

## 保護聲帶 以免倒嗓

「嘎聲症」是學校老師的職業病。由於聲音沙啞而在台大醫院耳鼻喉科，以顯微手術摘除聲帶息肉或結節的病人，有百分之二十是學校老師。

台大醫院耳鼻喉科李憲彥醫師說，嘎聲症和說話有直接關係，濫用聲帶是其原因。病人中除了老師之外，次多的是商人，可見嘎聲症似乎有演變成職業病的趨勢。

李憲彥說，以往因為聲帶長結節或息肉而嘎聲倒嗓的人，平均年齡為四十九點五歲；最近已提前十年，病人平均在三十九歲左右就變聲、嘎聲、失聲。

李憲彥說，老師教書辛苦，商人中，會談多、生意談得多的高級人員，貿易公司的外務員和市場裡叫喊的小販，都往往使用聲帶過度。歌唱演奏人員倒嗓子的不少，但有的不敢找醫師，怕被知道了影响工作。還有戲劇學校的學童和兒童合唱團的小朋友，有時也容易傷害聲帶。

摘除聲帶息肉或結節，以往是使用喉直達鏡，在肉眼之下，一次鉗斷摘除。李醫師指出，這個方法很危險，一不小心就傷害了聲帶肌或韌帶，對聲帶粘膜造成太大或不必要的意外傷痕，都能引起聲帶的癢痕化，反而加劇嘎聲的程度，甚至失聲。

新的喉部顯微手術法，可以

將聲帶上的患部放大二十五倍，使用各種顯微鏡下專用的精細刀鉗等器械，將聲帶上的息肉或結節剝離切除，毫不損傷正常的聲帶組織。

從前許多難治的嘎聲症，目前都可以用顯微手術來治療，例如息肉聲帶炎、慢性肥厚性聲帶炎、聲帶囊腫、聲帶溝、假聲帶發聲症、聲帶插管肉芽症及聲帶麻痺症等。

李憲彥醫師提示了維護聲帶的方法：

1. 不誤用或濫用聲帶。
2. 養成做運動的習慣。
3. 讓聲帶有適當的休息。演員歌星一週應以登台三次以內為限度。

4. 對老師、商人等可能職業性傷害聲帶的人，應特別注重生活和心理的平衡。生活不規律，睡眠不足，熬夜，都對聲帶不好；心理上的緊張也會使聲帶緊張。喝酒過量後會多話，間接影响聲帶，抽煙則直接刺激聲帶發腫、發炎。

5. 感冒或上呼吸道感染時，不要胡亂服藥。

6. 說話時心情保持平和，不必有意或無意的大吼。

7. 不要隨便服用荷爾蒙製劑，以免聲帶增厚；一旦增厚，就無法恢復了。

對於吃生雞蛋可以使歌聲潤滑的說法，李醫師認為沒有根據。他說，歌唱前不要吃得太飽，吃得清淡，是對歌聲有幫助的。  
(六七年九月六日中央日報)

## 日本研製 「牛奶肉」

日本一個研究小組，已研究出自牛奶中製肉的方法，這種肉不久即可上市。

京都大學農業教授金森說，他的小組研究把牛奶中的酪蛋白纖維化，因而成功地製造出一「牛奶肉」來。

利用這種方法，可以從一公斤的酪蛋白中，製成二至三公升的牛奶肉，較用大豆製成的人工肉經濟，而且營養也較豐富。

金森教授說，牛奶肉目前還在試製階段，不久即可上市。  
(六七年九月十九日法新社電訊)



濃縮液體有機肥料

日本原裝進口

農林廳肥料登記農肥字第0149號  
已列內銷檢驗第302014號



# 特奇液 タキイ

保證功效：

- ※ 促進發芽
- ※ 提高品質
- ※ 防止蟲害
- ※ 提早收成
- ※ 增加收量
- ※ 改善土質

獨特成分：

含氮、磷、鉀外，另有核酸、亞米諾酸、加里高級成分、完全有機質成分。

日本タキイ(TAKII)種苗株式會社 榮譽出品

總經銷：日九實業股份有限公司

台北市敦化南路390巷46號 金城大廈3樓之一

電話：7810131~2



說明書備索

豐產富說明書備索