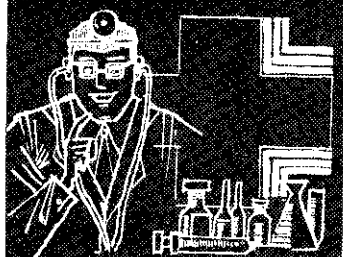


# 注意你的健康



## ：中耳炎的故事：

### 把病情講出來

王正一

內科醫師，所處理的疾病都藏在身體“內”部，他們用各種外在方法檢查內部的變化。外科醫師則是用開刀的技术由外而內，把病變顯露出來。手段不同，目標則一，都是爲了疾病的診斷與消除。只要是屬於身體內部的疾病都是內科醫師診病的範圍，也都可能是外科醫師攻擊的目標。這些個目標當然包括五官及四肢。不過五官有五官的專家，如眼科，耳鼻喉科，甚至牙科。專門管四肢的也有骨科及復健部門等專家。各有所司，各展所長，但是各科之間，關係仍極爲密切。

有1年，有1位病人因時發頭痛，由門診醫師介紹入院，門診診斷是高血壓性腦症候，事實上血壓不過150/90公厘水銀柱，應該不足以造成大的問題，最後在各器官總查問時才問出病人有耳朶流膿的現象，而且長3個月之久。這個病人立即送往耳鼻喉科會診，結果是慢性中耳炎，而且有鼓膜破裂，並引發顱內合併症，而有頭痛的症狀，經緊急手術才轉危爲安。

當時問他爲何早不說出這個症狀？他說：“你是內科醫師，而這是耳科的問題，何必告訴你呢？”事實上內科診病的最重要手段之一是仔細探問病因，將病歷問清楚，一些疑難雜症多半有線索可尋。診斷所選用的種種檢查比較直接有用，疾病就可能及早被發現，也才能及早治療。爲了這一個目的，內科

醫師看起來往往是特別多事，喜歡問問題。

事實上很多五官科的疾病會有內科的症狀，例如內耳不平衡引起的梅尼爾症候羣，會有暈眩、噁心、嘔吐的現象，別以爲那是消化不良或食物中毒。中耳炎引起腦膜炎以及腦膿瘍，是最嚴重的合併症，也與高血壓、動脈硬化等症類似。所以內科醫師的手中不乏五官疾病的病人。

內科疾病併發五官症候的也大有人在，如糖尿病或動脈硬化會引起視網膜出血，導致視力模糊的症狀。胃腸息肉羣症的病人，口腔粘膜炎有色素斑點是其特徵之一。再加上內科醫師的藥，會直接或間接改變或誘發別個系統的疾病，如抗痙攣的藥物對青光眼的人不好，而老年人在使用一些胃藥之後發生排尿困難的現象，因此病人需盡量與醫師合作，提供所有的消息，醫師才可作最好的處理，不必要的煩擾，意外或副作用都可以避免發生。

病人能盡量提供資料，醫師才

能有較多的了解，特別是各器官相關的問題，內科醫師無疑是居中調度最好的人選，借用他多方面的智識，以明白其關連性。

過去發病及服藥的經過，也很重要。有些病人抱着考考醫師的態度，故意拿一些檢查問醫師的意見，事實上他已由不少的醫師那兒知道了一部分的“答案”或診斷，原希望証實他找的醫師高明而出此下策。也有的人想多看幾個醫師，多些意見，多吃幾種藥，以爲病就會好得快一點。又不願意別人知道他找過別的醫師，故意緘默。事實上適當的用藥極爲重要，過量並不適當，有害無益。

跟醫師合作，把過去治病的經過及結果，毫不保留的詳細說出，將是聰明之舉，醫師用藥，也可避免重蹈覆轍。

一般人很難想到肺病（結核），會有腦的症狀，事實上結核菌可以造成腦膜炎，也會發生結核病而有腦瘤的現象。一般人也不會知道2、3月前闔尾開刀，會成爲今天大



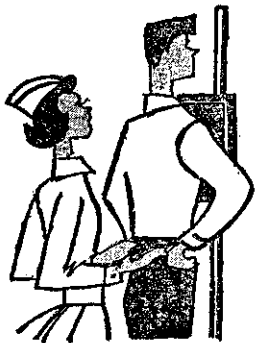
(接上頁)

腸阻塞或終末迴腸穿孔的元兇。開刀並非是一了百了的事，胃開刀之後還會有潰瘍復發，那叫周邊潰瘍，或吻合口潰瘍。腫瘤切除之後，有的還會再發或轉移。另外，負擔救命任務的輸血，雖一時補足了損失的血液，改善休克，但2、3個月後却可能暴發肝的病變。

對家族史，醫師也希望多些了解。有些疾病有遺傳性如糖尿病，息肉羣症，患癌症家族症的各員患癌的機會特多，只要醫師知道，都可能提高警覺，及早發現。很多人不願家醜外揚，但爲了看病這一理由，還是不要隱瞞。醫師爲了職業上的需要，知道了一些人的私人秘密，無論任何理由都不會將它宣洩於他人。

也許是爲了面子問題，也許是不好啓口，例如女孩子堅不承認有“性接觸”，醫師也不敢硬指那是胎兒而非腫瘤或其他疾病，可是等到一張腹部X光片照出小孩的骨架時才俯首承認，就有些過分了！

提出正確而詳盡的病史，將給醫師最大的幫助，利人利己。



家事改進班班員手工藝製作講習

## 一隔餐飯 ——如何處理

主婦們常常爲處理三餐吃剩的白米飯而感到苦惱，如果你的家中養有雞或狗，則可留著餵食，不致浪費；如果都沒有養家禽家畜，想留著添入下一餐的熱飯上，又覺得難吃的話，那麼讓我來告訴您一個好法子：

把剩飯鋪置於打有小孔的炊器盤內，另外在鍋內放入三碗的水，及注入一湯匙的食鹽，讓其溶於水中，再以慢火將剩飯吹熱，5分鐘後，隔餐飯則是又鮮又軟，就像剛做好的新飯一樣好吃。

## 好毛料 無汽油味

寒流來襲，滿街滿市都是賣著冬衣的攤子。主婦們若有意爲家人添買冬衣，在選擇毛料時，應先聞一聞毛織品有無汽油的味道，若有，則不是上乘的貨品。

## 洗米水利用

淘過米的乳色洗米水，倒掉了太可惜，主婦們不妨將它盛在洗滌盆中留著待用，等吃過餐後，將它洗滌餐俱，有去除油污的功效。

## 魚肉菜保鮮

我家離市街較遠，因此我一次就得買上一星期的用菜量，於是處理魚肉蔬菜成了一門課題：

魚——先把它分成數塊，加上塑膠袋，再放入冷凍庫，以便取出每餐的用量，因爲冰過取出而退冰了的魚肉不可再放回冷凍室中，否則會變質，肉的處理也應如此。蔬菜、水果——把它們洗淨後，才裝入塑膠袋中，同時將袋子刺孔，以免食物腐爛，且應放在最下層的櫃子中。

蛋——放入冰箱的蛋，髒的部分應先用濕布擦拭，放在蛋格時，以尖端朝下爲宜，氣室向上，以保鮮度。最好是能買洗選雞蛋，回來即不用再洗，整盒放入冰箱。衛生方便，品質可靠。（玉芳）