

# 顧問信箱

諮詢服務·歡迎來函

台北市溫州街14號鄉間小路黃小姐

## ● 健康門診

# 臉上冒了許多青春痘！

圖 台北市蔡同學（國中生）：

這一年來，臉上冒了許多青春痘，有時還有發膿現象，應如何處理？飲食該如何注意。

圖 國泰醫院營養組組長李蕙蓉：

青春痘，主要發生在青春前期，是與皮脂腺分泌有關的疾病。通常可見在皮脂腺發處，即臉、胸、背部，有粉刺（又稱面皰）、丘疹、膿痂、結節及囊腫等病症，痊癒後可能遺留下凹陷或突起的疤痕。此病是人類所特有，發生率相當高。一般男性較女性多且較嚴重，年齡在14~19歲的發生率最高。

雖然其根本原因至今仍不明，但近年來的研究，顯示其致病機轉是由多種因素組合而成，這些因素有毛囊內的角化改變、皮脂分泌旺盛、皮脂毛囊內細菌、內分泌等，事實上致病機轉未完全了解前，只能用體質來解釋。臨床上，尚可觀察到一些使青春痘惡化的因素，如：食物、睡眠及情緒、污垢、日晒、內分泌影響及藥物。

青春痘治療的目的是要控制病情，預防永久疤痕的產生。治療方法有多種，須依病情、個人反應而作不同的選擇，通常要請教醫師，不可自作主張。至於飲食方面，目前尚未有一定的原則，而通常對甜食、油炸、巧克力、堅果類、辛辣食物要加以限制。事實上，要注意發生的原因，同時也要注意個人的衛生。

## 營養保健顧問

李寧遠  
國立體育學院  
運動科學研究所教授  
李 蘭  
台灣大學公共衛生系  
所副教授  
李蕙蓉  
國泰綜合醫院  
營養組組長  
洪建德  
陽明醫院  
新陳代謝科主任

黃伯超  
台大醫學院院長  
張 珏  
台大醫學院公共衛生  
研究所副教授  
董大成  
台北醫學院教授  
蔡敬民  
輔仁大學食品營養  
研究所教授  
鄭福田  
台大環工所  
教授兼所長

賴金鑫  
台大醫學院  
復健系主任  
謝明哲  
台北醫學院教授  
兼保健營養系主任  
家庭園藝顧問  
王才義  
中興大學園藝系  
副教授  
李 岷  
台灣大學園藝系教授  
(以上按姓氏筆劃排列)

## ● 園藝門診

# 對付紅蜘蛛 試試樟腦油

圖：台北市南京東路江長勝先生來函：

我種的茶花生病了，葉片上有咖啡色的痕跡，寄上葉片樣品，請問它是什麼病？如何用藥防治？

圖：中興大學園藝系王才義教授：

從寄來的兩片葉子研判，並非感染病害；而是受蟎類和介殼蟲危害，使得葉片變為紅褐色，其症狀和日燒非常相似。但葉面上如洒上一層紅色胡椒粉，同時沿着中肋還有白色物，是南方紅蟎（*Paratetranychus ilics* McG.）無數的蟲體脫皮物，可見減染已非常嚴重。

南方紅蟎又叫紅蜘蛛，在美國的南方危害山茶花僅次於茶介殼蟲，用油噴佈可將卵和蟲體殺死。另外用硫磺粉撒佈也有效，不過必須要在氣溫相當高時用，此時台灣北部氣溫冷涼，建議你使用400~500倍的樟腦油噴佈，每隔4~5天噴一次，連噴三次以上，或許可以達到防治效果。預防紅蜘蛛危害，應在葉片未變色時，及時遏阻蔓延，待葉面上出現如洒上一層紅色胡椒粉物時，為時已晚。一般山茶花農防治紅蜘蛛，也可採用其他殺蟎劑，如可利生等。

至於葉背感染的是茶介殼蟲（*Fiorinia theae* Green）從寄來的葉片中，看來還不明顯，僅那較小的一張葉片上有，此時並非茶介殼蟲滋生期，但亦應防患，因此用400~500倍油液噴佈時上下都要。巴拉松也可殺死介殼蟲，然而此農藥毒性非常高，對於一般家庭園藝者，通常不用為妙。

以此類推

