

物，應隔一週以後進食，才比較保險。

慢性下痢療護法

急性下痢症病勢劇烈，但治療亦較快。慢性下痢症狀雖輕，但纏延不停，對患者必是極大的折磨。造成慢性下痢的主要病因，約有下列幾種：

腸結核：

結核病因化學治療法的發達，已不再是致命的病，而且病例也逐漸減少，如肺部並無結核病巢，即不致發生腸結核，因此，對自己有無結核病抱有疑慮者，應即接受X光透視。

潰瘍性大腸炎：

症狀與赤痢極為相似，常被誤診為赤痢，但此病無法以硫磺劑或抗生素治療，應請專門醫師診察。此病過去屬於稀有病例，但最近似有增加傾向，實值特別注意。

胃性下痢及脾性下痢：

胃性下痢是指因胃機能弱而起的慢性下痢而言。它有兩種形態，一為因胃下垂致致使胃的消化力減低；一為因胃酸缺乏，引起下痢。按胃酸缺乏時原可藉脾臟分泌消化液獲得補救，而不致引起消化不良，但胃酸的減少使得大腸內的細菌上升至胃部附近，因而造成發生下痢的原因。

又消化系統的障礙中最近成爲問題者，當推脾臟機能的減低。脾臟分泌消化大部分食物的消化酵素，所以脾臟機能如不健全，必定發生消化不良的現象。由於脾臟位在腹部深處，診斷不易，因此發生下痢時，是否屬於脾性下痢，極難判斷。

消化不良症：

腹部產生瓦斯，主要由於進食含有炭水化合物物質在腸內發酵，或由於蛋白質在腸內腐敗而發生。此一現象固然由於細菌作祟的結果，可是一旦產生瓦斯以後，往往發生下痢。過去兒童常患此症，但發生在成人身上的情形亦很多。

巴塞多氏病引起的下痢：

巴塞多氏病是因甲狀腺荷爾蒙分泌過多而引起的，患者眼部突出，脈膊加快，發生下痢。此病雖

然常見，但頗不易察覺，如以爲是普通下痢，則很難對症下藥。

腸胃手術後的下痢：

在通常情形下，僅切除胃的一部分尚不致發生下痢，但腸子經過手術或手術以後發生強度膠結，即可能引起下痢，因此腸胃接受手術後，應在吃東西方面特加注意。例如胃經過手術後引起下痢的可能性雖然不大，但仍須長期保持少吃多餐的習慣。

神經性下痢：

在旅行當中或考試前夕，往往會發生下痢。這是由於精神神經與大腸具有密切關係，在遭遇不愉快或困擾時，大腸運動即發生異狀，以致引起便秘或下痢。有時在精神上的壓力持續過久時，也可能引起大腸的痙攣，腹痛如絞。這種神經性的通便變態及大腸障礙，在目前社會生活日益複雜的情形下

家庭大害蟲——蒼蠅

陳素美

蒼蠅是傳染疾病的主要媒介，杜絕蒼蠅孳生，便可減少疾病的傳染。

蒼蠅的種類很多，常見的蠅類，以它們的生活習性可分爲三大類：(一)家蠅類：在本省常進

入戶內者，爲熱帶家蠅，其他類似家蠅形狀者爲赤腹家蠅、綠家蠅等。(二)厩蠅類：此類蒼蠅外表很像家蠅，吻部細長如針，爲刺吸口器，主要發生處爲厩舍、禽畜糞肥內。(三)花蠅類：此類蒼蠅個體較家蠅爲大，有紅頭、金頭、麻頭等，主要發生處爲廁所內、垃圾內、動物屍體上。

蒼蠅的繁殖力很驚人，而且每隻蒼蠅有六隻腳，每隻腳都附着幾千萬的細菌，那是用我們肉

似有漸漸增加的趨勢。有此下痢儘管可稱爲神經性，但若有其他病因作祟，仍應查明。

慢性下痢病因多端，且常有複數病因交相爲害，另一方面對於可能成爲病因的各種障礙，尙無法進行充分精確的檢查，以致治療益爲困難。因此發生慢性下痢時，不可試圖自行治療，應完全依賴專門醫師，接受診治，就已查明病因的慢性下痢來說，醫師自可對症下藥。

在食物方面，由於慢性下痢症狀紛歧而複雜，患慢性下痢者，應該盡量攝取營養價值較高的食物。冷食、多渣及多纖維的食品(如甘薯、芋頭、海帶、醬菜)及難以消化的食品(如魷魚、鮑魚)及油膩的菜，均宜避免，而魚肉如燒成容易消化的形態，則尚不妨進食。可是一旦發生慢性下痢時，每餐只吃稀飯與醬菜的習慣，是很不適當的，應該加以改善。

眼所看不到的東西。現在是夏天，正好是蒼蠅孳生的好季節，成蠅後的蒼蠅到處滿天飛，到處覓食；它們停在陰溝中，垃圾堆、禽畜糞肥、腐魚爛肉、動物屍體，一下子又飛到食物上、零食攤、小攤子、館子、廚房、屋內等

地方環境衛生的改善：發動全村民衆，按時清除垃圾堆及人畜糞，廁所、糞坑、垃圾箱應該加蓋，同時要保持清潔。雞、鴨、豬、牛舍應該時常打掃乾淨，尤其是雞鴨應該加圍，不使它們到處跑。垃圾應該掩埋或焚燒，動物屍體則必須掩埋土中，不可再有「死狗吊樹頭，死狗放水流」的惡習。

等污物食物，爬到小孩的臉上頭上，把細菌撒下。雖然它們沒有直接被我們吞食下去，但是間接的無形中使我們食下它們沾過、爬過、停過而附有細菌的食物，危害我們的身體，使我們得到各種疾病，如霍亂、痢疾、傷寒、寄生蟲病、急性腸胃炎、小兒麻痺等等。因此無論如何，我們必須消滅它們：

(一)要消滅蒼蠅，首先要加強。家利用最有效的殺蟲劑殺滅蒼蠅，繼續不斷的撲滅。據專家的研究結果，以DDVP所製成的毒餌爲最有效。其次是採用速成室外堆肥，將家畜糞使用石灰、草木灰或土掩蓋以消毒。人畜糞抗表面可一、二星期撒薄層黑肥或石灰。其他利用捕蠅紙、捕蠅器、蒼蠅拍以殺滅蒼蠅，杜絕蒼蠅