·军事训练医学知识丛书之三·

军事训练相关内科疾病防治知识问答

摇摇主编摇周裕成

摇摇编者摇(按姓氏笔画为序)

王好善摇郭先科摇徐禹林

彭昌鼎摇曾摇平

人 民 军 医 出 版 社

北摇京

需要全本请访问 www.e

图书在版编目（悄孵数据

军事训练相关内科疾病防治知识 怨问 辖周裕成主编 圆北京 :人民军医出版社,灵憨憨员员
（军事训练医学知识丛书 猿
陈乔晕苑覆寻缘翻跟鄢源

Ⅰ圆军… Ⅱ圆周… Ⅲ圆军事医学 :内科学鄢常见病鄢防治鄢问答 Ⅳ圆阿翻翻源

中国版本图书馆 悄孵数据核字（灵憨憨 第源憨圆号

责任编辑摇张建平
人民军医出版社出版
（北京市复兴路 圆圆号甲 猿号）
（邮政编码 :苑翻翻摇电话 :翻翻跟员远
北京天宇星印刷厂印刷
腾达装订厂装订
新华书店总店北京发行所发行
*
开本 苑跟×员苑跟圆毫米 员张半 印张 员翻缘 字数 :圆员千字
灵憨憨年 员月第 员版摇灵憨憨年 员月 (北京) 第 员次印刷
印数 员翻员~猿翻翻册 定价 苑翻员元
陈乔晕苑覆寻缘翻跟鄢源 · 员憨憨

序

摇摇军事训练是和平时期部队工作的中心任务，是提高部队战斗力的根本途径。在军队现代化建设的进程中，努力做好军事训练伤（病）的防治和研究工作，是时代赋予我们军队医务人员的崇高责任。

长期以来，军事训练损伤和相关的内科疾病一直是影响部队健康和训练质量的重要因素。全军训练伤防治研究中心在深入研究军事训练损伤防治的同时，积极开展军事训练相关内科疾病的研究，并组织编写了《军事训练相关内科疾病防治知识 怨远问》

这本小册子，重点介绍防治军事训练相关内科疾病的有关知识，旨在提高部队官兵的自我保健能力。小册子通俗易懂，重点突出，实用性较强，是指导官兵自我保健的一本很好的参考书。

全军训练伤防治研究中心为部队官兵做了一件很有意义的工作。希望全军卫生人员都来关心部队官兵的健康，多为部队做一些好事、实事，共同推动部队战斗力的提高。

总后勤部卫生部部长

白书忠

员员员年 员月

前摇言

摇摇全军训练伤防治研究中心自成立以来，为全军，特别是在作战部队中普及军事训练医学知识教育，先后编写了两本小册子，即《军事训练伤防治知识 [illegible]问》、《军事训练医学心理学 [illegible]问》，书中每个问题均来自基层参训官兵，是他们在训练中经常遇到和比较关心的问题，编者用通俗易懂的文笔撰写，很受广大官兵欢迎，有力地促进了部队卫勤保障能力的提高。这次组织编写的第三册《军事训练相关内科疾病防治知识 [illegible]问》，是编者依据长期以来为部队防病治病、实地调

需要全本请访问 www.e

研的工作经验，结合部队实际编写的。它面向基层官兵，从普及训练医学知识的角度出发，以问答的形式系统地介绍了军事训练中常见内科疾病的诊断、预防、治疗等方面的知识。希望通过这种形式能进一步提高广大参训官兵的防伤防病意识和水平，最大限度地降低训练所致伤残的发生，不断地提高训练水平。

本书主编周裕成主任医师与其他作者为本书的编写付出了大量辛勤劳动，在此致以衷心感谢。

全军训练伤防治研究中心主任

黄昌林

二〇〇〇年 四月

什么是军事训练相关内科疾病？

摇摇答：人们常可从电影电视上看到英武的士兵在训练场上那矫健刚劲的军训雄姿，心底油然生起对军人的敬佩之情。殊不知，军事训练是一项需要思想高度集中、消耗大量体能、克服众多不利因素的综合性劳动。在军训开展过程中及其前后，有可能因训练直接或间接的影响，使参训人员发生运动系统及非运动系统的损伤或疾病，按照《中国人民解放军军事训练伤诊断分类标准》，前者称为军事训练伤，后者称为未特指类训练伤（病）。在未特指类军事训练伤（病）中，若是因训练当地的气候、地理环境、水源条件及精神心理因素等原因，在训练中或其前后发生一些内科或传

染性疾病，而这些疾病与训练密切相关，则称其为军事训练相关内科疾病。

圛珲人实施军训应了解哪些卫生资料？

摇摇答：军事训练是军人履行职能的重要保证。常言道，养兵千日，用兵一时。为了将来实战的需要，军事训练常选用不利的环境、气候、生活条件，有时还需要模拟实战进行训练，条件是相当艰苦和困难的。为使军训能够健康有效的进行，达到预期的目标，在训练前努力做好相关卫生情况的了解和掌握，是非常必要的。一般情况下，这些相关卫生资料是：

（员）气候：天气情况、风力、气温、气压、湿度、空气清洁度等；

（圆）地理环境：地理位置、地势特点、植被状况、水源条件等；

·圆·

⑶猿 卫生与流行病状况：训练地及其周围的卫生条件、地方病及传染病疫情，参训人员健康状况等；

⑶源 军训项目情况：训练种类、强度、难度、持续时间、可能的伤病预测等；

⑶缘 伙食营养的供应与支持状况；

⑶远 发生军训相关内科疾病后的卫生支持与后送条件等。

对以上相关卫生资料的了解与掌握，就能对卫生全局心中有数，认真做好参训人员相关内科疾病的预防与治疗，这是一种积极的卫生保障措施，医务卫生人员应努力做好并当好军事长官的卫生参谋。

猿军训相关内科疾病对训练影响大吗？

摇摇答：与军事训练密切相关的内科疾病较多，遍及临床各科，根据对军训连队多次多专科的调查，这些军训相关内科疾病主要分布在呼吸、消化、心血管病、传染病、神经原精神等专科，其疾病谱特点是，呼吸系统急性感染病多，消化系胃肠慢性病变多，消化道传染病季节增多明显，头痛和失眠等神经精神科功能性疾病多。在调查中发现，猿个军训连队圆缘人在两个训练阶段中，患以上各种相关内科病症造成军训卫生减员共源原人次，占参训总人数的圆猿缘。由此可见，各种军训相关内科疾病的发生，必然会对军训造成数、质量的下降，其负面影响是较大的。国外军事专家研究分析，在

现代化战争条件下，由于大规模高技术武器的应用，各种内科病卫生减员可占卫生减员总数的 [illegible]。所以我们今天加强对军事训练相关内科疾病的研究与防治，亦是一项有着深远意义的军事卫生课题。

[illegible]预防军训相关内科疾病的一般原则是什么？

[illegible]答：对参训连队的实际调查表明，军训相关内科疾病的发生是造成训练减员的重要原因。其相关内科疾病较多，在预防上应主要掌握如下几个方面；

(1)对参训人员做好训练卫生的宣传教育，既要提高官兵对预防军训相关内科疾病重要性的认识，还要教给他们一定的防病治病知识，以达到

需要全本请访问 www.e

对相关疾病积极预防的目的。

⑴根据综合性卫生资料，做到科学安排与合理调整训练内容及训练计划，如在显著的高气温或低气温时；在某一疫病流行时等等；

⑵要积极参与军事体育训练及其它项目训练，以增强体格、体能和适应能力等身体综合素质，有利于提高对疾病的抵抗力；

⑶加强在军事训练中的卫生监督工作，充分发挥军队卫生人员的专业技术知识作用和管理监督作用，经常注意和检查相关疾病防治措施的落实情况，并据情当好军事长官的卫生参谋。

缨军训相关内科疾病与军训伤有何关系？

摇摇答：军训相关内科疾病与军训伤

都是在军事训练中因不同原因所致参训人员的疾病或损伤，有时被笑称为“一对难兄难弟”。它们的关系可从以下几方面加以认识。

（员）二者都是军事训练中很常见的疾病或损伤，它们的发生直接关系到军人的身体健康，影响军事训练的质量和出勤率，严重时甚至影响军事活动的实施，故对这些训练相关伤病的防治有着同等重要的意义，这不仅是一个训练医学问题，也可看作是一个应予注意的军事问题。

（圆）军训相关内科疾病可表现在呼吸、消化、心血管、神经及精神等等各个器官系统，有的症状明显，直接影响训练活动的开展，有的病症隐蔽，致使训练质量不高，或因体能不济，协调配合不好，造成训练伤的发生。故做

好军训相关内科疾病和军训伤的防治，二者是相辅相成的，均应受到重视。

⑶猿应注意做好军训相关内科疾病与未特指类军训伤的鉴别，以提高救治水平，保障训练安全。如训练所致胸腹软组织伤或内脏出血等，易与该部位的相关内科病症混淆，必须尽快弄清诊断，积极有效救治，一般是能确保安全的。否则，在极少数情况下，也可能出现意外，造成在军训中出现伤亡事故，这是应该极力避免的。

遥阿谓呼吸？呼吸器官由哪几部分组成？

摇摇答：所谓呼吸，是随着人体胸廓和膈肌的运动，把肺里的二氧化碳等气体吐出来叫呼，把空气吸入肺中叫吸，这种有节律的一呼一吸的交替运动就

叫呼吸。呼吸是人生命存在的主要征象之一。

按照呼吸系统的解剖划分，呼吸器官由呼吸道和肺两大部分组成。呼吸道又由鼻、咽、喉、气管、支气管、细支气管等组成，它们负责传送气体、排出痰液和异物，如同自来水管道的作用。肺是最重要的呼吸器官，它位于胸腔内，分为左肺和右肺，共由约 亿个肺泡组成，气体交换主要就是在这里进行的。成年人在静息状态下，每天需吸入 升新鲜空气，并通过肺泡毛细血管膜进行气体交换，将组织细胞代谢产生的二氧化碳排出体外，将肺泡中含的氧气通过弥散进入毛细血管，并送至全身各组织细胞。

预防何军训中易患呼吸系统病症？

摇摇答 根据在军训部队的卫生调查表明，进行阶段训练的军人中，先后患有呼吸系病症的人数达 [illegible]，主要是各类感染及过敏性疾病，是军训相关内科疾病中最常见者。究其原因，可能十分复杂，简言之，主要是因身体内外环境的变化所致。

我们知道，在军训条件下，人的精神高度集中，体能消耗极大，包括呼吸系统在内的全身各器官系统都处于紧张活动状态，经过一段时间后，人体即会产生疲劳。军训时因种种原因，若疲劳得不到及时消除，进而出现过度疲劳或过度训练状态，此时人体即会有头昏、乏力、食纳减退、失眠、易激动等诸多不适，使人处于一种病理变化

之中，于是机体抵抗力下降，为患呼吸系统等诸多病症提供了条件。

另外，呼吸系统是机体与体外环境接触最频繁者。成人肺脏的换气面积可达 [illegible] 平方米，在进行气体交换过程中，空气中混杂的尘粒、各种微生物、有害气体及毒物等，常是诱发支气管和肺疾病的主要因素。加之军训中可能面临的恶劣气候、地理环境、不洁水源等不利因素，更易促使抵抗力已经下降的人体患上与军训相关的呼吸系统病症。

[illegible]什么是肺功能检查？有何意义？

摇摇答：人体的每一种组织、每一个器官和各个系统都有着十分明确的作用和功能，在神经系统的统一指挥、协调下，完成十分复杂而敏感的生命过程。

需要全本请访问 www.e