



人民公社

怎样做好卫生保健工作

卫生部医疗预防司编著

农业出版社

人民公社怎样做好卫生保健工作

卫生部医疗预防司编著

农业出版社

人民公社怎样做好卫生保健工作

卫生部医疗预防司編著

农业出版社出版

(北京西总布胡同7号)

北京市書刊出版業營業許可証出字第106号

农业杂志社印刷厂印刷 新华书店發行

787X1092 毫米 1/32 · 2 印張 · 47,000 字

1959 年 7 月第 1 版

1959 年 7 月北京第 1 次印刷

印数 (0,001—1,800) 定价 (7) 0.18 元

統一書号 14144.1 59.6. 农业

目 录

一、农村卫生工作的新形势和新任务.....	5
二、人民公社要做好那些卫生保健工作.....	7
(一)除四害.....	7
(二)講卫生.....	15
(三)积极防治和消灭傳染病、寄生虫病和地方病.....	22
(四)做好公共食堂的卫生工作.....	35
(五)做好托兒所、幼兒園和学校的卫生工作.....	43
(六)加强劳动力保护和田間、工矿劳动卫生工作.....	50
(七)办好人民公社的卫生保健机构.....	54
三、坚决依靠党的领导大搞群众运动是卫生工作 取得决定性胜利的关键.....	61

目 录

1	前言
2	第一章 绪论
3	第二章 基本理论
4	第三章 计算方法
5	第四章 实验研究
6	第五章 结论
7	参考文献
8	附录
9	索引
10	后记

一、农村衛生工作的新形势和新任务

自从我国农村实现了人民公社化以后，我国广大农村的面貌，有了很大的改变。人民公社不仅在发展生产、改善人民生活显示出了它的巨大地优越性，而且在促进卫生工作方面也显示了很大威力。

1958年我国的卫生工作取得了重大的成就。各地都在人民公社的組織基础上开展了轟轟烈烈的除四害、講卫生、消灭疾病的群众运动，消灭了大量的四害和四害孳生地。其它害虫、害鳥、害兽如釘螺、虱子、跳蚤、臭虫、蟑螂等也有所减少，其危害程度也有所減輕。全国已有不少县、市达到了基本“四无”。随着除四害、講卫生运动的开展，全国农村的环境卫生和个人的卫生习惯都有了很大的改善。公共食堂、托兒所、幼兒園等集体福利事业的卫生状况也都开始好轉。少数民族地区和偏僻山区的卫生面貌也在日新月异。除四害、講卫生运动也直接促进了消灭疾病的工作。如流行在12省市的血吸虫病已在60%的地区基本消灭，1958年1至11月共治疗病人360余万人，等于解放以来治疗病人总数的三倍；黑热病已在全国范围内基本消灭；瘧疾已在700多个县、市基本消灭；鈎虫病、絲虫病、性病、甲状腺腫也在一些地区基本消灭和控制了流行；防治克山病、結核病、麻瘋也作出了不少成績；过去一直被認为无法治疗的大骨节病，最近也找到了有效的治疗办法。由于除四害、講卫生和积极防治疾病的結果，許多急性傳染病的发病率也大为降低。如山西省稷山县太阳村

消灭了四害和虱子、跳蚤、臭虫等，村里到处平整光洁，自1956年以来没有发现传染病。由于卫生工作取得了这些巨大的成绩，从而有效地保护了群众的健康，更加激发了广大群众的生产热情，提高了劳动出勤率和劳动效率，有力地支援了工农业生产。

卫生工作所以能够取得这样巨大的成绩，首先是由于人民公社成立后，各级党组织加强了对卫生工作的领导。各级党组织认识到卫生工作是保护人民身体健康，保证生产任务完成的不可缺少的措施。因此在抓生产、抓生活的同时，也抓紧了卫生工作。其次，社大力量大，也给开展卫生工作创造了极为有利的条件。例如医务人员、设备等可以在较大范围内作统一安排和较合理的使用，并且能在人力、物力和财力上给予必要的充实。从而才有可能在公社内举办象卫生院这样规模较大的机构。第三，随着生产的发展，群众物质生活的不断提高，文化卫生知识的普及以及生产和生活的集体化，搞好卫生工作成为群众普遍的要求和迫切的愿望。社员们说：“健康是生产的资本，无病是跃进的保证。”由于群众认识到健康和生产的关系，这就使疾病的早期诊断及时治疗、讲卫生和开展预防工作，获得了更为广泛、深入的群众基础，为进一步搞好卫生保健工作，提供了有利的条件。第四，各有关部门的协作加强了，大部分县、社都把妇联、共青团、文教卫生、民政、工商业等部门组织起来，成立除害灭病、生活福利办公室，在当地党委统一领导下进行工作。

在人民公社的新形势下面，也给卫生工作提出了一些新问题。首先，公社化以后，由过去农业生产合作社时的小集体转为公社的大集体，生产方式和生活方式都发生了很大的变化。过去社员在自己家里吃饭，现在到公共食堂集体吃饭；过去孩子们整天在家里生活，现在很多到托儿所、幼儿园过集体生活；由于工农业生产及兴修水利等的需要，劳动力的调动加多了，集中的程

度也加大了。总之,無論在生产和生活方面,“集体”这一特点更为突出了,在集体生产和生活中,若不注意講卫生,就容易使很多人同时得病;食堂飯菜养分不足,会影响很多人的健康;托兒所、幼兒園发生傳染病,会使很多孩子得病,因此,越是集体化,越要講卫生,越是集体生活,越要注意預防疾病。其次,公社化以后,由单一的农业經濟走向农、林、牧、副、漁全面发展,工农业相結合的多种經濟,今后要逐渐走向半机械化以至全部机械化的生产,生产条件比过去复杂了,农葯的使用量也将大大增加。在各种生产条件中,若不注意安全卫生,就可能发生工伤事故、农葯中毒和各种疾病。第三,也应该看到,公社化以后在生产迅速发展,生活逐步改善的基础上,群众必然会要求不断改进医药卫生条件。第四,在公社逐步改造現有的旧式房屋,建設新型的园林化的乡鎮和村的居民点时,在建設和规划中的卫生問題也是一个新的重要的問題。以上这些情况,說明在公社化以后,卫生工作就显得更加重要了。

卫生工作根据刘少奇同志在全国农业社会主义建設先进单位代表會議上,代表党中央所作的指示,今后卫生工作的任务是:“总结和推广 1958 年的成功經驗,繼續开展广泛的群众运动,坚持团结整个医药卫生战綫上的全体工作人員,貫徹执行中西医结合,专门人才和广大群众密切結合的方針,爭取在最近几年內除尽四害,逐步消灭为害人民最严重的疾病,把我国卫生事业的水平大大提高一步”。

二、人民公社要做好那些衛生保健工作

(一)除四害

1. 为什么要除四害 老鼠、麻雀、蒼蝇、蚊子四害对人类的

危害性是人所共知的，我国有一句俗話是“老鼠过街人人喊打！”这也就說明人民对老鼠的厭惡。我国人民很早以来就积累了許多消灭四害的經驗，但是在过去人們只能被动的来消灭四害，所取得的成績也就不大。只有解放了的中国人民在党的领导下，才有可能把定期除尽四害、講卫生和消灭危害人民健康最严重的疾病这一偉大的战斗任务放在自己的面前，作为全国农业发展綱要的一个組成部分，并努力促其实现。

老鼠对人类的危害主要是損耗粮食和傳播疾病。老鼠的主要食物是粮食和某些植物的果实、根、莖和幼苗。老鼠的食量很大，据有人研究一支大老鼠一年可以吃掉 18 斤粮食，某些种类的野鼠还会存粮。1957 年吉林省长岭县从鼠洞挖出粮食 36 万多斤，如果加上老鼠对农作物幼苗、田园和草地的損害其危害性就更为惊人了。另外，野鼠在堤上打洞，也会引起河堤决口泛滥成灾，1949 年內蒙的辽河因老鼠鑽洞引起缺口淹沒良田 19 万余亩。老鼠的另一个危害性就是傳播疾病，如鼠疫、恙虫病、森林腦炎、流行性出血热、鉤端螺旋体病、鼠型斑疹伤寒、鼠咬热和血吸虫病等。其中最严重的是鼠疫，要消灭这些病就要消灭与这些病有关的老鼠。

麻雀是我国常見的一种害鳥，它是消耗粮食妨碍生产的大敌之一。据調查一只麻雀每天至少可以吃掉二錢谷子，一年要吃 4 斤多粮食。麻雀不仅一年要吃掉許多粮食，而且还要糟塌粮食，糟塌的比吃掉的还多。河北省蠡县赵鍛庆刘广車两人过去在村边园子里种了半亩黍谷，都讓麻雀給蹬了，收成无几，因此农民常說“麻雀成群，一起一落一石”，华北地区的农民把麻雀叫做“老家賊”就是这个道理。

蒼蝇是最討厭的东西，因为它又髒又饑，什么地方都去，什么东西都吃。蒼蝇身体上有許多細小的毛，当蒼蝇停留在糞便、

痰液、膿液上时,其中的病菌就会沾在它的濃毛上,当蒼蝇再飞到我們吃的食物上时,病菌就会污染我們的食物,人們吃了蒼蝇染污的食物就会被傳染得病。另外,蒼蝇吃了髒东西,同时也把許多細菌吃进肚里,当它落到食物上或人体上吸食时,吐出一些唾液,同时也排出一些糞便,在这些唾液和糞便里有許多病菌,这样就会把病菌帶給人,使人生病。蒼蝇傳播的疾病很多,主要的有痢疾、伤寒、霍乱、脊髓灰白質炎(小兒麻痺症)、肝炎等。此外,也能傳播肺結核、眼病和皮肤病等。另外蒼蝇在白天还喜欢叮在人的身体上,扰乱人們的工作和休息。

蚊子分雌雄两性,雄性吸植物的汁液不吸血,雌性吸血,除了人血外也吸其它动物的血。蚊子喜欢躲在阴暗潮湿的地方,一般白天飞出屋外,到黄昏时候再从屋外飞到室内来咬人。蚊子虽小但害处却很大,它吸人血时咬得人們晚上睡不好觉,白天就沒有精神工作。同时蚊子还会通过吸人的血傳播疾病。蚊子傳播的疾病有瘧疾、絲虫病、流行性乙型腦炎等。

2. 要了解“四害”的习性 为了消灭四害,首先就应当了解四害的习性,并要認識到四害的特点,認識到除四害的艰巨性、反复性。因为四害孳生快,能适应四害孳生的条件很多,稍不注意,很容易繁殖,有些地区沒有認識到这一点,产生了輕敌和差不多的思想,結果发生了四害“四生”的現象,成績未能巩固下来。除四害和其它任何工作一样,既要有冲天干劲又要有科学分析的精神,要徹底消灭四害必須了解四害的习性,这和作战一样只有知己知彼才能百战百胜,除四害要首先了解四害的习性后,再研究我們的对策才能取得全胜。现将四害的一些基本的习性知識介紹如下:

老鼠:老鼠的种类很多,通常分为家鼠和野鼠两种。家鼠是指与人常接近的,生活在屋內的牆洞、天花板和房屋附近的阴

沟、厕所、猪圈、垃圾堆等处的老鼠。野鼠則是生活在庄稼地、山地或草原里。老鼠的牙齒有一个特殊点，就是它的門牙一年四季都在不停的生长，所以老鼠有經常啃咬东西来磨牙的习惯，以便使牙齒保持适当的长度。老鼠的繁殖力很强，在一年內可繁殖5—10次，每次能生5—10头，幼鼠只需1个月就能发育成熟。家鼠一般能活2—3年。

麻雀：麻雀一般喜欢在屋檐下的瓦縫里、牆洞和村庄附近的树洞里搭窩。麻雀的繁殖也很快，从春暖到立冬都能生蛋孵小雀。北方較冷，麻雀一年可孵两三窩；南方天气較暖和，一年能孵5—6窩，每窩4—8头，因此一对麻雀一年能孵出10—30多个小麻雀。在清明节前后孵出的小雀到立夏就能成群結队的飞行了。麻雀最喜欢在早晨和傍晚集中成群活动，这时是麻雀找覓食物的時間，在中午的時間就比較分散，多三三两两的活动。下雪、刮大風或下雪后，麻雀活动也比較集中，一般躲在避風避雪处。麻雀的机警性很高，特別是曾經被打过的麻雀，見人就飞，有时甚至夜不歸窩，宿在曠野、树上和河堤陡壁等无人走动的地方。

蒼蠅：蒼蠅喜欢在极髒的地方产卵，最常見的是在廁所粪坑內，卵孵化后成为蛆，蛆經過两次脫皮后爬出鑽到周圍的土里变成蛹，蛹不吃东西，以后从蛹里鑽出来的是蒼蠅，蛹壳留在土里。蒼蠅繁殖力很强，一个雌蠅一次可产卵100—150个，一生可产卵5—10次，从卵孵化到变成蒼蠅再产卵只需15天左右，所以一对蒼蠅在一个夏秋天就可以繁殖千千万万个蒼蠅。大部分的蒼蠅在冬季就冷死了，有少部分也可以躲在較暖的屋里或地窖里过冬，来年春暖后再出来繁殖。但是它主要还是靠蛹和蛆躲在土里过冬，来年春暖后变成蒼蠅。

蚊子：蚊子的一生也要經過四个阶段，即由卵变成幼虫(子

子),幼虫变成蛹,蛹再变成蚊子。蚊子的幼虫和蛹都必须生活在水里。蚊子一次能产200—300个卵,一年能傳十一、二代。蚊子的孳生和水分不开,只要有靜水的地方往往就成为蚊子的孳生場所,如稻田、池塘、水池、湖泊、沟渠、污水坑、有水存留的瓦罐、木桶、树洞、竹筒、石臼等,甚至在能积水很少的竹椿和存有水的牲畜蹄坑內都会孳生蚊子。在我国的南方,因冬季的温度也較暖(在攝氏10度以上),在这些地区蚊子可以終年活动、吸血和产卵。在較寒冷的地区,蚊子冬季就躲在較暗、較湿和暖和的地方如暖房、菜窖、白薯窖、廢井、地沟、下水道等处过冬,等到来年天气較暖后,再开始活动。有的蚊子在秋天就把卵产在树洞或其它稍有积水的地方,水干后蚊卵就留在那里,待来年雨季到来,灌上水后,卵就孵化出幼虫来。

3. 消灭四害的方法 群众在除四害运动中发明和創造了許多行之有效的好方法和制造了許多工具,利用了不少野生植物,这些土方法、野生植物花钱少、效果好,群众自己可以創造,材料到处可以找到,解决了除四害工具、葯物不足的困难,我們必須根据四害的习性,利用这些有效的办法来消灭四害。

消灭老鼠的方法:灭鼠的方法有三大类,一是工具捕打,一是葯物毒杀,一是动物灭鼠。第一、二是主要的,第三是利用其它动物如貓、鷹和夜間活动的貓头鷹来捕鼠,对灭鼠也能起到一定的作用。常用的捕鼠工具有鼠夾、捕鼠籠和扣压等方法。工具灭鼠的特点是:簡單易行,群众会掌握,比較安全,各种地区都可使用,同时花钱也不多。这些工具都是群众在實踐中創造的,材料到处可以找到。葯物毒鼠可采用毒葯和有毒的野生植物。常用的葯物有安妥和磷化鋅。安妥对鼠的毒性很强,对猫狗的毒性也較强,但对人及大牲畜的毒力較弱,因此使用起来比較安全,同时价钱也很便宜。安妥毒餌配制的方法,一般是將安妥混

在适量的飯、面、肉类、蔬菜等食物內，安妥的用量一般不超过配制毒餌食物总量的二十分之一。磷化鋅对人畜的毒力都很强，它有近似大蒜的气味，配出的毒餌老鼠很爱吃。磷化鋅毒餌配制的方法，一般也是将它混于适量的飯、面、肉类等食物內，其用量为食物的1.5—3%，配制成的毒餌保存時間过长后，会逐渐减低毒力，所以应该現配現用。在这次除四害运动中，有不少群众创造性的运用了有毒野生植物毒鼠的经验，也应该大力推广。应用毒餌时必须注意人畜安全，毒餌放置的时间必須在夜間小孩已上床、鷄鴨等家禽已进籠以后，并在第二天小孩未起床、家禽未出籠前将未被鼠吃掉的毒餌收回。对于野鼠除使用捕鼠工具进行捕打外，还可以采取挖洞、灌洞、烟薰、翻草垛等方法。許多地区在灭鼠时，首先以几天的時間做好断絕鼠粮的工作，凡是老鼠能吃的东西，象食物、瓜果、蔬菜等都保管好，使老鼠吃不到一点东西，喝不到一点水，然后再在室內放置毒餌，用各种工具捕打，在下水道用硫磺烟薰，同时結合翻草垛、翻倉庫、搗鼠窩、挖鼠洞双管齐下收效很大。在平时，还应做好經常性的防鼠灭鼠工作和从建筑設备等方面采取措施来消灭老鼠。

消灭麻雀的方法：常用的灭雀方法有圍歼、掏窩毀窩、器械捕打和葯物毒杀等。圍歼法是安徽和四川省人民所創造出来的消灭麻雀的新方法。利用麻雀的两个弱点：一是它的翅膀短小飞不远也飞不高，飞的时间不能太长，要飞飞歇歇才行；一是它的肚子太容易餓，如果一晝夜吃不到东西就会餓死渴死。另外它也很怕响声，不敢接近紅色。安徽阜阳县苏集区把群众組織起来，手持火槍彈弓、竹竿和各种响器，平均每三亩地里就有一个人監視和追击麻雀，一声令下，霎时鑼鼓喧天，喊声震耳，穷追猛打，吓得麻雀暈头轉向，树上不敢落，村內不敢停，又飢又渴，飞不多时有的就从空中掉下来。該区經過三天三夜总攻击，全区

捕獲麻雀 14,000 多只。掏窩毀窩法：麻雀喜欢在屋檐下、牆洞和樹洞里做窩，可以在夜間掏窩摸蛋捉雀，同時再把窩堵死。器械捕打法：可利用篩子扣、籠子關、馬尾扣套、夾子打、彈弓打和火槍打。火槍打時可採用近擊、伏擊和圍剿。麻雀在早晚多喜歡集中成群活動，在此時用火槍打最好。用槍打時必須注意安全。藥物毒殺法：常用的藥物有馬錢子、土的年、砒霜、天南星、山豆根、土鱉子等。用馬錢子配毒餌時，用馬錢子二兩研細，加水二斤半，熬至四兩時去渣，將米四兩泡入，待水吸干取出晾干后即可使用，麻雀吃米後約十分鐘即死亡。土的年毒性很大，用一錢加溫水半斤溶化後放入米六兩泡二十四小時，待米把水吸干後取出晾干即可使用。用砒霜配制毒餌時，將砒霜四兩搗碎後加水半斤煮半小時，待溶解後加入一斤小麥或谷子，攪拌均勻晒干後即可應用。使用藥物毒殺麻雀效果也很好，由於這些毒藥毒性都很大，不應隨便使用，在使用時應指定一定的地區放置毒餌並有專人照管，毒餌應放置在麻雀常去的地方並應保持安靜，沒有任何驚擾，使麻雀能自由攝食毒餌。

消滅蒼蠅的方法：可根據蠅、蛆、蛹三種不同的對象採取不同的方法來消滅。滅蠅主要可採用工具捕打和藥物滅蠅，這兩種方法應該結合起來進行，應該根據不同的環境選用不同的方法。在捕打成蠅時，也要注意消滅冬季越冬蒼蠅。常用的方法可採用蠅拍拍打，666、滴滴涕噴殺或使用粘蠅紙。有些地區在夏季做到了“人手一拍”見蠅就打，對消滅成蠅收到了很好的效果。粘蠅紙的製造法是用蓖麻油一兩（花生油、菜油也可）放在鐵鍋內置于火上待油熱後，再將二兩研碎的松香末放在油中，待全部溶解後將其用木棒塗在紙條上即可使用。因粘蠅紙上有吸引蒼蠅的氣味，蒼蠅落上後就被粘住。滅蛆可採取打撈、開水燙殺和用 666 等藥物及野生植物毒殺。常用的藥物可用 666 粉

和茶籽餅等。每担糞加茶籽餅二兩攪拌均勻后，一天內就能把蛆殺死。其它野生植物方面如打破碗花花、大火草、野棉花、鬧羊花、楝樹皮、大麻子葉、桃樹葉等有毒植物都可利用。滅蛹的主要方法是挖蛹。因蛹藏在土里，在冬季挖蛹是消滅蒼蠅的好辦法之一，挖掉一個等于夏秋季打死千萬個蒼蠅。挖蛹要在廁所、糞缸、垃圾堆等周圍兩公尺內挖到八寸深，將蛹挖出用開水燙死或砸死，挖過的地方，將土砸緊，最好洒上石灰或666粉，以防有未被挖出的蛹變蠅鑽出來和防止以後再有蛆鑽入變蛹。消滅蒼蠅的根本措施是搞好環境衛生，不讓蒼蠅有下卵生蛆的地方，為此必須做好廁所、糞坑、垃圾堆、牲畜棚圈、鷄鴨窩等的衛生工作以及一些極易吸引蒼蠅的行業如醬園、腸衣加工廠、雜骨收購站、屠宰場等地的衛生管理。

消滅蚊子的方法：滅蚊方法也有兩種，一是治標即消滅蚊子、蛹、孑孓和蚊卵；一是治本即消滅蚊子孳生的條件。滅成蚊可採用666或滴滴涕噴殺和葯物煙薰法。葯物煙薰法可採用666或其它土制煙薰劑。用楝樹根（或皮）二兩曬干研成粉末加鮮桃葉半斤放在干草把內加些木屑或米糠皮點燃后可以滅蚊。用菖蒲根粉一兩加艾、大蒜莖或臭椿樹葉放在干草把內點燃后也可以滅蚊。另外樟樹葉、除蟲菊和辣椒等也可以做成煙薰劑。消滅蚊子幼蟲——孑孓可採用打撈或養魚吃掉孑孓，差不多所有的魚都吃孑孓，特別是柳條魚、羅漢魚等最愛吃孑孓。把一些不好填平的水坑、池塘挖深后蓄水養魚既能消滅孑孓又能增加副業收入。稻田里也可以養魚。葯物滅孑孓方面除了用666和滴滴涕外，各地正在試用一些野生植物如桃樹葉、百部、鬧羊花、蛇床子、醉魚草、柳樹葉、桉樹葉等。滅蚊治本的方法是結合生產和水利建設搞好衛生，根除蚊子孳生條件，蚊子必須依靠水才能孳生繁殖，合理的處理污水，填平一切無用的坑塘，翻盆倒罐，堵塞

树洞，砍伐竹根，尽量减少积水。在灭蚊的同时，也应做好防蚊工作，門窗糊上冷布或按紗窗，睡覺时挂蚊帳，不使蚊子有咬人的机会，这样既不会得病，也可以减少蚊子下卵傳代的机会，因为雌蚊在产卵前一定要吸人血或牛血后才能产卵傳代。

(二)講卫生

1. 人人养成爱清洁講卫生的习惯 随着生产的发展，人民生活不断提高，以及开展群众性爱国卫生运动的結果，人人爱清洁、个个講卫生的新风尚，在广大的农村中正在成长，一些不卫生的习惯正在改变。注意个人卫生可以提高人們的健康水平，增加抵抗能力，預防疾病发生；改善环境卫生可以彻底消灭四害的孳生条件，使大家精神愉快，更好地参加生产。提倡卫生使群众养成爱清洁講卫生的习惯，必須教育群众懂得講卫生对身体健康的好处，打破农村不能講卫生的“条件論”。过去有些条件很差的地区由于群众懂得了講卫生的好处，积极参加这一运动，使过去的卫生落后面貌发生了根本的改观。

在个人卫生方面，要提倡勤洗晒衣被，勤洗澡，勤理髮，勤剪指甲，洗臉时一人一巾，人人刷牙，养成不随地大小便和不随地吐痰的习惯。衣服穿在身上經常被塵土、由皮肤排洩的汗水和皮脂污染，衣服髒了不仅不保暖、不好看而且容易坏，同时变成細菌繁殖的好条件，很容易引起皮肤病。为了保持衣被清洁应經常換洗，棉衣和被子等不能常用水洗的衣物也要經常拿出来晒太阳，防止生霉，同时太阳光也能杀死衣物上的細菌。在农村应逐步地创办一些簡易澡塘，使劳动后能經常得到洗澡的机会。澡塘可利用木桶用土办法装活塞进行淋浴。如采用水缸或木盆做盆浴时，要注意消毒，不讓有皮肤病的人来洗，以免造成傳染。

喝生水是一种不卫生的习惯，因为水中常含有大量的致病細菌，喝进去后容易发生疾病。水煮开后可以把其中的細菌杀死，所以喝开水是最安全的办法。下地劳动时出汗多要多喝开水，应该帶开水到地里去。为了减少社員們燒开水的困难，可以逐步实行由食堂供应开水的办法。

我們吃东西后，牙齒縫里經常留下食物的碎渣，应该每天刷牙，否則留在口里就会腐臭。同时这些髒东西积存过厚，还会变成牙石，刺激牙肉，引起牙周圍病变，及促成齲齿(俗称蛀牙)的形成。牙齒有了病就会减少咀嚼的功能，影响健康，同时也影响美观。經常刷牙是保护牙齒預防牙病的一种主要方法。

随地大小便和吐痰是一种不卫生、不文明的坏习惯，容易傳染疾病。如一些腸胃道的傳染病可以由随地大小便傳染开来，肺結核可由随地吐痰傳染开来。另外，随地大小便对多积肥多打粮也是不利的。目前在許多农村已开始在公共場所和家庭里設有痰盂或用木箱、瓦罐放些石灰或爐灰吐痰用，这种做法值得推广。

許多人共用一条毛巾洗臉容易互相傳染眼病。沙眼的病毒和急性結膜炎的病菌常常是由許多人共用一条毛巾而傳染开来的。目前沙眼是农村造成盲人的重要原因之一。为了預防眼病，最好是每个人用自己的毛巾洗臉，更不要几个人用一盆水洗臉，別人用过的臉盆应该洗干淨后再用。理髮館、澡塘的毛巾在每个人用后应放在开水中煮沸消毒后再給另一个人用。

除了做好个人卫生外，要經常保持屋、院、街整齐清洁，坚持定期打扫的制度，改善环境卫生和遵守集体生活中的卫生公約。

2. 大力改善环境卫生和飲水源的保护

(1) 糞便管理措施：应该配合生产，改善糞便管理，使之合乎卫生要求，消灭蚊蝇孳生条件，同时多积肥及提高肥效。