

传染病防治篇

健康大百科

主编 金荣华

- 北京市人民政府组织
- 10位院士审定、推荐
- 1000位专家参加编写
- 解答生活中6000个健康问题



人民卫生出版社

◎ 內容豐富、圖文並茂
◎ 內容詳實、圖文並茂
◎ 內容詳實、圖文並茂
◎ 內容詳實、圖文並茂

健康大百科

傳染病防治法
傳染病防治法
傳染病防治法
傳染病防治法



健康大百科

·健康大百·

传染病防治篇

主 编 金荣华

副主编 魏 来 赵 敏

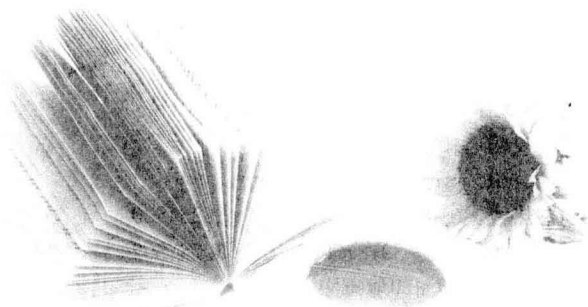
编 委 (按姓氏笔画排序)

丁惠国 王 宇 王 豪 刘彦春 杨华升 杨志云

吴 昊 周志平 庞 琳 封 波 饶慧瑛 秦恩强

高 燕 黄晓婕 蒋荣猛

秘 书 张月宁 胡中杰



人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

健康大百科. 传染病防治篇/金荣华主编. —北京:
人民卫生出版社, 2012. 1
ISBN 978-7-117-15248-8

I. ①健… II. ①金… III. ①保健—普及读物②传
染病防治—普及读物 IV. ①R161-49②R183-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第260211号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

健康大百科 传染病防治篇

主 编: 金荣华

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里19号

邮 编: 100021

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830
010-59787586 010-59787592

印 刷: 潮河印业有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 21

字 数: 301千字

版 次: 2012年1月第1版 2012年1月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-15248-8/R·15249

定 价: 36.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

《健康大百科》

系列丛书编委会

主 任 丁向阳 北京市人民政府

主 编 方来英 北京市卫生局

副主编 赵春惠 北京市卫生局

编 委 (按姓氏笔画排序)

丁 辉 北京妇产医院

马长生 北京安贞医院

王天有 首都儿科研究所

王艳春 北京市卫生局疾病控制处

邓 瑛 北京市疾病预防控制中心

申昆玲 北京儿童医院

孙 正 北京口腔医院

朱桦栋 北京协和医院

刘 英 北京市健康促进工作委员会办公室

刘秀荣 北京市疾病预防控制中心

陈 峥 北京老年医院

杨甫德 北京回龙观医院

杨金奎 北京同仁医院

金荣华 北京佑安医院

谢 辉 北京市卫生局疾病控制处

曾晓芑 北京市疾病预防控制中心

科学顾问（按姓氏笔画排序）

- 王陇德 中国工程院院士，第十一届全国人大常委、中华预防医学会会长、卫生部“健康中国2020战略研究组”首席专家、卫生部疾病预防控制专家委员会主任委员、浙江大学公共卫生学院院长
- 王忠诚 中国工程院院士，北京天坛医院名誉院长、北京神经外科研究所所长，神经外科教授，著名神经外科专家
- 王澍寰 中国工程院院士，北京积水潭医院名誉院长，著名手外科专家
- 庄 辉 中国工程院院士，北京大学医学部教授，博士生导师，现任世界卫生组织西太区消灭脊髓灰质炎证实委员会委员、世界卫生组织西太区乙型肝炎专家工作组成员、世界肝炎联盟公共卫生学专家、中华预防医学会副会长
- 陈君石 中国工程院院士，中国疾病预防控制中心营养与食品安全所研究员、营养与食品安全专家
- 张金哲 中国工程院院士，中国小儿外科创始人之一
- 胡亚美 中国工程院院士，著名儿科专家
- 翁心植 中国工程院院士，北京朝阳医院名誉院长、北京呼吸疾病研究所所长、教授，内科学专家，在普通内科、寄生虫病、心血管病和呼吸系统病诸领域均有创造性贡献
- 高润霖 中国工程院院士，中国医师协会副会长，中华医学会心血管病学会前任主任委员，中国医学科学院阜外心血管病医院学术委员会主任，心内科首席专家
- 程书钧 中国工程院院士，中国医学科学院肿瘤医院肿瘤病因学专家



总 序

“普及健康知识，参与健康行动，提供健康保障，延长健康寿命”是北京市健康促进工作中要遵守的原则。北京市人民政府于2009年5月发布了《健康北京人——全民健康促进十年行动规划（2009—2018）》。为全面满足首都市民对健康科普知识的迫切需求，并充分发挥医疗卫生系统健康科普传播主渠道的作用，北京市健康促进工作委员会、北京市卫生局组织在京医疗、卫生领域的优势专家资源编写了这套《健康大百科》系列科普丛书。

本套丛书以满足市民日常的健康需求为基本原则，从关注人的生命全周期出发，内容涉及人生不同阶段正常或疾病状态下的健康指导，帮助首都市民获得科学的健康知识和技能，满足市民全方位的健康需要。全套丛书共有10本，分别为健康大百科之《孕育篇》、《学龄前儿童篇》、《青少年篇》、《中青年篇》、《老年篇》、《口腔保健篇》、《家庭急救篇》、《传染病防治篇》、《心理健康篇》、《心脑血管病防治篇》，是一套适合于市民家庭使用的健康指导工具书。

为了使本套丛书能切实发挥其应有的作用，本书策划、编辑历时一年时间，期间，北京市健康促进工作委员会、北京市卫生局通过组织专家研讨会、开展网络调查、收集市民电话咨询的热点问题等多种途径，广泛征集广大市民对健康问题的意见，就丛书内容和表现形式广泛征求专家、学者等各界人士对本书的意见和建议。全书以答疑解惑的形式解答了不同生命周期常见的、重点的市民健康

问题，在组织、编辑上力求集科学性、实用性和可读性于一体。居民家庭可成套选择，也可根据家庭成员的不同情况选择其中的一册或多册。我相信这套凝聚首都众多医学专家智慧的健康科普丛书一定能够帮助首都市民获得科学的健康知识和技能，实现“少得病、晚得病、不得病”的健康幸福生活。

本书在编写过程中得到了众多医学专家的大力支持，他们在百忙之中以“医者仁心”的态度精益求精地完成了编写及审校工作；特别说明的是，本书还得到了王陇德、王忠诚等10位院士的悉心指导和题词推介，在此一并表示感谢。市民朋友们，这套丛书的出版是《健康北京人——全民健康促进十年行动规划（2009—2018）》的重要行动，它一定会成为市民家庭生活中必不可少的健康指导工具书。衷心希望大家在阅读过程中提出宝贵意见和建议。

丁向陽

2011年11月

前言



从人类诞生的那天起，人类与传染病的斗争就从未停止过。在对人类健康和生命造成巨大威胁的疾病中，传染病始终占据着重要的位置。今天，在发展中国家，传染病依然是居民发病与死亡的主要原因。尽管人类在与传染病的斗争中取得了非常伟大的成就，但近30年却出现了诸如艾滋病病毒感染等40余种新发传染病。

2002年末，源自中国南部地区的传染性非典型肺炎引起的政治和社会影响是巨大的，至今在人们心理上的伤痛依然存在；2004年又出现人感染高致病性禽流感流行，其阴影至今仍挥之不去；许多科学家相信，下次世界范围内的流感大流行的发生只是时间早晚的问题。曾一度被控制住传染病，如手足口病、血吸虫病、结核病、鼠疫、疟疾等近年再燃复发，给人们留下了深刻的记忆。传染病对人类的威胁不仅在于疾病可以在人群中迅速传播和扩散，还在于造成人们对健康和生命的恐慌情绪而引起社会不稳定。随着病原体的进化，环境和宿主行为的改变，人类面临新旧传染病的双重威胁，加之越来越严重的细菌耐药问题，传染病的防控工作变得更为复杂、艰巨。

让您和您爱的人远离传染病似乎有些不可思议，但事实上，通过改变不良的生活习惯和行为，善待自然，减少病原体进入您身体的机会，就可以预防大多数传染性疾病的传播。

本书编者由国内外知名或一直战斗在传染病防控一线的传染病专家组成。编者以科学性和实用性为前提，用通俗、趣味的语言，通过对传染病的基本概念，预防方法，常见和重大疾病的关键问题，

以及传染病控制和热点问题的描述，以一问一答的方式编排，旨在帮助广大市民正确地了解传染病知识，预防传染病发生，病后获得规范救治，科学有序应对新发传染病和突发公共卫生事件。

由于编写时间较紧，编者水平有限，本书难免存在一些缺点和错误，诚望广大读者批评指正。另外，本书作为一本科普读物，并不能实现指导大家自我诊断和治疗疾病的目的，请广大读者在阅读时注意。

金荣华

2011年11月



目 录

第一章 知己知彼

1. 为什么有的病会传染	3
2. 一种病有哪些特征, 就可能是传染病	4
3. 什么是“突发公共卫生事件”	4
4. 为什么有的传染病需要强制管理	5
5. 接触传染病患者后为何要进行医学观察	5
6. 传染病的流行是怎样一个过程	6
7. 如何理解传染病的“传染源”	6
8. 什么是“病原携带者”	7
9. 传染病可通过哪些途径传播	8
10. 何谓“易感者”及“人群易感性”	9
11. 保护易感人群的措施有哪些	10
12. 人体有哪些天然抵抗传染病的能力	10
13. “提高人体素质, 增强抗病能力”主要是指什么	11
14. 传染病一般有哪些特征性的表现	12
15. 发疹性传染病都有哪些特点	13
16. 传染病一般是怎样分期的	14
17. 潜伏期和“窗口期”是一回事么	14
18. 什么是显性感染和隐性感染	15
19. “一个微观的奇妙世界”, 怎样认识微生物	16

20. “病原微生物”是什么意思	16
21. 微生物是如何让人得病的	16
22. 什么是细菌	17
23. 正常人身上的细菌，一般在什么条件下会导致疾病	17
24. 什么是病毒	18
25. 传染病的一般治疗措施有哪些	18
26. 为什么说传染病的预防重于治疗	19
27. 抗生素就是“消炎药”吗	20
28. 不合理使用抗生素的危害有哪些	21
29. 孕妇、老人和小孩在抗生素使用上应该注意哪些问题	21
30. 怎样理解“营养”与“传染病”之间的关系	22
31. 针对传染病治疗，为什么要强调“随访和复诊”的重要性	23
32. 传染病会有后遗症吗	24
33. 为什么有的传染病一生只得一次	24
34. 为什么有的传染病可以反复感染	24
35. “快乐养病，有利健康”，为什么传染病患者应该保持 良好的心态	25
36. 不必谈“传染”色变——如何正确对待传染病患者	26

第二章 防患未然

第一节 从我做起	31
37. 哪些生活方式有利于预防传染病	31
38. 我们的手到底有“多脏”	32
39. 怎样才是正确的洗手方法	33
40. 为什么便前也要洗手	34
41. 怎样正确佩戴口罩	34
42. 生吃蔬菜水果应注意什么	35

43. 为什么不能共用牙刷、剃须刀	36
44. 皮肤黏膜有伤口怎么办	36
45. 为什么需要盖上盖子再冲马桶	36
46. “安全性行为”的含义是什么	37
47. 使用避孕套就一定能防止染上性病吗	37
48. 吸毒会造成哪些疾病的传播	38
49. 为什么说吸毒是传染病的“温床”	38

第二节 成竹在胸

50. 呼吸道传播传染病有哪些	39
51. 什么情况下容易患呼吸道感染	39
52. 如何预防呼吸道传播传染病	39
53. 消化道传播传染病有哪些	40
54. 怎样防止“病从口入”	40
55. 为什么说“广州管圆线虫病，偏爱吃螺人”	41
56. 接触传播传染病有哪些	42
57. 如何预防接触传播传染病	42
58. 血液传播传染病有哪些	43
59. 如何预防血液传播传染病	43
60. 虫媒传播传染病有哪些	43
61. 常见的传播虫媒传染病的动物你知道几种	44
62. 如何预防虫媒传播传染病	44
63. 蚊子能传播传染病吗	45
64. 如何预防蚊子传播的传染病	45
65. 苍蝇能传播传染病吗	46
66. 如何预防苍蝇传播的传染病	47
67. 老鼠能传播传染病吗	47
68. 如何预防老鼠传播的传染病	48
69. 跳蚤、虱子能传播传染病吗	48

70. 如何预防跳蚤、虱子传播的传染病	49
71. 自然疫源性传播传染病有哪些	49
72. 如何预防自然疫源性传染病	49
73. 是否存在“医源性传播传染病”	50
74. 针对“医源性传播传染病”，医院都有哪些预防措施	50
75. 有哪些传染病妈妈会“遗传”给孩子	51
76. 如何预防母婴传播传染病	52
第三节 预防接种	53
77. 什么是疫苗	53
78. 疫苗是怎样发挥作用的	53
79. 接种疫苗前有哪些注意事项呢	54
80. 哪些人不宜接种疫苗	54
81. 接种疫苗后有哪些注意事项	55
82. 接种疫苗后可能会出现哪些不良反应	56
83. 为什么有些传染病的预防需要注射疫苗，有些则注射抗毒素	56
84. 为什么需要预防接种	57
85. 预防接种安全吗	58
86. 您知道什么是计划免疫吗	58
87. 儿童计划免疫是完全免费的吗	59
88. 计划免疫的疫苗哪些是活疫苗，哪些是死疫苗	59
89. 计划免疫接种证是什么	60
90. 如何办理计划免疫接种证	60
91. 什么是非计划免疫	60
92. 非计划免疫疫苗要打吗	60
93. 什么是“暴露后预防”	61
第四节 居家生活	62
94. 家里看不见的角落有什么隐患	62
95. 日常生活中方便、可靠的消毒办法有哪些	63

96. 怎样选购家用消毒用品	64
97. 皮肤如何进行消毒	64
98. 食物如何进行消毒	65
99. 应该将水煮多长时间, 才能安全地去除病原微生物	66
100. 餐具如何进行消毒	66
101. 排泄物和分泌物如何进行消毒	66
102. 地面、墙壁、门窗如何进行消毒	67
103. 空气如何进行消毒	67
104. 衣服、被褥、床单如何进行消毒	68
105. 家具、玩具如何进行消毒	68
106. 饲养宠物的卫生	68
107. 宠物狗有哪些传染病会传染给人	69
108. 宠物狗的传染病如何预防	70
109. 宠物猫有哪些传染病	70
110. 宠物猫/狗的主人如何预防人畜共患传染病	70
111. 被宠物咬伤后应该怎么做	71
112. 家里有传染病患者怎么办	71
113. 如何护理传染病患儿	72
114. 家住传染病院附近危险吗	72

第五节 出门在外

115. 在公共场所应养成哪些卫生习惯	74
116. 外出就餐应该注意什么	74
117. 乘坐公共交通工具时需要注意什么	75
118. 生活中, 如何预防钱币、公用电话等媒介引起传染病	76
119. 公共游泳池有传染病危险吗	76
120. 怎样正确使用公共厕所	77
121. 到医院去应注意些什么	77
122. 旅行前应做哪些准备预防传染病	78

123. 旅游容易罹患哪些传染病, 如何预防	80
124. 旅行期间哪些病没有疫苗或药物预防	81
125. 通过哪些渠道可以获得旅行国的相关疫情	81
126. 旅行期间的饮食安全有哪些	82
127. 如何准备旅行药箱	82
128. 何谓旅行者腹泻	82
129. 旅行者腹泻的表现是什么	83
130. 旅行者腹泻如何治疗	83
131. 如何预防旅行者腹泻	84
132. 前往东南亚旅行如何预防传染病	85
133. 前往非洲旅行如何预防传染病	85
134. 前往欧洲旅行如何预防传染病	86
135. 前往北美洲旅行如何预防传染病	86
136. 前往南美洲旅行如何预防传染病	86
137. 前往大洋洲旅行如何预防传染病	87
138. 南方有哪些传染病	87
139. 牧区旅行需要注意什么	87
140. 江河湖泊周围怎样注意	87
141. 孕妇旅游需要特别注意哪些传染病	87
142. 儿童外出旅游应注意哪些	88
第六节 平安人生	89
143. 6个月的孩子为什么不容易得病	89
144. 为什么有些传染病只发生于小儿	89
145. 怎样培养孩子的良好卫生习惯	89
146. 哪些传染病青少年多发	91
147. 中青年应该警惕哪些传染病	91
148. 老年人容易有哪些传染病	91
149. 孕妇如何预防传染病	92

150. 医护人员如何预防传染病	92
151. 压力真的会增加您的感染机会吗	93
152. 人在压力下, 机体免疫系统如何调适	93
153. 压力下人体容易感染哪些疾病	93
154. 压力下如何减少感染的发生	94
第七节 人与自然	95
155. 春季如何预防传染病	95
156. 夏季如何预防传染病	95
157. 秋季如何预防传染病	96
158. 为什么秋季仍以预防肠道传染病为主	96
159. 冬季如何预防传染病	96
160. 在自然灾害期间该如何避免生病	97
161. “紧急情况”下都需准备些什么	97
162. 自然灾害后该如何清洁可能接触食品的物体表面	98
163. 如果在居住的地方要发洪水, 该怎么办	98
164. 洪水过后, 回到家中该做什么	98
165. 电力中断后, 如何确定食物是可以安全食用的	99
166. 在紧急状态后, 该如何安全使用漂白粉剂进行清洁和消毒	100
167. 地震后如何预防肠道传染病	100

第三章 分类突破

第一节 鼠疫	103
168. 鼠疫为什么又叫“黑死病”	103
169. 鼠疫的最大危害是什么	103
170. 我国鼠疫疫源地有哪些	104
171. 鼠疫就是老鼠传播给人类的瘟疫吗	105
172. 鼠疫离我们很远吗	106