

航海卫生及医护知识

贺平 主编

人民交通出版社



R831
40

Y4110/31

航海卫生及医护知识

Hanghai Weisheng Ji
Yihu Zhishi

贺平	主 编
何曼娜	方锦文
倪瑞宝	徐 林
	王金茹



A0048685

人 民 交 通 出 版 社



航海卫生及医护知识

贺平 主编

何曼娜 方锦文 倪瑞宝 徐栋 王金茹 编

插图设计：秦淑珍 正文设计：乔文平 责任校对：刘素燕

人民交通出版社出版发行

(100013北京和平里东街10号)

各地新华书店经销

人民交通出版社印刷厂印刷

开本：850×1168 1/32 印张：9.75 字数：262千

1992年6月 第1版

1992年6月 第1版 第1次印刷

印数：0001—2000册 定价：10.00元

ISBN 7-114-01298-5

U·00845

(京)新登字091号

内 容 提 要

本书对广大航海人员系统地介绍了医学卫生的基本知识,包括船舶的公共卫生(环境卫生、劳动卫生、营养卫生、食品卫生及船舶除害等),船员常见的内、外、传染病,眼、鼻、耳及口腔疾病的诊断与防治,常见急症及职业中毒的紧急处理,常用药物的应用及保存,船上对危重病患者的抢救与护理技术,海上请求医疗援助(附有中英文对照的2个求援病例)及呼救信号,人体检验正常值,常见疾病及常用药物英文索引等。

内容深入浅出,注重实用,文字简明,通俗易懂。适合具有初中以上文化水平的船员及船舶医务人员阅读、应用,也可供一般家庭作日常医疗参考。

前 言

随着我国经济的不断发展以及国际交往的日益增长，航运交通事业有了迅猛的发展，我国的国内航线遍及大多数江河湖海，国际航线远至五大洲、四大洋，航海工作者为国家、为人民作出了重大的贡献。

由于船员们长期在船上生活，机体处于不断的颠簸运动之中，平时工作紧张，生活调节不佳，影响到机体的生理功能和防卫机能，因此，海员容易受伤患病。加以船舶内的医疗设备有限，医务人员相对不足。所以写一本简明扼要，能联系航海实际的卫生读物，使船员同志能通过本书获得一些常用的医疗卫生知识，能在急需情况下作出正确的医疗与处理，这就是编写这本书的目的。

本书的内容，分为船舶卫生，内科、外科、传染病、五官科、眼科等常见病知识，常用药物，常用化验正常值，常见疾病及常用药物英文索引，以及如何抢救急症病人与护理等几方面。在编写中，我们尽量注意到实用易懂，适合于有初中毕业以上文化程度航海人员及一般家庭作日常医疗上的指导，也适合于航运院校有关船上医护方面作教学参考。

编写这本书的作者，曾长期从事对海员病员的医疗保健工作，对航海人员的常见病、多发病有一定体会。但我们本身缺乏在海上长期作业的体验，因之肯定有不少不足之处，我们欢迎广大同行及读者们的批评指教。

本书的编写分工为：船舶卫生——何曼娜，内科常见病——方锦文，常见传染病——贺平，外科常见病——倪瑞宝、徐栋，眼、鼻、耳常见病——徐栋、王金茹，口腔常见病及口腔卫生——贺平，常见急诊——方锦文，职业中毒——何曼娜，止血、

包扎、固定及搬运——倪瑞宝，常用药物的应用及保存——王金茹、贺平，抢救危重病人的几种技术操作及护理——王金茹，海上请求医疗援助——王金茹。

本书曾得到上海第二医科大学史奎雄教授、孙琛教授，华山医院邬祥惠教授，瑞金医院陶嘉咏教授及朱寿柱教授的审评，并得到上海海员医院陈信威院长及该院外轮病房护理部全体同志的大力支持，谨在此致以衷心的感谢。

贺 平

目 录

前 言	1
第一章 船舶卫生	1
第一节 环境卫生	1
一、船舶微小气候	1
二、通风	1
三、采光和照明	2
四、给水卫生	2
第二节 船上的劳动卫生	4
一、高温及劳动保健	4
二、低温保护	5
三、电焊等作业环境的劳动保护	6
四、噪声防护	6
五、有毒物质的基本概念	7
第三节 营养卫生	9
一、合理营养的生理学基础	9
二、蛋白质的营养	9
三、脂肪的营养	10
四、糖的营养	11
五、无机盐	12
六、维生素	13
第四节 食品卫生	14
一、食品污染	14
二、食物中毒及预防	15
第五节 船舶除害	23
一、鼠害防治	23

二、蟑螂防治	25
三、灭跳蚤	26
四、灭蝇	27
第二章 常见疾病	28
第一节 内科常见病	28
一、普通感冒（伤风）	28
二、急性支气管炎	30
三、肺炎	31
四、急性胃肠炎	33
五、慢性胃炎	35
六、胃及十二指肠溃疡	37
七、急性胆囊炎	39
八、急性胰腺炎	41
九、高血压病	43
十、心绞痛	45
十一、心肌梗塞	47
十二、病毒性心肌炎	51
十三、心律失常	53
十四、晕船病	59
十五、便秘	60
十六、头痛	62
十七、蛲虫病	64
第二节 常见传染病	64
一、流行性脑脊髓膜炎	64
二、猩红热	66
三、肺结核病	67
四、病毒性肝炎	69
五、霍乱与副霍乱	71
六、伤寒	73
七、细菌性痢疾	74

八、阿米巴痢疾	75
九、艾滋病	76
十、淋病	78
十一、炭疽病	80
十二、麻风	81
十三、梅毒	83
十四、黄热病	85
十五、疟疾	87
第三节 外科常见病	90
一、损伤	90
软组织损伤（90），头部损伤（94），胸部损伤（97），腹部损伤（102），手部损伤（104），冻伤（106），烧伤（107），破伤风（111），电击伤（113）。	
二、急腹症	114
急性阑尾炎（118），胃、十二指肠溃疡穿孔（121），肠梗阻（122），胆囊炎、胆石症（126），肾绞痛（128）。	
第四节 眼、鼻、耳常见病	129
一、急性结膜炎	129
二、电光性眼炎	131
三、眼内异物	131
四、麦粒肿	132
五、鼻出血	133
六、急性化脓性鼻窦炎	134
七、慢性化脓性鼻窦炎	134
八、过敏性鼻炎	135
九、鼻外伤	135
十、外耳道异物	136
十一、耳廓外伤	136

十二、鼓膜外伤	137
十三、急性化脓性中耳炎	138
十四、噪声性耳聋	138
第五节 口腔常见病及口腔卫生	139
一、龋齿	139
二、牙周疾病	140
牙龈出血（141），牙齿松动（141），牙周脓肿（142），青少年牙周炎（142）。	
三、口腔卫生	143
第三章 常见急症及职业中毒	146
第一节 常见急症	146
一、心脏骤停	146
二、上消化道出血	150
三、休克	152
四、溺水	153
五、呼吸道异物阻塞	155
六、自发性血糖过低症	156
七、中暑	157
第二节 职业中毒	158
一、概述	158
二、苯中毒	159
三、有机磷中毒	161
四、汽油中毒	161
五、一氧化碳中毒	162
六、缺氧和二氧化碳中毒	163
七、硫化氢中毒	163
八、氰化物中毒	164
九、化学灼伤	164
第四章 止血、包扎、固定及搬运	166
一、止血	166

二、包扎.....	171
三、固定.....	175
四、搬运.....	177
第五章 常用药物的应用及保存.....	178
第一节 解热镇痛及抗风湿药.....	178
阿司匹林（178），复方阿司匹林（179），安乃近（179），氨基比林（179），索密痛（179），克感敏（180），复方氨基比林注射液（180），复方柴胡注射液（180）	
第二节 镇静药及安定药.....	180
安定（180），利眠宁（181），盐酸氯丙嗪（181）	
第三节 镇痛药.....	181
盐酸吗啡（181），度冷丁（182），颅痛定（182）	
第四节 中枢兴奋药.....	182
苯甲酸钠咖啡因（182），可拉明（尼可刹米）（183），盐酸山梗菜硷（183）	
第五节 祛痰镇咳药.....	184
咳必清（184），必嗽平（184），复方甘草合剂（184）	
第六节 止喘药.....	184
氨茶碱（184），复方长效氨茶碱片（185），止喘栓（185），喘定（185），舒喘灵（186）	
第七节 助消化药.....	186
多酶片（186），干酵母片（186）	
第八节 治溃疡病药.....	187
一、制酸剂.....	187
复方氢氧化铝片（187），硫糖铝（187）	
二、解痉剂.....	188
阿托品硫酸盐（188），胃疡平（188），复方颠茄片	

(189), 山莨菪碱盐酸盐 (189)	
第九节 泻药	190
酚酞 (190), 开塞露 (190), 硫酸镁 (190)	
第十节 止泻药	191
药用炭 (191)	
第十一节 抗心律失常药	191
心得安 (191), 异搏定 (192), 慢心律 (192), 心律平 (192)	
第十二节 抗心绞痛药	193
硝酸甘油 (193), 亚硝酸异戊酯 (193), 消心痛 (194), 潘生丁 (194), 硝苯吡啶片 (心痛定) (195), 硫氮卓酮 (195), 利多卡因 (195), 心 得舒 (196)	
第十三节 周围血管扩张药	196
地巴唑 (196), 烟酸肌醇脂 (197) 盐酸苄唑啉 (妥 拉苏林) (197)	
第十四节 抗高血压药	197
利血平 (197), 复方降压片 (198), 常药降压片 (198), 羧甲丙脯酸 (199), 阿替洛尔 (199)	
第十五节 抗休克药	200
肾上腺素 (200), 新福林 (200), 阿拉明 (201), 多巴胺 (202)	
第十六节 利尿药及脱水剂	202
速尿 (202), 安体舒通 (203), 高渗葡萄糖注射液 (203), 甘露醇 (203), 山梨醇 (203)	
第十七节 抗过敏药	204
非那根 (204), 扑尔敏 (204), 晕海宁 (204), 酮替芬 (204), 盐酸赛庚啶 (205)	
第十八节 抗菌药物	205
青霉素钠 (钾) (205), 普鲁卡因青霉素G 注射剂	

(206), 先锋霉素IV (头孢氨苄、头孢立新)	
(206), 麦迪霉素 (美地霉素) (207), 磷霉素	
(208), 四环素 (208), 红霉素 (208), 链霉素	
(209), 庆大霉素 (209), 卡那霉素 (210), 林	
可霉素 (211), 氟哌酸 (211), 磺胺甲基异噁唑	
(新诺明) (211), 甲氧苄氨嘧啶 (212) 增效磺胺	
甲基异噁唑片 (复方新诺明) (212)	
第十九节 凝血药及止血药.....	213
安络血 (安特诺新) (213), 止血敏 (213), 对羧	
基苄胺 (抗血纤溶芳酸、止血芳酸) (213), 6-氨基	
己酸 (213)	
第二十节 抗病毒药.....	214
盐酸吗啉双胍 (病毒灵) (214), 金刚胺 (214)	
第二十一节 输液剂.....	215
低分子右旋糖酐 (215), 氯化钠注射液 (215), 葡萄	
糖液 (215), 5%葡萄糖盐水注射液 (216), 碳酸	
氢钠 (216), 氯化钾 (216)	
第二十二节 生物制品及酶制剂.....	217
破伤风抗毒素 (217), 溶菌酶 (217)	
第二十三节 激素剂.....	217
强的松 (去氢可的松) (217), 地塞米松 (氟美松)	
(218)	
第二十四节 外用药.....	218
红药水 (红汞) (218), 酒精 (乙醇) (218), 碘	
酒 (碘酊) (218), 龙胆紫 (紫药水) (219), 双	
氧水 (过氧化氢溶液) (219), 生理盐水 (219),	
高锰酸钾 (219), 蓝油烃油膏 (219), 鱼石脂油膏	
(219), 绿药膏 (219), 金霉素眼膏 (219), 氯	
霉素滴眼液 (219), 四环素可的松眼膏 (220), 斑	
马眼药水 (220), 鼻眼净 (滴鼻净) (220)	

第二十五节 皮肤病常用药	220
醋酸肤轻软膏 (220), 醋酸地塞米松软膏 (220), 炉甘石洗剂 (220), 癣药水 (220), 土槿皮酊 (221), 复方硫黄软膏 (221), 醋酸氟氮可的松软膏 (221), 克霉唑软膏 (221)	
第二十六节 常用中成药	221
安神补心丸 (222), 刺五加片 (222), 感冒退热冲剂 (222), 午时茶 (222), 银翘解毒片 (222), 藿香正气片 (222), 板兰根 (223), 半夏露 (223), 气管炎片 (223), 杏仁止咳糖浆 (223), 枇杷叶膏 (223), 行军散 (223), 暑湿正气丸 (纯阳正气丸) (224), 香连丸 (224), 麻仁丸 (224), 保和片 (224), 茵陈冲剂 (224), 复方罗布麻叶片 (224), 珍菊降压片 (225), 丹参片 (225), 复方丹参注射液 (225), 冠参片 (复方党参片) (225), 冠心苏合丸 (225), 麝香保心丸 (226), 8号口服止血粉 (226), 云南白药 (226), 六神丸 (226), 牛黄解毒片 (226), 银黄片 (227), 合成鱼腥草素 (227), 跌打丸 (227), 舒筋药水 (227), 红膏药 (227), 伤湿止痛膏 (227), 狗皮膏 (227), 黄连素片 (228), 锡类散 (228), 清音丸 (228), 喉炎丸 (228), 千柏鼻炎片 (228), 猴菇菌片 (229), 三九胃泰 (229), 解痉镇痛酊 (229), 六应丸 (229)	
第六章 抢救危重病人的几种技术操作与护理	230
第一节 氧气吸入法	230
第二节 洗胃法	232
第三节 重危病人的护理	234
一、休克病人的护理	234
二、高热病人的护理	235

三、昏迷病人的护理	237
第四节 最基本的常规检测	237
一、体温测量	238
二、脉搏测量	239
三、呼吸测量	239
四、血压测量	240
第五节 口服给药法	242
第六节 注射法	243
一、皮内注射法	243
附：皮内过敏试验	244
二、皮下注射法	246
三、肌肉注射法	247
四、静脉注射法	249
五、静脉输液法	250
第七节 冷热治疗的应用	251
第八节 传染病的隔离消毒方法	253
第九节 医疗用具消毒	255
一、外科敷料的制作与消毒	255
二、金属器械消毒法	256
三、玻璃器皿、橡皮管、缝线的消毒法	256
第十节 针灸疗法	257
第七章 海上请求医疗援助	261
附录一 人体检验正常值	268
附录二 常见疾病及常用药物英文索引	288

第一章 船舶卫生

第一节 环境卫生

生活环境中各种因素（自然因素或社会因素）的变化，随时都可以影响机体各种机能的变化；船员长期在海上航行，直接受海洋气候的影响，会产生各种生理功能的变化。

一、船舶微小气候

人体周围小范围内空气的物理状况称为微小气候。例如，居住舱的微小气候，机舱的小气候等。

微小气候是外界环境与人的关系中最密切的因素。气温、气湿、气流及空气组分对人体都有一定的影响。

船员直接受海洋气候的影响，海洋的湿度高，沿海风速大，辐射热较强，空气清静，空气中负离子较多，对机体有保护作用，能促进机体的新陈代谢、加强呼吸和循环、改善血液成分和神经系统，提高工作效率。

二、通风

通风的目的是改善生产和生活环境，保持居室和劳动场所的空气卫生。为了使室内有大量新鲜空气，就必须及时通风换气，一般居室需要每天换气2—4次；厨房由于食品易腐，且水蒸气较多，需每天换气3—6次；厕所需要换气的次数更多。

通风可以分为自然通风和机械通风两大类：

1. 自然通风 通过门窗利用自然力（如温度差、风压差）进行空气交换称为自然通风。

2. 机械通风 机械通风是利用机械的动力进行空气交换，排

除各种有害气体，使空气符合卫生学要求。

三、采光和照明

照明是利用各种光源照亮工作和生活场所的措施。

适当的采光和照明，能减少眼睛疲劳，防止眼球振荡和近视等疾患。

海图室的照明，要求柔和，使驾驶员进出海图室后眼睛不受刺激。客舱平均光照度荧光灯 $100lx$ 、白炽灯 $80lx$ ，照明均匀度 $1:1.3$ 。

四、给水卫生

水是自然界一切生物生命过程中的必需物质，它约占人体重量的 $2/3$ 左右。水也是个人卫生和日常生活中所必要的重要物质。因此，从生理或卫生角度来看，水对保证机体健康，预防疾病都是特别重要的物质条件。

1. 饮用水质的卫生标准

感官指标 要求无色、无味、无臭、无厌恶和不愉快的感官性状。

化学指标 pH 值 $6.8-8.5$ ，总硬度以 CaO 计、小于 $250mg/l$ ，铁小于 $0.3mg/l$ ，锰小于 $0.1mg/l$ ，铜小于 $1.0mg/l$ ，锌小于 $1.0mg/l$ 。

细菌学指标 细菌总数（即 $1ml$ 水中细菌总数）少于 100 个，大肠菌群数（即 $1l$ 水中大肠菌群数）少于 3 个，含氯量不低于 $0.3mg/l$ 。

2. 船舶的水质卫生

为了保证船舶得到符合卫生标准的生活饮用水，避免淡水在输送过程中受到污染，应注意以下几点：

1) 当船舶停靠码头装水时，首先要了解给水设施的卫生状况，进行简易快速的水质检验，一般用肉眼观察，要求感官性状良好。当船舶无法停靠码头时，由专用淡水船向船舶送水，船方