

部队 卫生课教材

部队卫生课教材

Budui weishengke jiaocai

沈阳军区后勤部卫生部 编

辽宁科学技术出版社出版发行(沈阳市南京街6段1里2号)

中国科学院沈阳分院印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 10 1/4 字数: 230,000

1988年7月第1版 1988年7月第1次印刷

责任编辑: 王绍诚 责任校对: 王莉

封面设计: 庄庆芳

印数: 1—30,000

ISBN 7-5381-0442-9/R·72 定价: 2.60元

主 编 陈继廉

副主编 杨荣科

编 者 周勤文 李德敏 白晓鸿

李金刚 陈 勇 陈远明

康均行 李帮川 白志诚

戴作元 夏万金 杨景俊

王世平 陆兆富 周菊林

贺顺喜 邢安祚

前 言

为搞好部队卫生宣传教育，丰富指战员的卫生防病、卫生防护及战伤救护知识，保障指战员的健康和方便部队卫生人员讲好卫生课，我部与各军区、军兵种卫生部防疫处处长一起，共同编写了这本《部队卫生课教材》。其主要内容有提高环境质量和生活质量、军队卫生、传染病及几种常见病的防治、卫生防护和战伤救护等基础知识，内容较丰富，联系实际，文字通俗，以讲稿形式编写，方便教学。

此教材可供师以下部队卫生人员给连队讲卫生课使用，也适合于连队干部、战士学习。由于业务水平有限，缺乏实践经验，因此，本教材肯定有不少缺点和错误，恳切地希望军内广大读者及基层卫生工作者，提出宝贵意见，以便修订时充实和改进。

沈阳军区后勤部卫生部

一九八八年二月

目 录

第一篇 提高环境质量和生活质量

第一章 贯彻预防为主方针,提高自我保健能力.....	1
第二章 提高环境质量,促进身心健康.....	14
第三章 消灭“四害”.....	28
第四章 吸烟的危害与戒烟.....	45

第二篇 军队卫生

第五章 给水卫生.....	57
第六章 营养卫生.....	70
第七章 食品卫生.....	82
第八章 行军卫生.....	98
第九章 野营卫生.....	114
第十章 军事体育训练卫生.....	123
第十一章 寒区卫生.....	140
第十二章 坑道卫生.....	152
第十三章 特种兵卫生.....	156
第十四章 农副业生产劳动卫生.....	166
第十五章 阵地卫生.....	175

第三篇 传染病防治

第十六章 预防细菌性痢疾.....	190
第十七章 预防病毒性肝炎.....	199
第十八章 预防霍乱和副霍乱.....	205
第十九章 预防伤寒、副伤寒.....	210
第二十章 预防食物中毒.....	216
第二十一章 预防流行性腹泻.....	220
第二十二章 预防流脑、流腮及流感.....	222
第二十三章 肺结核病的防治.....	227
第二十四章 预防流行性乙型脑炎.....	232

第二十五章	预防森林脑炎·····	236
第二十六章	预防流行性出血热·····	239
第二十七章	预防疟疾·····	245
第二十八章	预防流行性斑疹伤寒·····	251
第二十九章	预防钩端螺旋体病·····	254
第三十章	预防血吸虫病·····	260
第三十一章	疥疮的防治·····	265
第四篇 几种常见病的预防		
第三十二章	预防冻伤·····	268
第三十三章	预防中暑·····	275
第三十四章	预防一氧化碳中毒·····	279
第三十五章	预防胃炎·····	283
第三十六章	预防腰腿痛·····	286
第五篇 卫生防护		
第三十七章	生物武器的防护·····	291
第三十八章	化学武器的防护·····	297
第三十九章	核武器的防护·····	304
第四十章	战伤救护·····	311
附:	搞好预防接种, 提高免疫水平·····	329

第一篇 提高环境质量和生活质量

第一章 贯彻预防为主方针， 提高自我保健能力

今天是开篇第一章，在这一章里给同志们介绍有关医学模式、预防医学、我国和我军卫生工作方针、爱国卫生运动和2000年人人享有卫生保健目标及自我保健知识。介绍这几方面的基本知识，便于同志们在实际工作和生活中做好公共卫生、防治疾病、自我保健工作，自觉地执行有关国家规定的卫生法规及部队的卫生条令、条例与规章制度，提高部队健康水平，保障各项任务的完成。

一、医学模式及预防医学

（一）医学模式及其发展

医学模式是指人们生命观、健康观、疾病观的总概括。随着人类社会的变革，医学模式也在发展变化，现在医学已从生物医学模式逐步发展为生物、心理、社会医学模式。进入二十世纪以来，特别是近几十年来，学者们经过研究，认识到心理、社会因素对健康与疾病的影响，从而把心理学、社会学同医学结合起来，形成了生物—心理—社会医学模式。下面简单介绍几种医学模式：

1. 宗教神学医学模式：古代人类对自己的生理、解剖、

病原病理是无知和恐惧的,不能理解疾病、健康的自然现象,只能和宗教神学联系在一起,认为人是上帝创造的,疾病就是上帝给予的惩罚。所以,治病只能祈求神灵的保佑。有的病人在梦中见到了医神用双手抚摸他的周身,醒后便感病愈。这种医学模式到目前为止,在世界上一些地方尚有残余,在我国边远山区也有求神讨药治病、求巫婆神汉疗疾的现象。

2. 机器医学模式:随着生产的发展和科学技术的进步,宗教神学医学模式让位于机器医学模式。人类进入十八世纪后,人们把人体看成是一架机器,认为生病即是机器发生了故障,医病就是修理机器。如把血液循环看做是由心脏—动脉—静脉组成的运输血液的机械系统;把肺脏看成是一架鼓风机;把胃看做是一部研磨机。这种把高级的生物运动形式仅仅看成是机械运动形式的医学模式,有它进步的一面,也有不科学的一面。但它对批判宗教神学医学模式作出了贡献。这种医学模式,最主要的特点是:哪个器官有病就治疗哪个器官。这是一种机械的、孤立的观点,同对待机器一样对待和认识人,也就必然形成了对医学认识的局限,而忽略了人体是由各种器官所组成的,并且是一个动态的、相互配合、高度统一的有机整体。因此,在医疗工作中对疾病的检查和治疗,会给病人带来痛苦,甚至引起患者的拒绝,这就是这种局部观念的反映。

3. 生物医学模式:生物医学模式是近代医学着眼于以生物机体和机体的生物性为研究重点而形成,是近代医学标志。这个近代医学模式认为疾病是由致病微生物侵入人体而发生的。它虽然是近代医学的标志,但不是近代医学的全部,因而也带有很大的局限性,这就是它只研究人和疾病的生物本质,而忽视了心理、社会因素对人体和疾病的发生与转归过

程中的影响。

4. 生物—心理—社会医学模式：医学科学到了二十世纪的今天，认为疾病是医学与社会科学互相渗透和互相结合的产物。人不仅是有生物性的有机实体，而且是有各种复杂心理活动的社会成员。一切不良的心理和社会因素，对人的健康都会产生影响。为适应现代医疗卫生事业发展的需要，1977年美国医学家提出“生物—心理—社会医学模式”。这是当前医学发展的最佳模式。

随着医学科学的进步，传染病已逐步得到控制。同时，工业化和都市化使人们又面临着严重的社会公害，社会致病的问题日益突出。近半个世纪来，一些发达国家的疾病谱发生了变化，即发病率和死亡率的主要方面已从各种传染病转变到心理、社会因素起重要作用的慢性疾病与意外伤亡等。据1978年同济医学院报道社会因素与死亡关系时指出：占死亡总数70%的疾病是生活方式（包括消费类型、职业危害、有害健康的业余活动）和环境因素（包括社会的、心理的、身体的）所致，而人类生物学因素（包括遗传基因、成熟老化、复合内因系统）只占19.7%，属于医疗、预防、康复保健服务的占10.9%。因此，传统的医学模式已不能有效地防治疾病，保障健康，必须用生物、心理、社会、医学模式培养卫生管理干部和卫生技术人员，动员社会各方面力量来预防疾病，保护健康。

（二）预防医学及其发展

预防医学是研究如何保持人类健康的科学，它是研究自然环境、劳动和生活环境、次生环境及内在环境对人类健康的影响，运用科学技术防止疾病发生和发展，采取有效的预防措施，降低发病率、病死率，控制或消灭疾病的流行并保

护或增进人类的身心健康,提高劳动能力,延长寿命的科学,它是富有多学科的综合科学。

预防医学主要研究危害人类健康的致病、致伤、致癌、致畸、致突变等因素,控制或消灭危害因子的方法和手段。过去,多着重于个人预防,现在趋向于社会预防、群体预防,甚至走向地域性或全球性预防,达到改善和创造人类生活与生产的美好环境。随着社会经济的发展和科学技术的进步,预防医学也发生了深刻的变化。为适应预防医学发展的要求,使军队预防医学与现代化建设相适应、与现代战争的要求相适应,我们应了解现代预防医学的发展趋势及表现:

1. 预防医学在流行病学方面的发展:现代预防医学不仅研究传染病,而且已扩大到研究非传染病乃至研究人的健康状况。从“流行”的概念引伸到“分布”的概念;从临床医学的个体水平,向预防医学的群体发展。

2. 预防医学在卫生学方面的发展:在卫生学研究领域中,提出了更高的新的研究内容。如工矿环境的劳动卫生,地球大气卫生,河流、海洋污染的研究,动物及植物毒害的研究,食品及食品污染的研究等。

3. 临床医学“三级预防”的发展:现在预防医学不仅限于传染病和非传染病预防的研究,而且把防止并发症和减少伤残、伤死率等也列为预防医学的研究范畴。

二、我国、我军的卫生工作方针

(一) 我国卫生工作的方针

1952年12月毛泽东主席提出:“动员起来,讲究卫生,减少疾病,提高健康水平,粉碎敌人的细菌战争”。在我国卫生事业不断向前发展的形势下,又明确提出“而向工农

兵，预防为主，团结中西医，卫生工作与群众运动相结合”的卫生工作方针。这就从根本上确立了我国的卫生工作方针是为广大人民群众服务的宗旨，卫生工作的重心是做好预防工作，发展中医中药事业，促进我国医药学的发展，把卫生工作同群众运动结合起来，积极组织和发动群众投入到与自然和疾病作斗争的运动中来，改变不卫生习惯，促进卫生事业的发展。这一方针是符合我国国情的，体现了在党的领导下，社会主义卫生工作的优越性，深受广大卫生人员和人民群众拥护。

（二）军队卫生工作方针

建国初期，我军曾提出以“预防为主”作为军队卫生工作的方针。随着我军正规化、现代化建设的发展，又提出了“预防为主，防治结合，面向部队，为兵服务”的卫生工作方针。过去的这些方针，对统一思想，指导军队卫生工作的发展和建设，起到了积极作用，使军队卫生工作在各方面都取得了很大成就。

今天，我国社会主义建设已进入新的历史时期，为适应新形势、新任务、新情况，把军队卫生工作提高到与现代化、正规化建设和未来战争要求相适应，于1985年3月1日，明确了军队卫生工作方针为：“面向部队，预防为主，中西医结合，提高医学科技水平，为国防建设服务”。它指出了军队卫生工作在这一历史时期的方向、重点、手段和服务对象。它体现了军队在新的历史时期的总任务和奋斗方向；体现了技术发展的新趋势；体现了我军建设现代化军队的基本特色。

三、爱国卫生运动

（一）爱国卫生运动的意义、方针、任务和目的

爱国卫生运动是我国特有的一种卫生工作方式。它宣传与动员广大群众，组织与协调全社会力量，自觉起来除四害、讲卫生，提高环境质量和生活质量，减少以至消灭疾病，提高人民的健康水平，这就是爱国卫生运动的内容、任务和目的。通过开展卫生活动，寓爱国之情于活动之中，培养人们良好的卫生习惯，讲究社会卫生公德，促进全社会文明、健康、科学的生活方式，使人们精神振奋、精力充沛，投身于四化建设，这也正是我们伟大中华民族和社会主义祖国精神风貌的反映。它既是社会主义精神文明建设的重要内容，又是物质文明建设的必要条件，具有移风易俗，改造国家的伟大意义。

（二）新时期的爱国卫生运动

六届人大指出：“继续开展群众性的爱国卫生运动，有效地防止传染病和地方病”。随着全党工作重点的转移，爱国卫生运动进入了一个新的发展时期。除努力完成原有的除害灭病任务外，还要认真解决由于日益严重的威胁人民健康的环境污染问题，任务更加艰巨繁重。

1. 继续广泛地发动群众，坚持以除害灭病为中心，标本兼治，治本为主的原则，研究解决各行各业出现的影响卫生、危害人体健康的问题。

2. 加强卫生宣传教育，普及卫生知识。

3. 健全及完善卫生章法和管理监督制度，发扬中华民族爱清洁、讲卫生的优良传统，树立以卫生为光荣，不卫生为耻辱的社会主义新风尚。

4. 把爱国卫生运动纳入国民经济和社会发展的总体规划和各行各业各部门的规划中。

5. 搞好个人卫生、环境卫生、学校卫生，绿化美化环

境，防止污染，保护环境和自然生态平衡。

今后爱国卫生运动必须适应新的形势，贯彻改革精神，努力改善环境质量和生活质量，进一步提高人民的健康水平，为“四化”建设服务。

四、2000年人人享有卫生保健目标

（一）2000年人人享有卫生保健的基本含义

到2000年，所有国家的所有人，应达到在经济和社会两方面都能过着有效生活的那种生活和健康水平，每个人都能最低限度享受到初级卫生保健，获得各种级别的卫生服务；保健从家庭、学校、厂矿、村庄开始；人们将运用比现在更好的办法去预防疾病、减轻病痛，通过更好的途径，进入成年、老年；在居民中平等地分配卫生资源；教育和动员群众自己起来同不卫生的现象和疾病作斗争，积极参与卫生保健，创造健康幸福的生活。

（二）2000年全球人人享有卫生保健基本目标

世界卫生组织提出，到2000年时人人享有卫生保健的全球性基本目标是：

1. 每个国家的所有居民都能在一小时行程内得到初级卫生保健服务，如常见病的适当处理，主要传染病的免疫接种，妇幼保健及计划生育指导，健康教育及卫生指导，至少供应20种常备药物。

2. 有专门的机构广泛听取群众的意见与要求，组织所有居民积极参加有关他们自己及家庭的保健工作与当地公共卫生活动。

3. 工矿、农村、学校、城镇等基层社会组织能积极参与卫生事业，能与政府共同承担对其成员的卫生保健责任。

4. 所有国家都把“2000年人人享有卫生保健”作为本国的卫生战略、能对本国人民的健康负起全部责任,并为此分配足够的社会资源。国民生产总值中用于卫生事业经费的比例在5%以上,并且能按人口平均分配这些资源。

5. 全体人民都能在家中或步行15分钟内得到合乎卫生要求的饮水,在家中或邻近地方有适当的卫生设施,如污水、垃圾、粪便的卫生处理设施等。

6. 全体人民都得到足够的营养,90%新生儿的出生体重在2500克以上,90%儿童的体重和身高达到相应年龄组的标准。

7. 所有儿童都能得到预防白喉、百日咳、破伤风、麻疹、灰质炎及结核病的免疫接种。

8. 发展中国家的传染病发病率及死亡率降低到1980年经济发达国家的水平。

9. 通过各种可能的办法,变革人们的生活方式,消除环境中的致病因素,加强卫生服务及精神服务,以预防和控制非传染性疾病,如心脏病、中风、肿瘤、意外伤亡及精神病。

10. 不仅人人得到初级卫生保健服务,而且人人都能得到为防治所必需的药品。

11. 人民健康水平进一步提高,婴儿死亡率在50%以下,出生时平均期望寿命在60岁以上。

12. 男、女成年人的识字率达70%以上。

(三) 2000年我国卫生目标

根据本世纪末我国人民生活欲达到小康水平,和世界卫生组织提出的“2000年人人享有卫生保健”的全球战略,我国社会医学家提出了到2000年我国的主要卫生目标是:

1. 健全城乡医疗卫生保健网，加强基层保健网，提高初级卫生保健工作的质量，基本满足城乡人民的医疗卫生服务要求。

2. 依靠群众做好卫生基本建设，改善人民的生活及劳动卫生条件，使全体人民能用上安全饮用水，垃圾、粪便等得到无害化处理。普及营养卫生知识，使城乡居民都得到合理营养，以提高人民的营养水平。做好儿童主要传染病的免疫接种，提高人群的免疫水平。

3. 按照“三级预防”原则，加强主要疾病的防治工作。切实做好预防接种工作，提高预防接种质量，达到基本消灭能进行计划免疫的传染病。对目前还没有有效预防接种的传染病，如肠道传染病，要通过改善卫生条件及改善卫生习惯的办法，消除传染源和传染媒介，以降低发病率和死亡率。对心血管病、恶性肿瘤、慢性呼吸系统疾病、精神病和营养、代谢性疾病等与生活方式、环境污染等有关非传染性疾病，要通过改善环境、防治污染、提倡科学的生活方式、讲究合理营养及精神卫生等措施，控制致病因素，努力控制发病，降低发病率和死亡率。

4. 普遍开展婚前健康检查和遗传咨询，加强孕产期保健，特别是围产期保健，以进一步降低孕产妇的发病率和死亡率，降低婴儿（特别是新生儿）的发病率和死亡率。为全体已婚育龄妇女提供足够的安全、有效、方便的避孕药具及技术指导，以进一步提高计划生育率，降低人工流产率。提倡优生优育，减少遗传性疾病。

5. 我国人口将逐步趋向老化。为此，要发展老年医学和康复医学，逐步建立老年保健机构，做好老年保健工作，使几千万老人达到老有所医，安度晚年。

6. 重视和加强健康教育，普及卫生保健知识，使人们懂得心血管病、恶性肿瘤、慢性呼吸系统疾病及营养、代谢性疾病等严重危害人民健康的疾病的发病和流行，与人民的生活方式、营养条件、生活劳动条件等社会经济因素有关，自觉的改变不良的生活方式、控制或消除致病因素。养成良好的卫生习惯，做好自我保健、自助医疗工作。

五、自我保健

（一）自我保健的意义

自我保健，就是对自己的健康与幸福，从依靠医疗单位和医生，转变为依靠家庭和自己，也就是自己起来和虚弱、疾病、衰老作斗争。它是通过主观的努力，采取主动的措施，保护自身的健康。一般人群中仍受着传统医疗的方式所影响，总认为要保持健康就必须依靠医生、药物和先进的医疗技术。其实医生的作用主要是修复作用，在目前来说，很多慢性病医生已无能为力，仅靠医生们来修复是达不到身心健康的。

自我保健要求人们掌握卫生保健知识，学会怎样保持健康和增进健康，对自己的健康担负起更多的责任。自我保健可以起到医疗和药物所不能起到的作用，可以使许多疾病在萌芽时期就能被自己察觉，从而及早采取措施。我们学会自我保健，对提高自身的防御能力、免疫功能和身体素质发挥积极作用，应该把自我保健融合于日常工作与生活之中。

（二）怎样开展自我保健活动

1. 发扬中国特色：在我国开展群众性的自我保健活动，要发扬中国的特色与优势。早在两千年前，古人就指出卫生保健、预防疾病的重要意义。《内经》说：“圣人不治

已病治未病，不治已乱治未乱……，夫病已成而后药之、乱已成而后治之，譬犹渴而穿井、斗而铸兵，不亦晚乎”。书中还将积极预防疾病的医生称为“上工”，即最高明的人。中医和其他学者留传下来的养生术、武术、气功导引和食物疗法等，也已为广大群众在自我保健活动中予以掌握和运用，作为自我健身术。

2. 加强健康教育：首先要让人们掌握科学的保健知识，这是实现自我保健的根本。而要想人人都掌握卫生科学知识，医疗工作部门和广大卫生人员，必须以各种形式加强对人们的卫生宣传教育，普及保健知识，卫生保健人员要从指挥型变为服务型，走向社会，指导群众开展自我保健。

3. 变革生活方式：人们生活的基本内容包括以下几方面：饮食、工作、学习、体育、文娱活动、对外联系、社会交往、休息和睡眠。人们要想健康，就要在各种活动中，安排合理的生活节律，做到起居定时，睡眠充足；学会在繁忙而紧张中求得休息好，参加文娱活动，使生活丰富多彩；建立健康的生活方式，改变不良的习惯。健康的生活方式可使人们的寿命延长。根据美国资料表明，只要不吸烟、适量饮酒、坚持锻炼、注意饮食的量与质，平均寿命就能延长十一年。

4. 重视健康投资：人们越来越清楚的认识到的，在争取经济发展的斗争中，不可忽视人类健康投资这一要素。没有健康投资，就没有国民素质的提高，智力投资也就可能是一种无效投资。没有健康投资还会对社会产生负效益，因为患病者增多，必然占用社会上本来可以用于生产、用于其它方面的人力和物力资源。通过医学保护和自我保健，会提高人口素质，减少发病，延长寿命，不但能减轻社会的经济负担，还能使人们为社会创造更多的价值。自我保健所需费用极