫生技术人员现况调查 297
- 三、加强乡村医生队伍建设 298
- 四、乡村医生教育实践 299
- 五、唐河县重视适宜卫生技术推广应用 300

### 第四节 灾害医学救治技术 304

- 一、灾害医学的概念和特点 304
- 二、灾害医学教育 304

- 三、灾害医学救助体系 305
- 四、灾害医学救治技术要点 307
- 五、灾害救治实践拾零 309

## 第五节 突发公共卫生事件的医疗卫生应对 313

- 一、突发公共卫生事件的概念和分类 313
- 二、突发公共卫生事件应急条例 314
- 三、突发公共卫生事件的应急处置 315
- 四、突发公共卫生事件案例举例(一) 317
- 五、突发公共卫生事件案例举例(二) 320

## 第 五 章

# 常见病诊疗要点

## 第一节 心血管疾病 326

- 一、冠心病 326
- 二、高血压 328
- 三、高血脂 331
- 四、急性心肌梗死 333
- 五、心绞痛 335

## 第二节 脑血管疾病 337

- 一、脑血栓形成 338
- 二、脑栓塞 341
- 三、脑出血 343
- 四、蛛网膜下腔出血 345
- 五、脑动脉硬化症 347

## 第三节 恶性肿瘤 351

- 一、食管癌 351

- 二、胃癌 353
- 三、肺癌 357
- 四、乳腺癌 360
- 五、宫颈癌 364

#### 第四节 妇科疾病 367

- 一、阴道炎 367
- 二、宫颈糜烂 374
- 三、子宫肌瘤 376
- 四、不孕不育症 379
- 五、性传播疾病 380

#### 第五节 儿童期常见疾病 385

- 一、手足口病 385
- 二、细菌性痢疾 387
- 三、食物中毒 388
- 四、呼吸道感染 391
- 五、泌尿系统感染 393

## 第 六 章

# 送知识，送健康

#### 第一节 农村社区健康教育与健康促进 399

- 一、全国亿万农民健康教育行动规划 399
- 二、做好农村重点人群和重大疾病防治的健康教育 401
- 三、农村健康教育模式赏析 403
- 四、农村健康教育存在的问题和建议 405
- 五、农村社区健康教育发展展望 407

## 第二节 饮食营养与健康 412

- 一、从饮食营养说健康 412
- 二、健康是人们终生的期盼 413
- 三、健康饮食 416
- 四、吃太饱的猴子死得快 417
- 五、膳食与常见慢性病防治 418

## 第三节 如何面对癌症 429

- 一、认识癌症 429
- 二、远离癌症 431
- 三、癌症的早期发现 433
- 四、癌症的规范化治疗 436
- 五、癌症的预防与控制重在健康教育 438

## 第四节 《健康路线图——血液与健康》 ——谈其他慢性病的防治 441

- 一、从《健康路线图——血液与健康》一书谈起 441
- 二、查验血液知健康 444
- 三、血脂 449
- 四、血糖 453
- 五、输血与血液安全 457

## 第五节 生活方式与健康 461

- 一、卫生部明确 30 余项健康生活方式与行为 461
- 二、健康公式 462
- 三、亚健康问题 464
- 四、健康之路 466
- 五、健康大合唱 469

第 一 章

说技术,谈科学