

祝君旅途平安愉快！

鄭美菊

近年來國人島內或出國旅行者很多，大家都希望旅途中能愉快平安，但是下面幾種症狀經常使旅行者受到很大的困擾。

暈眩病

無論是陸上、海洋或空中旅行，有的人感到最困擾麻煩的是暈眩病。一個精神飽滿正常的健康人，常會因此而突然變得抑鬱、惡心、唾液分泌增加、雙手震顫、頭暈、

臉發白、出汗與全身肌肉無力，跟着而來的常是嘔吐。這些症狀可能有些消退，但是，不久它又週期性的再來，對旅行者實是一大困擾。

對暈眩症有敏感的人，在旅行前最好少進食物。過於衰弱的人，或有可能加重其本身疾病的病人，最好不要旅行。輕鬆的精神狀態、充足的新鮮空氣、排除中毒性的氣味、坐椅的位置、可減少喧囂雜聲的耳塞塞子、太陽眼鏡、及可以減少擺動的舒適椅子，均有助於預防

暈眩症的發生。

日光灼傷

假期使我們有較多的機會接受日光，晒黑皮膚。但是過多的陽光曝曬，會損傷皮膚與眼睛。日光曝曬的安全劑量範圍，因各種皮膚性質、人的體質及陽光中所含能量與波長而不同。白嫩的皮膚較粗黑者易得強烈的反應。但是，過量的曝曬，均有慢性損傷的趨勢。

沙灘上，海水可反射陽光，因此，在海岸沙灘上的日光灼傷，常較內陸厲害，既使在一個稍露陽光的陰天，亦可致日光灼傷，因為紫

豐年社 台北市溫州街14號	<h2>新書介紹</h2>	每次郵購另收掛號郵資 9 元 郵政劃撥 5 9 3 0 號
彩色高山植物	本書介紹台灣高山上的野生植物之識別要點，植物類似種類及分布情形。	應紹舜著 10×15 (公分) · 191頁 · 150元
最新台灣水蛙養殖法	水蛙養殖展望、生態、養殖場設備、飼養管理方法、繁殖法、疾病防治法，收成、出售與輸送。	鴻文出版社／吳德村著 18×13 (公分) · 110頁 · 120元
台灣的玫瑰花品種及栽培	玫瑰花簡介、如何種好玫瑰、玫瑰花的繁殖、病虫害防治，玫瑰花的應用，台灣玫瑰花品種介紹。	合歡出版社／黃肇家著 15×21 (公分) · 146頁 · 220元
最新世界百科全書 (1、2、3集)	第一集介紹世界風物誌、東方古國、歐洲旅遊、美洲文明、非洲大陸、美麗島國。 第二集介紹國際科技錄、交通運輸、體育天地、歷史文化、文學藝術、工商社會。 第三集介紹自然界奧秘、海洋世界、動物奇觀、綠色紀元、植物王國、園圃種植。以上三集均有彩色圖片精印。	汎華文化出版公司 20×26.5 (公分) · 每集231頁 · 每集960元

外線可穿過某種雲層。小孩對紫外線刺激的忍受量僅有成人的一半，因此，在陽光下必需予以特別的保護。

對於輕度的日光灼傷，可用普通安撫水劑或軟膏敷塗。若有廣泛性的水泡形成，則需在醫生的看顧下臥床休息，上些藥物，水泡切勿弄破，如有意外破裂，則需在無菌

手術下，剪除水泡膜，蓋以凡士林紗布，以防感染。

中暑·痙攣

在悶熱的情況下，進行過度的運動，常常引起中暑及痛性痙攣，痛性肌肉痙攣可給吃食鹽來防止，鹽可加入菜內，以補充因過度出汗而失去的鈉鹽。



自強活動唱和跳

中暑需要適當的緊急治療，體溫必需盡快地用擦浴或噴霧法使其下降；按摩四肢，制止周邊血液循環滯留，以增進熱的擴散。

昆蟲咬傷

昆蟲常折磨着旅行者，特別是蚊子、蜜蜂、大蜂、黃蜂、大黃蜂的刺傷，均可引起疼痛發癢，及過敏反應，刺傷處可塗以阿摩尼亞或蘇打，局部可上安撫水劑或軟膏，有止癢之效。

食物中毒

食物中毒常是由於一種沙門氏菌族引起的，因為，它們的分佈太廣，且很容易被動物、水、食物所傳佈。若有腸熱、敗血症或嚴重的腸胃炎存在，氯霉素則為很有效的藥物，因為它可制止一五〇種以上的沙門氏菌族。

豐年社
台北市溫州街14號

本社代售農林漁牧書籍

每次郵購另收掛號郵資9元
郵政劃撥5930號

土壤實驗	郭魁士著	100元	稻作學	盧守耕著	135元
土壤肥料	郭魁士著上下冊各	50元	作物之營養與肥料	張仲民譯	90元
土壤與肥料學	張仲民譯	144元	定量分析化學理論與實驗	鄭仁芳著	150元
土壤學	朱海帆譯	193元	定性分析化學理論與實驗	鄭仁芳著	150元
土壤化學	洪崑煌譯	170元	作物學通論	盧英權著	99元
酸性土壤之化學與肥培	陳振鐸著	45元	食用作物(上)	潘士釗著	120元
圖示土壤學與肥力測驗	陳振鐸譯	153元	食用作物(下)	潘士釗著	200元
肥料學	盛澄淵著	113元	農業病虫害防治法	鄒鐘琳著	18元
農藥化學	徐聖煦著	122元	農作物害虫學	謝申圖著	27元
農政全書校注(上、中、下)	徐光啓著	760元	作物害虫學	王歷農著	27元
中國歷代土地制度史的研究	孫劍青著	56元	昆蟲類分科之檢索	易希陶著	86元
普通化學	王宗瑤著	149元	昆蟲的生活	劉拓著	27元
近代有機化學	秦道堅著	225元	經濟昆蟲學(上冊)	易希陶譯	104元
新編化學名詞辭典(精)	黃曙平、李啓鵬著	150元	經濟昆蟲學(下冊)	易希陶譯	113元
化學儀器設備名詞	正中書局編	63元	穀物乾燥	馮丁樹譯	126元
化學名詞	國立編譯館編	140元	作物病理學	羅宗魯著	130元