
学生常见病防治手册

● 王 颖 赵振平 主编

XUE SHENG
CHANG JIAN BING
FANG ZHI SHOU CHE

天津科学技术出版社

前 言

学生是祖国未来的建设者和保卫者,正处于学知识、长身体的黄金时期,他们的健康成长对中华民族素质的提高有极其重要的意义。为提高学生的自我保健能力,达到世界卫生组织提出的“二〇〇〇年人人享有卫生保健”的目标,编委会组织国内部分有丰富临床经验的医师编写了《学生常见病防治手册》一书,此书从保护青少年学生的身心健康出发,对学生常见病、多发病的防治,从介绍病因入手,深入浅出地讲述疾病的发生经过及如何防患于未然。编写中注意突出三大特点:①紧密结合青少年学生自身发育特点;②预防为主,防治结合;③科学实用。本书易懂易记,便于掌握,利于普及,本书可供学校卫生工作者、学生及学生家长参阅。

由于编者经验、学识不足,时间紧迫,不当之处恳请广大同道不吝指正。

山东省医学科学院

院长书记

耿德祥

1982.11.18

《学生常见病防治手册》编者名单

- 主 编** 王 颖 山东菏泽地区防疫站
赵振平 陕西西安市长安县教育局
- 副主编** 李明强 山东东明一中
郭爱芝 山东东明县防疫站
万观耀 广东湛江中医学校
- 编 委** 杜 鹃 山东邹城传染病医院
崔亚非 河北石家庄市桥东区防疫站
刘宪美 山东宁阳县防疫站
郭坤元 崔反修 山西晋城城区防疫站
邱湘伊 黑龙江伊春林业中心医院
杨秀棉 陕西西安市长安县教师进修学校
南佳艳 柴文凤 赵振怀 西安医科大附设卫校
高 鸿 山东昌乐中医院口腔科
陈永霞 山东菏泽精神病院
-

目 录

第一章 常见症状

一、发热	1
二、头痛	3
三、腹痛	5
四、咳嗽	7
五、腹泻	9
六、皮疹	12
七、高血压	14
八、血尿	16
九、便血	16
十、黄疸	18
十一、恶心、呕吐	20
十二、肝脾肿大	21

第二章 常见传染病

一、细菌性痢疾	23
二、百日咳	26
三、白喉	29
四、破伤风	33

五、流行性乙型脑炎·····	36
六、猩红热·····	39
七、流行性脑脊髓膜炎·····	42
八、单纯疱疹·····	45
九、麻疹·····	47
十、风疹·····	50
十一、水痘·····	51
十二、流行性感胃·····	53
十三、病毒性肝炎·····	56
十四、流行性腮腺炎·····	60
十五、狂犬病·····	62

第三章 常见寄生虫病

一、蛔虫病·····	66
二、钩虫病·····	69
三、蛲虫病·····	70

第四章 常见口腔疾病

一、牙齿发育异常·····	73
二、龋齿·····	74
三、牙髓炎·····	78
四、根尖周炎·····	82
五、青少年牙周炎·····	84
六、智齿冠周炎·····	86

七、阿弗它口炎·····	87
--------------	----

第五章 常见耳鼻咽喉疾病

一、盯聆栓塞·····	91
二、外耳道疔·····	92
三、鼻疔·····	93
四、急性化脓性中耳炎·····	94
五、非化脓性中耳炎·····	96
六、鼻出血·····	97
七、急性鼻炎·····	99
八、急、慢性鼻窦炎·····	102
九、急性扁桃体炎·····	104

第六章 常见眼科疾病

一、近视眼·····	107
二、弱视·····	111
三、斜视·····	112
四、麦粒肿、霰粒肿·····	114
五、沙眼·····	115
六、病毒性结膜炎·····	119
七、急性卡他性结膜炎·····	121
八、春季结膜炎·····	122

第七章 常见皮肤疾病

一、疣·····	123
二、传染性软疣·····	126
三、手足癣、甲癣·····	128
四、疥疮·····	130
五、冻疮·····	132
六、痤疮·····	134
七、瘡子·····	136
八、过敏性紫癜·····	137
九、湿疹·····	140
十、丘疹性荨麻疹·····	145

第八章 少女常见妇科病

一、经前期紧张综合征·····	147
二、原发性痛经·····	149
三、青春期功能失调性子宫出血·····	151
四、滴虫性阴道炎·····	153
五、代偿性月经·····	154

第九章 常见呼吸系统疾病

一、急性上呼吸道感染·····	158
二、急性支气管炎·····	161

三、支原体肺炎·····	164
四、支气管扩张·····	165

第十章 常见消化系统疾病

一、急性单纯性胃炎·····	167
二、急性坏死性肠炎·····	169
三、肠功能紊乱症·····	171

第十一章 常见泌尿系统疾病

一、急性肾小球肾炎·····	174
二、肾病综合征·····	176
三、泌尿系感染·····	177

第十二章 常见造血系统疾病

一、缺铁性贫血·····	182
二、特发性血小板减少性紫癜·····	185

第十三章 常见外科疾病

一、桡骨小头半脱位·····	187
二、肩关节、肘关节脱位·····	187
三、胫骨结节骨软骨炎·····	189
四、踝关节扭伤·····	190

五、急性腰扭伤.....	191
六、扁平足.....	192
七、脊柱弯曲异常.....	194
八、急性阑尾炎.....	197

第十四章 心理、行为异常及精神神经疾病

一、口吃.....	199
二、精神发育迟滞.....	200
三、缄默症.....	202
四、学习技能发育障碍.....	203
五、儿童多动综合征.....	204
六、癔症.....	205
七、抑郁性神经症.....	209
八、学校恐怖症.....	210
九、焦虑症.....	212

第十五章 与社会有关的病态行为

一、青少年学生吸烟.....	214
二、手淫.....	216
三、自杀与自伤.....	217
四、神经衰弱.....	219
五、适应性障碍.....	222

第十六章 其它疾病

一、碘缺乏病·····	225
二、单纯性肥胖·····	227
三、过度锻炼综合征·····	229

第十七章 常用急救

一、溺水·····	231
二、晕厥·····	233
三、中暑·····	235
四、触电、雷击·····	237
五、酒精中毒·····	239
六、细菌性食物中毒·····	240
七、发芽马铃薯中毒·····	243

第十八章 急救技术常识

一、人工呼吸·····	246
二、胸外心脏按摩·····	247
三、外伤止血·····	247

第一章 常见症状

一、发 热

凡体温升高超过正常范围且一日间体温波动超过 1°C 以上时,即为发热。正常人的体温通过神经、体液的调节而保持相对恒定。一般小儿体温正常范围为:腋温 $36\sim 37^{\circ}\text{C}$;口温 $36.2\sim 37.2^{\circ}\text{C}$;肛温 $36.5\sim 37.7^{\circ}\text{C}$ 。根据发热的高低常分为低热 $37.4\sim 38^{\circ}\text{C}$;中等发热 $38.1\sim 39^{\circ}\text{C}$;高热 $39.1\sim 41^{\circ}\text{C}$;超高热 41°C 以上。

【发热原因与机理】

(一)发热原因 一般分为感染性和非感染性,以前者多见。

1. 感染性发热 见于各种病原体感染,如败血症、结核、疟疾、伤寒、斑疹伤寒、菌痢、呼吸道感染、尿路炎症、感染性心内膜炎、胆道感染、霉菌感染。

2. 非感染性发热 常见疾病如风湿热、系统性红斑狼疮、恶性肿瘤、脑出血、大面积烧伤、药物热、中暑等。

(二)发热机理 引起发热的物质称致热原,可分内源性致热原和外源性致热原两类。外源性致热原包括:细菌内毒素、抗原抗体复合物、霉菌产物、螺旋体等,它们的作用在于能够促使内源性致热原的产生和释放,直接作用于体温调节

中枢,从而引起发热。

【诊断要点】

(一)临床表现 可分为3个阶段:

1. 体温上升期 主要为疲乏不适感,肌肉酸痛,皮肤苍白、干燥、无汗,畏寒或寒战等症状。此期体温上升速度可缓可急。

2. 高热持续期 主要为皮肤潮红灼热,呼吸加快加强。此期可持续数小时、数天或数周。

3. 体温下降期 此期体温下降有骤降或渐降两种方式,常伴有出汗。

(二)辅助检查

1. 血常规 细菌感染时,白细胞升高,中性粒细胞比例升高;病毒感染时,白细胞下降,淋巴细胞分类可增高。

2. 尿常规 泌尿系感染时,尿中白细胞增加,可见脓球。

3. 大便检查 菌痢时可见脓球。

4. 其它检查 ① 血培养;② 抗“O”、类风湿因子、血沉等;
③ 肥达氏、外斐氏反应;④ 胸片;⑤ B超。

【治疗】

(一)病因治疗 针对引起发热的各种原发病治疗,发热将随之得到控制。如结核病引起发热采取抗痨治疗;细菌感染、败血症引起的发热须用抗生素抗感染治疗。

(二)对症治疗

1. 一般疗法 卧床休息,补充能量消耗,鼓励患者多进流质饮食、多饮开水等,并注意纠正水、电解质紊乱。

2. 适当降温 ① 物理降温,用温水或酒精擦浴,冰袋冷

敷于额、腋窝等处；② 药物降温，可用复方氨基比林、柴胡等，较重者可加用激素，注意对身体极虚弱者不要骤降体温，对原因不明的发热不要盲目降温。

二、头 痛

头痛系指眉毛以上至枕下部范围的疼痛，是由颅内外对疼痛敏感的结构受到致病因素的刺激所引起，在中学生中较为常见。

【病因】

在临床上引起头痛的原因多而复杂，在学生中常见有以下几种：

（一）神经血管性头痛 主要由于颅内、外血管异常扩张所致，头痛常呈搏动性，部位因扩张血管的分布而异。如偏头痛多见于青春期女性，常有家族史。

（二）肌收缩性头痛 主要由于精神因素的刺激，如过度焦虑、忧郁，精神压力过重或不良的学习姿势引起颈项骨骼肌收缩痉挛而产生。

（三）眼部病变 屈光不正。

（四）鼻及口腔病变 是引起学生头痛的常见原因之一，如副鼻窦炎、牙髓炎等均常伴有头痛。

（五）心血管病变 青春期高血压患者。

除此之外，如颈椎病、脑膜炎、颅内占位性病变是引起头痛的常见原因，但在中学生中不占主要地位。

【诊断要点】

（一）临床表现 头痛是许多疾病的常见伴随症状，临床

上可有以下特点：

1. 起病 急性头痛并伴有发热者，常预示某一急性感染，缓慢起始的头痛多见于颅内、外多种慢性疾病。

2. 头痛部位 头痛位于头部浅表部位者多为眼源性、鼻源性疾病，如鼻炎；若位于头颅深部，疼痛部位与病变部位不一定相符，但病痛多向病变同侧的外面放射；一侧性头痛则是偏头痛和颅神经痛的特征。

3. 头痛的发生时间、持续时间 ① 晨间头痛加剧多见于颅内占位性病变，是由于睡眠后颅内压相对增高所致，有规则的晨间头痛可见于鼻炎；② 丛集性头痛(组织胺性头痛)往往在夜间发作；③ 长期看书、学习后发生的头痛多为眼源性头痛；④ 牙齿遇冷热刺激或咀嚼诱发的头痛多为齿源性头痛；⑤ 短暂、剧烈的头痛多为神经性和血管性头痛；⑥ 肿瘤引起的头痛多呈慢性进展性头痛。

4. 头痛的性质和程度 ① 性质比较特殊的头痛如阵发性、电击样、短促剧烈痛多为三叉神经痛；② 搏动性头痛则为血管性头痛；③ 吞咽动作诱发疼痛或使之加剧则是吞咽神经痛。头痛的程度与疾病的轻重通常无平行关系，一般而言，三叉神经痛、偏头痛、脑膜刺激所致的头痛最为剧烈，眼源性、鼻源性、齿源性及慢性病变诱发的头痛为中等程度或钝性疼痛。

5. 头痛的伴发症状 头痛并伴有剧烈呕吐者多为颅内压增高的征象；头痛剧烈时发生呕吐、吐后头痛减轻则是偏头痛；头痛伴有剧烈眩晕者见于小脑和耳源性病变。

(二) 辅助检查 脑电图、脑血流图；头颅、颈椎、鼻窦窦X片、CT；脑超声波、放射性同位素脑扫描。

【鉴别诊断】

由于头痛的病因多而复杂，对疑难病例除了详细的病史、细致和全面的神经系统检查外，眼科、耳鼻喉科、口腔科检查也很重要。如头痛并伴有视力障碍者多见于某些眼病和脑部肿瘤；头痛伴有复视、呕吐和发热的青少年则提示有脑膜炎的可能等。

【预防】

(一)教育、指导中学生从小养成良好的学习、生活习惯，及时纠正不良的学习、看书和写字姿势。

(二)积极开展体育活动，提高学生的身体素质，增强其防病能力。

(三)改善学习环境和采光照明条件，预防屈光不正的发生。

【治疗】

(一)对因治疗 针对病因进行治疗。

(二)对症治疗

1.卧床休息。

2.镇痛药 针对头痛性质选择适宜的镇痛药，如去痛片、芬必得等。

3.调节血管性药物 用于改善血液循环，如叶酸、尼莫地平、脑益秦等药物。

(三)中医中药 如针灸、耳针、电兴奋治疗等。

三、腹 痛

腹痛是青少年学生常见的症状，一般具有起病急、变化快

的特点。引起腹痛的原因很多，在诊治时应全面考虑、细致检查。

【发病原因与诊断】

(一) 急性腹痛

1. 腹腔内脏器急性炎症 一般有腹痛、发热并伴有恶寒，白细胞总数增多。疼痛部位不同，提示不同器官病变，如①在腹上部为急性胃炎；②在右下腹且有明显压痛、反跳痛为急性阑尾炎；③在右上腹剧痛，向右肩放射，在右肋缘下触及肿大胆囊为急性胆囊炎；④全腹痛，板状腹且有压痛、反跳痛为急性腹膜炎；⑤年长儿患流腮时若累及胰腺，可突发上腹剧痛，且多呈持续性，伴有呕吐、发热等；⑥急性肾炎、肾盂肾炎等可有腹痛；⑦肠炎，有腹痛且伴有腹泻、呕吐、发热等。

2. 腹腔内脏器阻塞、扭转 一般起病突然，腹部剧烈绞痛，呈阵发性，伴有恶心、呕吐。胃肠扭转或梗阻时，常可在腹部看到胃蠕动波或肠型，无排便及排气，肠鸣音高亢。肠套叠多发于幼儿，常有便血，可于腹部触及条索状肿块；蛔虫性肠梗阻，多发于儿童，可有吐或便蛔虫史，亦可于腹部摸到条索状肿块，痛时喜揉按。

3. 腹腔内脏器破裂 一般有外伤史，突然出现腹痛、休克，有进行性贫血。疼痛在右上腹为肝破裂，在左上腹为脾破裂。

4. 腹腔外脏器疾病 ①一般无明显腹部压痛、反跳痛及板状腹等，常为放射性痛，但腹型过敏性紫癜、腹型风湿热可致剧烈腹痛；②某些全身性病变（如低血糖等）可引起阵发性下腹痛；③卵巢囊肿扭转，突发下腹剧痛，可于下腹触及

肿块；④痛经，多发生于青春期，腹痛与月经周期有关；⑤其它，小儿可因饮食不当而引起腹痛，如饮食无规律、牛奶过浓、食物不易消化等；另外便秘可有腹痛，排便后可缓解。

(二)慢性腹痛 ①肠寄生虫病(如蛔虫病)常有脐周痛；②慢性胃炎为无规律上腹痛；③慢性肝炎可有右上腹慢性疼痛或不适感。

(三)辅助检查

1.体格检查 ①望诊，注意腹部呼吸情况，有无局限性膨隆或胃肠蠕动波形；②触诊，以轻柔的动作由不痛部位逐渐向疼痛部位检查，注意腹壁紧张度及肝脾大小；③叩诊；④听诊，注意肠鸣音性质。

2.化验检查 常规检查血、尿、大便，血沉，X线检查等。

【治疗】

(一)一般疗法与护理 根据不同疾病采用不同方法，如急腹症时应暂禁饮食，不要轻易热敷腹部，以免造成炎症扩散。

(二)止痛剂 不明原因的腹痛不宜盲目应用止痛剂。查明病因后，可根据不同病因采用适宜的止痛药，如胆道蛔虫症时用杜冷丁，肠痉挛时用654-2等。

(三)新医疗法 可用针灸治疗。

四、咳 嗽

咳嗽是一种防御反射性运动，借此可将呼吸道内的分泌物或其它异物排出体外，这对机体是有益的。但长期而频繁的咳嗽则有损于身体健康，每一次咳嗽，都对肺泡产生一次