

## ●【旅遊醫學專欄】

在得知核苷酸對嬰幼兒的重要性之後，市面上也有部份嬰幼兒配方奶粉添加了核苷酸，甚至有些是特別模仿母乳中的核苷酸之總量、種類及比例來添加的。而醫學研究也已證實，與哺育一般嬰幼兒配方奶粉比起來，以添加了核苷酸的嬰幼兒配方奶粉哺育，和母乳同樣有增強嬰幼兒免疫能力的效果。

而且不論是餵哺富含核苷酸的母乳，或是以添加了核苷酸的嬰幼兒配方奶粉哺育，同樣可以促進寶寶腸道中，有益健康的比菲德氏菌之生長，減少致病壞菌；而且可以刺激小腸黏膜細胞生長，幫助維持腸黏膜的完整性，使壞菌不容易入侵；再加上核苷酸使免疫系統功能增強，所以增加了對腸道致病菌的抵抗力。因此不論是餵哺富含核苷酸的母乳，或是添加了核苷酸的嬰幼兒配方奶粉，都可以降低寶寶腹瀉的機率。

現在您是否比較清楚核苷酸的特性和功能了呢？相信您一定更確知母乳的好處，以及嬰幼兒配方奶粉為何要強調添加核苷酸這項成份了吧！

建議想讓寶寶贏在起跑點的爸爸媽媽們：母乳絕對是最好的，但如果您必須選擇嬰幼兒配方奶粉，面對各家廠商的訴求，應先了解這些特殊營養素的特性及功能，如此才能作出最明智的抉擇。 翹

愛滋病這種跟隨著性愛而來的疾病，由非洲隨著移民潮，傳到中美洲海地島，再由同性戀者，攜帶散佈到北美洲。接著異性戀者也漸成受感染的對象。

隨著色情觀光業的盛行，泰國的愛滋病患者人數，亦大大增加。在我國觀光業，出國買春的風氣盛行時，它更緊隨著任性的遊客，亦步亦趨，過海而來。

愛滋病，這種現代才開始流行的病毒，它在文明演化史中，可能將扮演重要的角色。它已經對一些非洲人種族，造成滅族的威脅。它，是否會消滅人類的文明呢？

# 冶遊，小心 感染愛滋病！



## 防愛滋如防洪

如果沒有旅遊，地區性的流行性傳染病，便不可能有世界性的散佈。傳染性疾病，在文明演化史中，扮演重要的角色。西班牙人於十六世紀起，大規模探索中南美洲，帶去了傳染病(天花)，降低了印加帝國大軍的戰力，而導致帝國的滅亡。天花病毒，消滅了一個古文明。

傳染性疾病，在文明演化史中，也可以發生保護者的效果。古代中國漢人，不斷遭逢北方外族的侵略。但是北方民族攻打到長江以南，軍隊便遇上勁敵：瘧疾。外族的軍力，往往元氣大傷，鎩羽而歸。流行性寄生原蟲，保護了一個古文明。

公元兩千年，全球愛滋病帶原者，估計應有四千萬人。換算起來每一百人便可能有一位愛滋病帶原者(全世界平均值)。由於愛滋病發源於非洲，因此目前中非洲愛滋病帶原者的比例，已高達1/10至1/3之間。如果和B型肝炎在台灣的帶原率20%比較，當然愛滋病還算較少見的病。但是比較這兩種疾病的預後，可是天壤之別。

我國經濟起飛後，男人便開始飽暖思淫慾。色情VS旅遊業之發達，出國接觸外國

帶原者的機會大增。加上黑白兩道聯手進口非法美眉，提供給無法出國消費的男士解饞，愛滋病的危害，不再侷限於特別社會族群，且開始威脅到一般「良民」。假使貴「良民」或您的「良民」夫婿將要出



國或出差外地，我們應如何，如防治 917 大水災一般，來防堵愛滋病洪水，不讓愛滋病進入家門？

## 認識愛滋病

先簡介一下愛滋病。愛滋病的病原體是一種病毒，極易經由血液交換而感染傳佈他人。江湖人歃血為盟，兩人手上各割一刀，緊緊相握，甚麼病毒都互換一下，稱兄道弟自家人，在所不惜。但是跟妓院小姐也要歃血為盟一下，可就太划不來了。愛滋病毒存在於精液與陰道分泌物中，如果未帶原者，性器官有小傷口，感染便發生了。感染愛滋病毒之後，除了開始的類似感冒症狀之外，前幾年是沒有症狀的。以後每年約 5-10% 帶原者會爆發典型的愛滋病併發症狀群。大多數患者十年內發病。

愛滋病毒主要侵犯淋巴細胞，使患者喪失細胞免疫機能，導致原本正常人身上應帶有的抵抗能力降低。例如，環境中常見的細菌—黴菌，正常人都有抵抗力，不易造成嚴重疾病。但在愛滋病患身上則大爆冷門，能感染人類的器官，甚至致死。

由於免疫機能薄弱，愛滋病患亦容易發生某些癌症。愛滋病毒亦可直接侵犯腦神經組織及腸胃道的嗜鉻細胞組織。此類患者易出現全身倦怠、下痢、消瘦、癡呆等非感染性症狀。



## 不要和別人共用 情人、牙刷和針筒

預防愛滋病很簡單，不要和別人共用情人。N 牙刷及針筒，就不會惹病上身。但是牙刷及針筒可以用全新的，一次便丟棄。情人便不行用全新的，一次便丟棄。就算是初戀情人，日後仍可能會有婚外情，有第三者介入，在原本密封的兩性關係中，加入新的體液，造成可能的感染途徑。

如何預防被情人污染呢？第一、性行為應養成使用保險套的習慣。第二、N 情人常出國或出差外地者，強其所難，定期至檢驗所篩檢性病及愛滋病。抗拒不從，表示宿行可疑，最好緊迫釘人，防其再度越軌。同時更要固定使用保險套，避免其它非正常的性交方式。愛你的情人，一定樂於受檢，以表明清白。小心眼的情人，要你一同受檢，你也要欣然同意。

自己單身旅遊，要想到愛滋病的可怕，不可隨性放縱。愛滋病不會經由馬桶座傳染，參見本刊十月份本專欄，所以

上公廁請放心。最重要的是，自我克制，不要發生一夜情，或尋求性交易。

## 性行為前使用保險套

退而求次，性行為前使用保險套。再而求次，性器官有性病或傷口，應暫忌性活動。口腔有傷口亦忌口交或與陌生對象接吻。絕對不要肛交。跨越最後底線，已染上愛滋再與人性交，便會違法吃官司。

有不斷換性伴侶習性，或嫖妓習慣者，應自行定期至檢驗所篩檢性病及愛滋病。如果已經證實，不幸罹患愛滋病，應立即就醫治療，並且停止可能交換體液的性行為，並開始使用保險套，以免繼續為害他人。

以前買春。N 嫖妓。N 婚外情，都是花心男人的專利。今日國人性學日漸開放。近日已見有人提出「通姦除罪化」的呼聲。由近日新聞頭條的「偷拍光碟事件」，更顯示女性同胞性解放時代的來臨。愛滋病這種跟隨著性愛而來的疾病，緊隨著任性的飲食男女，亦步亦趨。這種現代病毒，是否會消滅人類的文明呢？筆者認為中華民族，應該是能支持到最後的民族。因為她的人口眾多，幅員廣大，性生活保守，社會道德嚴謹。但是，台灣是否能夠堅持到最後一刻，就不敢預言了。畢竟，愛當風流鬼的任性國人，是多了那麼一點。

翺