

旅游宝典：常见的旅游病症导游资格考试 PDF转换可能丢失
图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/633/2021_2022__E6_97_85_E6_B8_B8_E5_AE_9D_E5_c34_633382.htm id="zzxx" class="sjsjs"

style="word-break:break-all."> 一、腹泻：此病症状是大便次数增多，平均每天两次以上，并伴有恶心，呕吐，腹痛，发热，或大便次数虽不多，但粪便呈液状。此病潜伏期大约24-28小时，一般1周内可痊愈。患了旅游腹泻要注意休息，不吃油腻食物。预防此病主要是注意旅游中的饮食卫生，水果要洗净再吃。饮食起居要有规律，不要疲劳过度。二、晕动病：晕动病只是一时性的病理反应，有晕动病的人在上船，上车，上飞机之前半小时，先服一片可解晕动病的药。口含生姜一片，不要咀嚼，即能防止恶心呕吐，又有驱风解毒的作用。要尽量坐在车，船，飞机较前的座位，以减少颠簸。来源：www.examda.com 三、野外露宿病：在夏季旅游时，人们往往喜欢在野外露宿。第二天醒来周身不适。这是由于人体在睡眠时，整个机体处于松弛状态，抗病能力下降。预防此病，应搭个简易帐篷。露宿地点应选择干燥，通风，平坦之处；山上露宿时，最好选择东南坡，因为那里不仅避风，而且早上还能最早见到太阳。四、老年旅游病：老年人全身各系统功能都有不同程度的下降，在旅游中容易得各种疾病。所以老年人旅游，应选择气温适当的春秋季节。对各地名菜肴，不可贪吃，并注意饮食清淡，卫生，以防旅途腹泻；有老年病者不中断服药，以防疾病复发或加重。五、洞穴感染病：一些年轻的旅游者喜欢到深山老林，人迹罕至的岩洞，荒野的古堡或废井中探奇。这样不仅可能发生意外，也容易感

染一些疾病。如确需要到深洞,古塔中去探险整形作科学考察,应带上口罩和防尘设备。相关链接:旅游中常见疾病及必备药物 100Test 下载频道开通,各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com