

<<户外医学>>

图书基本信息

书名：<<户外医学>>

13位ISBN编号：9787509138298

10位ISBN编号：7509138299

出版时间：2010-7

出版时间：王明晓、于乾海 人民军医出版社 (2010-07出版)

作者：王明晓，于乾海 编

页数：580

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<户外医学>>

### 前言

随着经济的发展,交通工具的改善,生活水平的提高,生产的需要,旅游、探险、采矿及军事等户外活动越来越多,由此,在介于医院救治和家庭医学之间,又诞生了户外医学。

基于上述原因,户外医学从一诞生就引起了人们关注,诸多的医学家开始涉足此领域。

自然灾害,如雷击、雪崩、火灾、火山喷发等,特殊的地理环境,如高原、丛林、沙漠、激流、洞穴,均可能对人体产生一定的伤害。

户外的低温或高温环境可能对人体造成一定的病理、生理的变化。

到户外,动物、植物有可能对人类造成伤害。

人们对户外活动造成的伤害,进行了深入的分析研究,使户外医学有了长足的发展。

正是由于该门学科的科学性、实用性,使得人们从事户外活动医疗保障水平有了大大的提高,从而更激励着人们到大自然中探取奥秘,享受乐趣。

煤炭总医院于乾海、顾菲菲、郑山海、李昀生副教授、彭国忱教授等数十名朝气蓬勃的医学实践者,正是诸多从事户外医学研究人员中的一个组成部分。

他们具有强烈的责任心、扎实的医学理论功底和丰富的临床经验,以前瞻性的视野,呕心沥血、废寝忘食写出这本《户外医学》,为医学百花园的丛书增添了一朵奇葩,为从事户外活动的人们提供了医疗工具书。

本人作为一名院长,同时作为一名医学工作者,亲自组织并参与这本书的编著工作,深深了解他们的艰辛和付出,由衷地对他们表示钦佩。

医学科学和其他学科一样,正是由这些甘于奉献,不断创新,又充满激情的人们去推动的!

值此本书出版之际,向广大读者隆重推荐,并向所有为本书编撰工作作出贡献的人们表示由衷的敬意和诚挚的谢意!

## <<户外医学>>

### 内容概要

为适应人们旅游、探险、采矿及军事作业等户外活动安全保障之需,《户外医学》主要介绍了自然灾害(如雷击、雪崩、火灾、火山喷发等)、特殊的地理环境(如高原、丛林、沙漠、激流、洞穴等)、特殊的气候环境(低温或高温)以及户外动物、植物等诸多因素对人体可能造成的伤害及其对策。

《户外医学》介绍的户外活动医学知识内容丰富、通俗易懂,对户外伤害的防护及处理严谨、科学,适于广大旅游、探险及从事户外作业人员阅读参考。

## &lt;&lt;户外医学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 环境篇第1章 自然灾害第一节 雷电击第二节 雪崩第三节 火山喷发第四节 其他自然灾害第2章 特殊地理环境第一节 高原第二节 丛林第三节 沙漠第四节 激流第五节 洞穴第六节 煤矿第3章 高温环境第一节 体温调节第二节 中暑第三节 太阳辐射伤第4章 低温环境第一节 意外性低体温第二节 冷水浸渍第三节 低温伤第四节 极地第5章 海洋医学第一节 淹溺第二节 潜水医学第三节 水源性皮肤病第四节 海上安全与救援第二篇 疾病篇第6章 心肺脑复苏术第一节 基本生命支持第二节 紧急气道管理第三节 氧治疗第7章 外伤概论第一节 评估第二节 疼痛的治疗原则第三节 绑缚与包扎第8章 口腔学第一节 病史收集与检查第二节 颌面部的疼痛第三节 口腔黏膜疾病第四节 口腔颌面部感染第五节 牙拔除术第六节 面部和颌骨损伤第七节 局部麻醉第八节 牙科户外必备设备第九节 户外口腔急诊的预防第9章 户外眼部疾病第一节 总论第二节 眼部外伤第三节 眼部炎症第四节 高原眼病第五节 潜水与眼病第10章 户外耳鼻咽喉疾病第一节 解剖简述第二节 异物第三节 外伤第四节 气压性损伤第五节 鼻出血第六节 耳、鼻冻伤第七节 感染第11章 颅脑外伤第一节 概论第二节 头皮外伤第三节 颅骨骨折第四节 脑震荡第五节 脑挫裂伤第六节 颅内血肿第七节 转运第12章 胸部外伤第一节 胸外伤概论第二节 胸骨骨折和肋骨骨折第三节 气胸第四节 血胸第五节 心脏挫伤第六节 创伤性窒息第13章 腹部外伤及急腹症第一节 腹部外伤概论第二节 腹部开放伤第三节 腹部闭合伤第四节 急腹症第14章 泌尿系统损伤及急症第一节 肾损伤第二节 输尿管损伤第三节 膀胱损伤第四节 泌尿科急症第15章 骨科学第一节 户外骨科概论第二节 脊柱外伤第三节 骨盆外伤第四节 上肢骨折第五节 上肢脱位和扭伤第六节 下肢骨折第七节 下肢脱位和扭伤第八节 其他软组织损伤第九节 疲劳综合征第十节 转送标准第16章 烧伤第一节 烧伤概述第二节 烧伤分类第三节 临床表现第四节 治疗第五节 吸入性损伤第17章 心血管疾病第一节 冠心病第二节 心律失常第三节 心力衰竭第四节 深静脉血栓形成第18章 呼吸系统疾病第一节 急性上呼吸道感染第二节 急性支气管炎第三节 支气管肺炎第四节 大叶性肺炎第19章 营养供给和缺乏第一节 营养与物质代谢概述第二节 户外活动营养需求的特殊性第三节 户外活动时的营养缺乏和饥饿第四节 户外活动的食品准备第20章 腹泻第一节 概述第二节 常见感染性腹泻第21章 神经病学第一节 病史采集第二节 神经系统检查第三节 头痛第四节 癫痫第五节 感染第六节 脑血管病第七节 运动障碍第八节 神经肌肉疾病第九节 周围神经病第十节 撤离转运时机第22章 精神疾患第一节 精神疾病常见症状第二节 精神类疾病第三节 自杀和暴力倾向第四节 滥用药品以及酗酒第三篇 动物和植物相关疾病第23章 节肢动物相关疾病第一节 蚊子和蚊媒病第二节 蜚和蜚传播疾病第三节 蚤及鼠疫第四节 其他吸血节肢动物第五节 节肢动物咬伤或蜇伤第24章 有毒爬行动物咬伤第一节 我国毒蛇的一般情况介绍第二节 毒蛇咬伤的临床表现及诊断第三节 毒蛇咬伤的救治第四节 个人防护第五节 世界有名的毒蛇第六节 毒蜥蜴第25章 野兽伤害及获得性动物传染病第一节 熊第二节 其他野兽第三节 狂犬病第四节 动物伤害的处理第五节 其他自然疫源性人畜共患疾病第26章 海洋动物伤害第一节 鲨鱼第二节 水生无脊椎动物蜇伤第三节 水生脊椎动物蜇伤第四节 海蛇咬伤第五节 海鲜中毒第27章 植物引起的疾病第一节 过敏反应第二节 植物性皮炎第三节 误食有毒植物第四节 民族药用植物学第五节 我国传统中草药的发展第四篇 救援篇第28章 户外搜救体系第一节 搜救程序第二节 搜救人员素质和装备第三节 户外搜救体系简介第四节 户外医学的责任与伦理第29章 户外自救第一节 户外生存的基本要素第二节 出发前的物资准备第三节 心理问题的应对第四节 户外导航技术第五节 户外水的消毒与净化处理第30章 儿童与户外运动第一节 儿童解剖生理特点第二节 儿童疾病第三节 儿童户外生存第四节 小儿户外医药箱第31章 女性与户外运动第一节 男女差异第二节 女性的特殊情况第三节 女性的健康评估第四节 妊娠期女性与户外运动第五节 中老年女性与户外运动第32章 老年人与户外运动第33章 常见慢性疾病在户外活动中的注意事项第一节 呼吸系统疾病第二节 高血压病第三节 糖尿病第四节 下肢周围动脉病第五节 雷诺现象第六节 骨关节疾病第七节 血液系统疾病第八节 肿瘤第九节 癫痫

## 章节摘录

插图：4.震级是指地震的大小，是表征地震强弱的量度，是以地震仪测定的每次地震活动释放的能量多少来确定的。

震级每相差1.0级，能量相差大约30倍。

（三）地震的危害1.直接灾害地震直接灾害是指由地震的原生现象，如地震断层错动，大范围地面倾斜、升降和变形，以及地震波引起的地面振动等所造成的直接后果。

包括：建筑物和构筑物的破坏或倒塌；地面破坏，如地裂缝、地基沉陷、喷水冒砂等；山体等自然物的破坏，如山崩、滑坡、泥石流等；水体的振荡，如海啸、湖震等。

2.次生灾害地震打破了自然界原有的平衡状态或社会正常秩序从而导致的灾害，称为地震次生灾害，如地震引起的火灾、水灾，有毒容器破坏后毒气、毒液或放射性物质等泄漏造成的灾害等。

震后还会引发社会性灾害，如瘟疫与饥荒。

（四）地震的预报地震来临之前是有前兆的，特别是强烈地震，在孕育过程中总会引起地下和地上各种物理及化学变化，如地下水的变化，突然升、降或变味，发浑、发响、冒泡；气象的变化，如天气骤冷、骤热，出现大旱、大涝；以及电磁场的变化、临震前动、植物的异常反应等。

根据这些现象进行综合研究，再加上专业机构利用仪器观测的数据进行处理分析，可以对发震的时间、地点和震级进行预报。

我国成功预报了1975年2月4日辽宁海城7.3级地震。

但是，由于地震成因的复杂性和发震的突然性，相对当代科技水平而言，地震预报还是一个世界性的难题，在世界上尚无可靠途径和手段能准确预报所有破坏性地震。

（五）震时各种环境避震要点1.学校避震在操场或室外时，可原地不动蹲下，注意避开高大建筑物或危险物，不要回到教室去；千万不要跳楼，不要站在窗外，不要到阳台上去；震后应当有组织地撤离，必要时停课。

2.家庭（楼房）避震震时保持冷静，震后走到户外。

避震位置至关重要。

住楼房避震，最好找一个可形成三角空间的地方。

3.户外避震在山边、陡峭的倾斜地段，有发生山崩、断崖落石的危险，应迅速到安全的场所避难。

在海岸边，有遭遇海啸的危险。

在繁华街区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落砸伤行人，要注意保护好头部。

（六）震后自救地震时如被埋压在废墟下，周围一片漆黑，只有极小的空间，一定要冷静沉着，树立生存的信心。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化，为了免遭新的伤害，要尽量改善自己所处环境。

首先要保证呼吸畅通，尽量挪开压身的杂物；闻到煤气、毒气时，用湿衣服等物捂住口鼻；避开身体上方不结实的倒塌物和其他容易引起掉落的物体；扩大和稳定生存空间，用建材、家具等支撑残垣断壁，以防余震发生后，处境进一步恶化。

如果找不到出路，尽量保存体力，用石块敲击能发出声响的物体，向外发出求救信号。

如果受伤，要想法包扎，避免流血过多。

如果被埋在废墟下的时间比较长，救援人员未到，就要想办法维持自己的生命，尽量寻找食品和饮用水，节约使用，争取被救的机会。

## <<户外医学>>

### 编辑推荐

《户外医学》是由人民军医出版社出版的。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>