

1977—1978

卫生月历

唐山市卫生防疫站 编



人民卫生出版社

卫 生 月 历

唐 山 市 卫 生 防 疫 站 编

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

人 民 卫 生 出 版 社 印 刷 厂 印 刷

新 华 书 店 北 京 发 行 所 发 行

787×1092毫米32开本 5%印张 120千字

1976年11月第1版第1次印刷

印数：1—51,200

统一书号：14048·3546 定价：0.35元

《一九五六年到一九六七年全国农业发展纲要》有关卫生工作的条文摘录

(中华人民共和国第二届全国人民代表大会第二次会议于一九六〇年四月十日通过)

序 言 部 分

本纲要所述各项任务中，有一些任务，例如绿化，勤俭持家，消灭老鼠、苍蝇、蚊子，消灭危害人民最严重的疾病，提倡有计划地生育子女等，城市居民也应当实行，并且一定要城乡配合进行才能有效地实现。

纲 要 部 分

(六)大力增加农家肥料和化学肥料

……要做到猪羊有圈，牛马有栏。还应当因地制宜地积极发展各种绿肥作物，并且把城乡的粪便，可作肥料的垃圾和其他杂肥尽量利用起来。……

(十七)发展山区经济

……

山区、半山区的专区、县、乡和农业合作社，都应当制定较长期的山区生产规划，合理地使用土地，促进生产的全面发展。国家各有关部门，应当从交通运输、供销贸易、文教卫生、组织移民等方面作有力的配合和支援。

(二十六)改善居住条件

随着合作社生产的发展和社员收入的增加，农业合作社应当根据需求和可能，鼓励和协助社员，在自愿、互助、节约开支和节省用地的原则下，有准备地、有计划地、分期分批地修缮和新建家庭住宅，改善社员的居住条件。

(二十七)除四害

从一九五六年起，在十二年内，在一切可能的地方，基本上消灭老鼠、臭虫、苍蝇和蚊子。

(二十八)努力消灭危害人民最严重的疾病

从一九五六年起，在十二年内，在一切可能的地方，基本上消灭危害人民最严重的疾病，例如：血吸虫病、天花、鼠疫、疟疾、黑热病、钩虫病、血丝虫病、新生儿破伤风和性病。其他疾病，例如：麻疹、赤痢、伤寒、流行性乙型脑炎、脊髓灰白质炎、白喉、肺结核、麻疯、沙眼、甲状腺肿、大骨节病、克山病等，也应当积极防治。积极培养医务卫生人员，包括中医在内。

积极开展群众的经常性的爱国卫生运动，养成人人讲卫生、家家爱清洁的良好习惯。讲求清洁卫生的根本精神，是为了消灭疾病，人人振奋，移风易俗，改造国家。

(二十九)保护妇女儿童

对于妇女的生产劳动，坚决实行同工同酬的原则。农业合作社在必要和可能的条件下，可以成立适合需要的临时简便的农忙托儿组织。在分配工作的时候，对于女社员的生理特点应当予以照顾。对于农村儿童参加农忙时期的辅助劳动，应当根据他们的年龄和体力，作出适当的规定。

卫生部门应当为农村训练助产员，积极推广新法接生，保护产妇和婴儿，降低产妇的染病率和婴儿的死亡率。

除了少数民族的地区以外，在一切人口稠密的地方，宣传和推广节制生育，提倡有计划地生育子女，使家庭避免过重的生活负担，使子女受到较好的教育，并且得到充分就业的机会。



毛主席语录

社会主义社会是一个相当长的历史阶段。在社会主义这个历史阶段中，还存在着阶级、阶级矛盾和阶级斗争，存在着社会主义同资本主义两条道路的斗争，存在着资本主义复辟的危险性。要认识这种斗争的长期性和复杂性。要提高警惕。要进行社会主义教育。要正确理解和处理阶级矛盾和阶级斗争问题，正确区别和处理敌我矛盾和人民内部矛盾。不然的话，我们这样的社会主义国家，就会走向反面，就会变质，就会出现复辟。我们从现在起，必须年年讲，月月讲，天天讲，使我们对这个问题，有比较清醒的认识，有一条马克思列宁主义的路线。

认真看书学习，弄通马克思主义。

毛主席语录

要搞马克思主义，不要搞修正主义；要团结，不要分裂；要光明正大，不要搞阴谋诡计。

搞社会主义革命，不知道资产阶级在哪里，就在共产党内，党内走资本主义道路的当权派。走资派还在走。

抓革命，促生产，促工作，促战备。

我们必须告诉群众，自己起来同自己的文盲、迷信和不卫生的习惯作斗争。

把医疗卫生工作的重点放到农村去。

预防为主

目 录

一月.....	1
月历(1) 节气与卫生(1) “流脑”是怎么回事(2) 预防“流脑”(4) 百日咳不可小看(5) 麻疹怎样护理和预防(6) 喷嚏·飞沫·口罩(7) 豆猪肉不能吃(8) 预防注射(10) 卫生谚语(11)	
二月.....	12
月历(12) 节气与卫生(12) 节日话饮食(13) 扫除小常识(14) 节日不忘计划生育(15) 吃霉变甘蔗能中毒(16) 病死禽畜肉不能吃(17) 常吸烟、喝酒对身体有害无益(18) 常晒太阳有什么好处(19) 什么叫食醋熏蒸消毒法(21) 春节贴卫生春联(21) 卫生春联(22)	
三月.....	24
月历(24) 节气与卫生(24) 预防白喉(25) 预防白喉方剂介绍(25) 注意小儿肺炎(26) 种痘防天花(27) 牙刷与刷牙(28) 刷牙歌(29) “虫牙”是真的长虫子了吗(30) 发芽的土豆不能吃(31) 春挖一个蛹夏少万只蝇(32) 苍蝇与蚊子(33) 卫生谚语(34)	
四月.....	35
月历(35) 节气与卫生(35) 保护劳力 支援春耕(36) 做饭不用柴和炭 点灯不用油和电(36) 怎样修建沼气池(38) 肚子长蛔虫是怎么回事(39) 剪指甲(41) 要有一双好眼睛(41) 眼保健操图解(41) 积肥施肥要注意卫生(45) 积极预防结核病(46) 儿童要防劳 快种卡介苗(47) 消灭早春第一代蚊子(48) 卫生谚语(49)	

五月.....50

月历(50) 节气与卫生(50) 农村“五小”工业怎样预防尘(砂)肺(51) 什么叫“七〇”砂(54) “热打箱法”和“水爆清砂法”(55) 什么是2毫克/立方米(55) 砂尘与砂肺(55) 预防砂肺的八字综合措施(56) 使用氨水要注意什么(57) 学工要注意安全卫生(58) 怎样消灭钩虫病(59) 吃虾蟹怎样预中毒(61) 吃烂青菜能中毒(62) 盐(62) 茶(63) 卫生谚语(64)

六月.....65

月历(65) 节气与卫生(65) 合作医疗就是好(66) 赤脚医生颂(67) 战“三夏”讲卫生(69) 麦收中要注意哪些事(71) 下稻田 防皮炎(72) 大力消灭苍蝇 预防肠道传染病(74) 预防农药中毒(75) 注意农药残留(78) 搞好饮水消毒(79) 生吃瓜果蔬菜为什么要洗净(81) 灭臭虫(81) 卫生谚语(82)

七月.....83

月历(83) 节气与卫生(84) 一定要消灭血吸虫病(84) 丝虫病的防治(87) 入夏话痢疾(89) 民间止泻单方(89) 伏天防中暑(90) 为什么热天下地要戴草帽和穿浅色衣服(92) 产妇为什么容易中暑(92) 自制消暑饮料(93) 人体与盐(93) 生水喝不得(94) 游泳要注意安全卫生(94) 灭蚊防疾病(96) 西瓜(97) 不要在露天睡觉(98) 做好抗震救灾中的卫生工作(98)

八月.....101

月历(101) 节气与卫生(101) 消灭蚊子 预防大脑炎(102) 预防大脑炎(104) 谈谈伤寒(104) 灭蚊防疟疾(105) 积极预防疟疾(106) 认真执行“食品卫生五四制”(108) 当心食物中毒(109) 夏天怎样保存食物(110) 吃剩米饭容易引起中毒(111) 吃蘑菇当心中毒(112) 大家都来预防红眼病(113) 依靠群众自救互救防止地震伤亡(115) 蚊子的几种天敌(117) 醋(117) 卫生谚语(118)

九月·····	119
月历(119) 节气与卫生(119) “三秋”大忙季节 注意安全卫生(120) 农忙时节预防钩体病(122) 秋收季节防谷疮(123) 小康的肝炎(124) 肝大就是得了肝炎吗(126) 农村常见小外伤的处理(127) 轻度烧、烫伤怎样处理(128) 冬瓜(129) 茄子(129) 不要吃汤泡饭(129) 菜要先洗后切(130) 这样洗大米不好(130)	
十月·····	131
月历(131) 节气与卫生(131) 大搞“两管”、“五改”人保健康地增产(132) “两管”、“五改”的基本要求是什么(133) 三格化粪池厕所简介(134) 水是一个宝 人人离不了(137) 赞土自来水(138) 饮用井水好处多(138) 积极预防流行性出血热(139) 消灭老鼠 防病保粮(141) 消灭最后一代蝇蛆(142) 葱(143)	
十一月·····	144
月历(144) 节气与卫生(144) 当心煤气中毒(145) 安“风斗”(146) 不能小看感冒(147) 谈谈高温堆肥(149) 介绍几种高温堆肥方法(151) 不让蚊蝇过冬(153) 为什么进菜窖有时会发生中毒(153) 白菜(155)	
十二月·····	156
月历(156) 节气与卫生(156) 农田水利建设忙 安全卫生不能忘(157) 从“冬炼三九”谈起(158) 预防狂犬病(159) 体育锻炼要注意哪些卫生(160) 天寒防冻疮(161) 皮肤裂口怎么办(162) 当心孩子得猩红热(163) 虱子是个害 消灭才痛快(164) 蒙头睡觉不好(166) 姜(166) 为什么煎药要用砂锅(167) 卫生谚语(167)	
附 报头选·····	11、64、168

一月

一九七七年一月大 农历丙辰年 十二月小

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 十二
2 十三	3 十四	4 十五	5 十六	6 十七	7 十八	8 十九
9 二十	10 廿一	11 廿二	12 廿三	13 廿四	14 廿五	15 廿六
16 廿七	17 廿八	18 廿九	19 十二月	20 初二	21 初三	22 初四
23 初五	24 初六	25 初七	26 初八	27 初九	28 初十	29 十一
30 十二	31 十三					

【小寒】 5日 18时 51分 【大寒】 20日 12时 15分
三九 9日 四九 18日 五九 27日

一九七八年一月大 农历丁巳年 十二月小

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 廿二	2 廿三	3 廿四	4 廿五	5 廿六	6 廿七	7 廿八
8 廿九	9 十二月	10 初二	11 初三	12 初四	13 初五	14 初六
15 初七	16 初八	17 初九	18 初十	19 十一	20 十二	21 十三
22 十四	23 十五	24 十六	25 十七	26 十八	27 十九	28 二十
29 廿一	30 廿二	31 廿三				

【小寒】 6日 0时 43分 【大寒】 20日 18时 04分
三九 9日 四九 18日 五九 27日

节气与卫生

一月小寒接大寒，
预防麻疹脑膜炎。

家家开展大扫除，
干干净净迎新年。

“流脑”是怎么回事

——对 话——

小刘：这两天，听说公社卫生院正在忙着抢救一名“流脑”病人。王医生，请你给我讲一讲“流脑”是怎么回事，队里让我在地头向社员宣传宣传呢！

王医生：好。那咱们就一块儿谈谈吧！

流行性脑脊髓膜炎简称“流脑”，也就是人们常说的脑膜炎。它是由一种叫做流脑双球菌的病菌引起的一种急性传染病。冬春季节容易发病，大人、小孩都可以得病，但是以十五岁以下的儿童得病最多。

小刘：王医生，“流脑”是怎样传染的呢？

王医生：比方说，我是“流脑”病人，我的鼻子里、嗓子里就有这种病菌存在。当我说话、咳嗽、打喷嚏时，病菌就随着唾沫星子喷出来，散到空气里。你和我说话时，吸进了带有这种病菌的空气，在身体抵抗力差的情况下，就可能被传染上得病。

小刘：这样说，“流脑”是借助空气，通过呼吸道而传染的喽！

王医生：对！

小刘：可是有个问题我还不清楚。您刚才讲“流脑”是因为接触了病人而传染的。那么，从来没有接触过病人的人也有得病的，他又是从那儿传染的呢？

王医生：这是因为有一部分健康人，鼻子和嗓子里虽带有这种病菌，但是身体抵抗力比较强，所以并不发病，这种

人叫做健康带菌者。健康带菌者在说话、打喷嚏时，也能把病菌散布到空气里，吸入了这种空气的人，也可能被传染而得病。所以健康带菌者也是一个传染来源。

小刘：王医生，得了“流脑”都有哪些症状？

王医生：轻的病人就好象得感冒，往往被人忽视。但多数人发病急、突然高烧，头痛、呕吐、昏睡，严重的出现昏迷、抽风、说胡话、脖子发硬等症状。所以，我们对“流脑”病人，一定要早发现，这样，就可以早治疗、早预防，防止再传染别人。

小刘：王医生，请您详细介绍一下预防方法吧！

王医生：对“流脑”要贯彻执行“预防为主”的方针。只要我们充分发动群众，摸清发病规律，认真落实各项预防措施，在战略上藐视它，在战术上重视它，是完全可以预防的。

首先，要加强体格锻炼，积极参加各种体育活动，增强体质，提高人体对疾病的抵抗力。

其次，积极开展群众性的爱国卫生运动，保持环境整洁，先洒水后扫地，以免病菌随尘土飞扬，减少传播的机会。室内要经常通风换气，保持空气新鲜。要搞好个人卫生，衣服要勤洗，被褥要勤晒。室内也可以用食醋熏蒸消毒杀菌。

小刘：除了这些以外，还应当注意什么呢？

王医生：在“流脑”流行期间，不要带孩子到人多的地方玩，不要去病家串门，并要叫孩子多吃大蒜。在流行期间的流行区内，在病人周围的密切接触者中查治“苗头”病人，对预防“流脑”起很大作用。

小刘：王医生，什么叫“苗头”病人？

王医生：在接触过病人的人当中，如果出现发烧头痛、精神萎靡、嗓子疼、皮肤和口里有出血点等症状的，特别是在四条症状中具备两条以上的，叫“苗头”病人。查出这种“苗头”病人，应当按一般治疗量给他吃磺胺药，同时应该严密观察。

小刘：王医生，中草药能不能用来预防呢？

王医生：中草药可以预防“流脑”，而且效果不错。常用的有：

三黄合剂：黄芩、黄连、黄柏制成 10% 的溶液喷喉，每天一次，连喷五到七天。

青、蓝、甘草汤：大青叶五钱、板蓝根五钱、生甘草三钱，分成三到五份，每天煎一份，一天吃两次。

黄藤一斤（鲜），加水五斤，煮半小时，每次吃一调羹，每天二次，也可以喷喉滴鼻。

另外，常吃大蒜和用淡盐水漱嗓子也起预防作用。

小刘：王医生，您说的这些都很好，我一定向大家宣传，动员群众自己起来和“流脑”作斗争，做好“流脑”的预防，保护广大社员身体健康，保证冬季生产的顺利进行。

预防“流脑”

——快 板——

打竹板，听我言，
把那“流脑”谈一谈。
“流脑”就是脑膜炎，
冬春两季最常见。

“流脑”球菌是病原，
藏在嗓子鼻里边，
通过飞沫来传染，
小孩最易把病传。

它的症状很明显，
开始有点(儿)象伤风，
突然高烧头晕眩，
恶心呕吐心不安；
病人昏迷想睡眠，
身体抽风脖子硬，
身上出现小红点。
万一得病不要慌，
抓紧治疗无危险。
奉劝大家应注意，
“预防为主”是关键。
开窗通风空气鲜，
卫生常识广宣传。
衣服被褥要勤晒，
体育锻炼不间断。

天气冷热气候变，
留神衣服增和减。
流行期间不串门，
隔离消毒把得严。
盐水漱口很有用，
避免把病来传染。
一旦发现脑膜炎，
迅速报告医疗站，
早防早报早治疗，
隔离病人防蔓延。
流行季节药物防，
预防注射抓在前，
群防群治大家搞，
坚决消灭脑膜炎。

百日咳不可小看

——广播讲话——

一到冬天，有的孩子好象得一种咳嗽病，咳嗽起来一声接着一声，咳了一阵以后，还象鸡打鸣似的“嗽”的一声，这就是我们常说的百日咳。

有人说：百日咳就得咳嗽一百天，治不治到一百天也就好了。这种说法不对。

百日咳是由百日咳杆菌引起的小儿呼吸道传染病。得了百日咳，开始有发烧、咳嗽、流鼻涕，随后咳嗽一天比一天

重，并出现声音嘶哑等症状。咳嗽厉害时，有大量粘液吐出来，甚至发生呕吐。严重时，眼睛出现出血点，眼泡浮肿。这个病大约两、三个月才会好。如果治疗不及时，还容易合并气管炎、肺炎等病。

百日咳是可以预防的。流行期间不带孩子串门或者到人多的地方去，教育孩子不要和有病的小孩一起玩；根据天气冷暖，注意增减衣服；按时打百日咳预防针。

得了这个病以后，除了在赤脚医生指导下，吃抗菌素和其它有效药物外，可以把大蒜捣烂，加水浸泡后，加适量白糖，内服。或者用鸡苦胆一个，烘干，加适量白糖，研末调匀，一周岁以下的孩子，分三天吃完；一到二岁的，两天吃完；两岁以上的，一天吃完。每天吃两次，连吃三到五天，效果较好。

麻疹怎样护理和预防

——对 话——

问：麻疹都有哪些症状？

答：麻疹又叫“出疹子”。是由麻疹病毒引起的小儿急性传染病。冬春季发病最多。小孩感染了麻疹，一般经过六到十二天才会发病。开始发烧，流鼻涕，咳嗽，眼睛发红、怕光、流泪，很象伤风感冒。二到三天后，在口腔里腮帮子部位上出现针头大小的灰白点子，周围颜色鲜红。发烧三到四天后，皮肤上开始出现疹子，先从耳后、脖子、脸上开始，然后出满全身。

问：怎样护理出疹子的病孩？

答：出了疹子如果护理不好，很容易合并肺炎等病。护