

WANGYITANBAIBING

名医谈百病



任道凤 马来记 金锡鹏

空调病

KongTiaoBing



上海科学技术出版社

名医谈百病

空 调 病

任道凤 马来记 金锡鹏

上海科学技术出版社

名医谈百病

空 调 病

任道凤 马来记 金锡鹏

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号 邮政编码 200020)

新华书店上海发行所经销 常熟市第六印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 4.25 字数 69 000

2000 年 3 月第 1 版 2000 年 3 月第 1 次印刷

印数 1—10 000

ISBN 7-5323-5369-9/R·1391

定价: 5.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向本社出版科联系调换

序

现代社会,随着人们生活水平的不断提高,健康已成为人们最为关心的问题之一。健康和疾病是一对矛盾。合理营养,强健体魄,预防疾病,无疑是健康的保证。然而,人食五谷杂粮,生活在自然界和变化着的环境中,患病也是十分自然的现象。倒是如何科学地正确对待疾病,认识怎样抵御疾病,掌握战胜疾病的规律,尽早尽快地治愈疾病,才是实现由疾病到健康的正途。而抵御疾病、战胜疾病决不仅仅是医生的事;普及医学知识,把正确认识和对待疾病的科学知识传播给读者,使病人和家属对疾病的盲目和忧虑,改变为战胜疾病的信心和行动,积极地配合医务人员,共同努力,这样,疾病的治疗定会事半功倍。

有鉴于此,我们组织了上海各大医院、各专科具有较高学术造诣和丰富临床经验的名医、教授,编写了这套《名医谈百病》丛书,以期能对广大群众在防病、治病和恢复健康方面有所帮助。

我们在设计本套丛书时,为使读者找书方便,采用了一病一书的形式,针对性强。在内容的编写上,避免了从头至尾的

叙述方式,而是把病人和家属在门诊和治疗过程中,向医务人员提出的各种各样问题,进行选择 and 归纳,然后作通俗简洁的解答,希望既能让读者快速地查到要找的问题,又能看懂并付诸实用。同时,由于名医们的精心编排,全书仍不失其系统性和完整性。

在每册书的封底放置了编写该书名医的照片,并有简短的介绍,以期为读者求医提供方便。本套丛书包括了百余种常见疾病,将陆续推出,以供读者选择。

衷心希望《名医谈百病》丛书能在名医和读者之间架起一座通向健康的桥梁,为人类造福。

上海科学技术出版社

1999年7月

前 言

随着经济的发展,人们生活水平的提高,空调器已从办公楼、实验室走进了千家万户。家庭安装空调器,酷暑可送来徐徐的清风,寒冬可送来融融的温馨,确实使我们舒服多了。但是,由于空调器的质量、安装、使用、保养、室内环境及人们的适应状态和精神心理反应的不同,却招来了所谓的“空调病”。

在学术刊物上明确提出了“空调病”这一名称的,就是本书作者,而因空调器引起一些健康不良反应的报道,则比我们早两年。我们检索了国外专业文献,因使用空调器导致健康影响的病征,多称为“不良建筑综合征”(sick building syndrome),没有空调病这个术语。

发达国家在 70 年代开始重视,80 年代中期,则在专业杂志中有了关于“不良建筑综合征”的报道。较为全面系统的报道材料,则见于 90 年代初期,直至今今天还不断有调查报告刊出。他们描述的内容都是办公大楼中因使用空调器而发生的一些人体不适状态;至今未见到在家庭中使用空调器而引发疾病的内容。

在 80 年代中期,我们曾对上海及附近城市的百余家单位

使用空调器工作室中的职工健康和环境作了初步调查研究,所发现的症状与国外报道的“不良建筑综合征”基本相似;而真正大量发病的,还是见于近年来夏天急诊室中的许多感冒病人,他们家庭在晚上使用空调器的过程中,由于冷热不适应而诱发感冒。由此,大家开始关心空调病。

普通群众中,不少人想知道空调病究竟是怎样发生的,发生的原因是什么,如何防治。为了解决广大群众所关心的疑团,我们应上海科学技术出版社之约,编写了这本小书,以供大家参考。由于这是一种近十年才出现的病征,我们虽然作了一些现场调查,也属初步。空调病与空调有关疾病的分类,参考了美国国家职业安全卫生研究所 K. Kreiss 的原则,部分内容来自我们自己的工作,有些则采自报章杂志。错误在所难免,敬请读者指正。

金锡鹏

1999年9月

目 录

与空调器有关的常识

1. 什么是空调器	1
2. 空调器的常用类型有哪些	1
3. 中央空调系统有哪些特点	3
4. 个体空调器有哪些特点	3
5. 传统式空调器有哪几种类型	4
6. 特殊式空调器有哪几种类型	5
7. 分体式空调器和窗式空调器,哪一种好	8
8. 如何合理选择空调器	9
9. 根据房间的大小如何计算合适的空调功率	10
10. 空调器的代号有什么含义	11
11. 如何保养空调器	12
12. 造成空调器故障的原因一般有哪些	14
13. 空调器安装时常出现哪些故障,如何解决	14
14. 如何检测空调器的安装质量	15
15. 空调器使用不当常出现哪些故障,如何解决	16

与空调病有关的知识

- 16. 什么是空调病 17
- 17. 空调病为何亦称不良建筑病或闷楼病 19
- 18. 为什么有人称空调病为暖房病或冷房病 20
- 19. 空调病的发病原因有哪些 20
- 20. 为什么说空调室内外温差较大易引发空调病 ... 21
- 21. 为什么说空调室内的通风程度很重要 22
- 22. 为什么说空调室内的阴离子浓度很重要 23
- 23. 为什么说空调室内有较多的臭氧分子比较好 ... 23
- 24. 为什么说空调设备本身有时也可成为一个
过敏病原体 24
- 25. 空调室内的相对恒定温度状态对人体有
影响吗 24
- 26. 使用空调对人们的心态有无影响 25
- 27. 空调病有哪些表现 25
- 28. 如何确定是否患有空调病 26
- 29. 一旦发生空调病或怀疑患有空调病应当如何
处理 26
- 30. 患有空调病者应如何治疗 26
- 31. 如何预防空调病 27
- 32. 为什么说营造一种温馨的环境也有利于预防

空调病	28
-----------	----

与空调器有关的疾病

33. 什么是与空调器有关的疾病	30
34. 与空调器有关的疾病有哪些	31
35. 空调恒温怎能引起高温中暑	31
36. 中暑有哪些表现	32
37. 如何预防因使用空调器而引起的中暑	33
38. 中暑病人应如何治疗	34
39. 使用空调器为什么容易罹患感冒	36
40. 患了感冒有哪些表现	37
41. 如何预防因使用空调器而引起的感冒	37
42. 患了感冒应如何治疗	39
43. 使用空调器会引起女性月经紊乱吗	40
44. 如何预防因使用空调器而引起的女性月经紊乱	40
45. 使用空调器为什么容易患心肌炎	41
46. 患了心肌炎有哪些表现	42
47. 如何预防因使用空调器而引起的心肌炎	42
48. 患了心肌炎应如何治疗	43
49. 使用空调器为何会使中风的机会增多	44
50. 中风有哪些临床表现	44

51. 如何预防因使用空调器而引起中风的增多	46
52. 如何控制诱发中风的危险因素	47
53. 中风有哪些先兆症状	48
54. 患了中风应如何治疗	48
55. 为什么使用空调器容易引起军团菌病	50
56. 军团菌病有哪些临床表现	52
57. 如何预防因使用空调器而引起的军团菌病	53
58. 患了军团菌病应如何治疗	54
59. 使用空调器可引起皮肤病吗	54
60. 使用空调器所引起的皮肤病有哪些临床表现 ...	55
61. 如何预防因使用空调器而引起的皮肤病	56
62. 什么样的食品有利于皮肤健康	57
63. 为什么说充分休息有利于皮肤健康	58
64. 为什么说保持轻松的心情也有利于皮肤健康 ...	58
65. 为什么说沐浴是保护皮肤的重要措施	59
66. 对于常见的皮肤病应如何治疗	59
67. 使用空调器可引起哪些呼吸系统疾病	60
68. 急性气管-支气管炎有哪些临床表现	61
69. 慢性气管-支气管炎临床表现为哪两型三期	62
70. 慢性气管-支气管炎主要有哪些症状	62
71. 对慢性气管-支气管炎应如何检查	63
72. 如何预防因使用空调器而引起的呼吸系统	

疾患	64
73. 患了呼吸系统疾患应如何治疗	65
74. 为什么使用空调器容易发生哮喘	66
75. 哮喘有哪些临床表现	68
76. 如何预防因使用空调器而引起的哮喘	69
77. 对于哮喘治疗,有哪六个方面的规范	71
78. 患了哮喘应如何治疗	72
79. 在什么情况下,使用空调器可以引起一氧化碳中毒	73
80. 一氧化碳中毒有哪些临床表现	74
81. 如何预防汽车因使用空调器而发生的急性一氧化碳中毒	75
82. 如何治疗一氧化碳中毒	76
83. 为什么说长期在空调室内的人们可发生某些生理或心理变化	77
84. 如何调节长期在空调室工作所发生的不良心理变化	78

空调室内的环境状况

85. 空调室内的臭氧浓度通常有些什么变化	80
86. 空调室内的臭氧浓度为什么会降低	80
87. 空调室内臭氧浓度与人体健康有何关系	81

88. 如何预防空调室内臭氧浓度下降对人体健康
的影响 81
89. 空调室空气中离子浓度会发生哪些变化 82
90. 空气离子来源于哪里 82
91. 空气中的离子是怎样发生变化的 83
92. 空调室空气中负离子量为何减少 83
93. 空调室内负离子浓度降低对人体健康有什么
影响 85
94. 空调室内使用负离子发生器后会在哪些方面
有明显的改善 87
95. 如何防止空调室内负离子浓度的降低 87
96. 如何增加空调室空气中的负离子浓度 88
97. 空调室内如何选择空气负离子发生器 89
98. 空调室内如何使用负离子发生器 90
99. 是不是空气负离子对每个人都有好处 92
100. 空调室内有哪些空气污染的来源 92
101. 为什么说人的活动也会给室内空气带来
污染 93
102. 哪些建筑材料会给室内空气带来污染 94
103. 哪些装饰材料会给室内空气带来污染 95
104. 哪些微生物会对室内空气产生污染 96
105. 哪些室外因素因传入室内而污染室内环境 97

106. 为什么说现代办公设备也会给室内带来
污染 98
107. 如何检测空调室内的空气污染物 98
108. 对空调室内空气污染进行卫生评价的指标有
哪些 99
109. 为什么以室内二氧化碳浓度作为室内空气
质量好坏的重要指标 100
110. 为什么说细菌和灰尘也是评价室内空气质量
的重要指标 101
111. 为什么说空气离子浓度也是评价室内空气质量
的重要指标之一 102
112. 如何降低空调室内的空气污染 103
113. 有哪些物理措施可以降低空调室内的污染 ... 104
114. 有哪些化学措施可以降低空调室内的污染 ... 104
115. 有哪些生物方法可以降低空调室内的污染 ... 105
116. 空调室内主要有哪些空气污染物对健康产生
危害 105
117. 空调室内的二氧化碳浓度为多少符合卫生
标准 106
118. 空调室内的氨对人体健康有什么影响 106
119. 空调室内甲醛的卫生标准是多少 107
120. 空调室内的挥发性有机化合物对人体健康

有什么影响	108
121. 为什么高浓度的臭氧却被称为空调室内的 空气污染物	108
122. 空调室内的特殊气味对人体健康有什么 影响	109
123. 如何减少空调室内的特殊气味	110
124. 空气净化器有哪些类型	110
125. 如何选择空气净化器	112
126. 空调室内如何使用空气净化器	113
127. 空调室内的装饰色彩对人体健康有什么 影响	113
128. 空气调节可能给空调室造成哪些空气污染 ...	115
129. 如何防止空气调节给空调室造成的空气 污染	116
130. 空调室内环境的卫生要求有哪些	117

与空调器有关的常识

空调病是因空调器的类型不合适、安装不合理或温度调节不适当等原因所造成的。因此,我们有必要先了解一下空调器的不同类型和特点、如何选择和购买及其日常维护等问题,以防止空调病的发生。

1. 什么是空调器

具有调节特定工作、生活等场所的空气温度、湿度、气流速度等性能的电气设备,称为空调器。空调器自 1930 年问世以来,随着科学技术的进步和人们生活标准的日益提高,空调器的名称、类型、规格、性能、外形等均得到不断地改进和演变。下面就目前我国空调器通用的状态作一简明扼要的介绍。

2. 空调器的常用类型有哪些

(1) 通常按照不同的空气处理范围,可将空调器分为个体空调和中央空调。

一架空调器仅供给一个或两个房间使用的空调器,称为个体空调。

专门供给一套房间或一幢大楼使用的空调器,则称为中央空调。

(2) 根据空气处理和输送设备的情况,可将空调器分为集中、半集中和全分散系统三类。

集中系统:所有空气处理的设备,包括过滤器、加热器、冷却器、加湿器、通风机以及输送设备等,都集中在专门的空调机房内。

半集中系统:除空调机房外,半集中系统还设有分散在空调房间内的末端装置,如冷热交换设施等。它们的功能是在空气进入空调房间之前,对来自集中处理系统的空气作进一步的补充处理。

全分散系统:处理和输送分配的设备合为一体,并且本身带有独立的冷热源,形成单一的空气调节系统,又称为空调机组。根据需要,可直接安装在室内。

(3) 根据空气处理的不同方式,可将空调器分为封闭式、直流式和混合式系统三类。

封闭式系统:所处理空气全部来自被调节的室内空间,无室外新鲜空气的补充,全部为再循环空气,被调节空间和空气处理设备间形成一环路。这类系统的冷热负荷量最小、耗能少,但空气的卫生质量差,室内不适宜有过多人员长期停留。它只适用于密闭空间且无法或不需要采用室外新鲜空气的特殊场合。