

夏日游泳，請注意安全！

(一)當你想游泳時，要接受教練的指導，並且要接受一些防止意外事件的訓練。

(二)如果你計畫在一個湖或者池塘裏游泳，要先打聽清楚，那個湖或者池塘裏的水是否適於游泳。知道確實適宜游泳，才能去游。

(三)在你游泳之前，要先檢查救生用具。假如你使用救生衣，要確定它沒有損壞，才能使用。如果你的孩子們去游泳，不要依靠那種膨脹的玩具式助泳圈作為救生用具。

(四)跳進冷水裏去游泳，會使血管收縮，因而使血壓暫時地升高。雖然青年人對於血壓方面的調節是容易的，但是若你剛吃飽飯，剛喝

了一些含酒精的飲料，過份的熱或者有高血壓，游泳是很危險的。

(五)除非你知道怎樣跳水、漂浮和轉換方向，不要在深水裏游泳。千萬不要超過你的能力，冒險地游

得太遠，或者試圖去游一段太長的時間。

(六)別人遭遇危險時，除非你受過救生技術的訓練，不要試圖游過去救他。你可以尋找一個具有浮力的東西拋給他，或者找一根棒或類似的東西伸過去，讓他握住。假如那個人離得太遠，你可以坐船到他的附近去，然後把一根槳或者棍棒

之類的東西伸過去，讓他握住，再把他拉到你的船上來。(小凡)



小小美人魚(譚魯聖 攝)

飼養小動物 當心感染各種疾病！

(程亮霞)



照顧良好的小狗(小姐 攝)

目前較常見的家庭小寵物有貓、狗、鴿子、猴、兔、鼠和烏龜、鼈等。

很多人疏忽這些受寵愛的小動物，可能會為人們帶來疾病。因此醫生經常促請飼養小動物的家庭要特別注意防止被染上各種傳染病。

貓狗體內外均有寄生蟲

貓狗體外的寄生蟲含有皮毛上的癬菌，許多兒童的頭癬就是接觸小動物而傳染的。另外是其身上的跳蚤、蝨子若感染到食物，人吃下去可能會引起大條虫病，即是被跳蚤、蝨子咬到，皮膚可能都會發炎，貓疥癬、犬疥癬可能引起疥瘡。

體內帶菌則多由排泄物感染，犬蛔虫、貓蛔虫的虫卵如果進入人體，因其不是以人體為宿主，就在人體內臟內游移，引起內臟動虫移行症。

在貓糞中可能有弓漿虫的胞囊體，孕婦感染了會引起流產、嬰兒水腦症、視覺障礙。國內曾發現流產的病例，大家應該留意避免孕婦與貓太多接觸。