

我們為什麼會咳嗽？

——心 動——

咳嗽是人體爲了清潔呼吸道的一種防禦機能，當有外界刺激物進入氣管時，由於橫膈膜的收縮，及胃肌肉的向上移動，能以每小時兩百公里的速率把空氣壓出，這種速度可把細菌推出十五呎以外。它可能只是輕微的疾病，但也可能是嚴重疾病的徵候，所以不可疏忽。

咳嗽是每人都熟習的症狀。它可能只是輕微的疾病，但也可能是嚴重疾病的徵候。在生理學上來說，咳嗽是人體爲了清潔呼吸道的一種防禦機能。譬如，有灰塵、油煙、煤煙或其他的刺激性物質跑進氣管時，由於橫膈膜的收縮及胃肌肉的向上移動，以每小時兩百公里的速率把空氣壓出，這種速度有時可把細菌推出十五呎之遠。

咳久了對身體有碍

咳嗽可由氣管的感染，過敏，心臟障礙，或神經有毛病等原因引起。但當你咳嗽時，不要以爲「只是感冒罷了」而忽略了它。儘管咳嗽的原因有時不嚴重，但它會妨礙適當的休息，引起胸痛，食慾不佳，嘔吐和頭痛等。厲害的咳嗽有時會發生腦出血，食道出血或肺出血，有人甚至發生心臟冠狀動脈的不全而突然死亡。超過一個月不痊癒的咳嗽，表示可能你已有肺結核，或者已有肺癆，無論如何必需做一二次檢查。

咳的時間與疾病有關

咳嗽的時間與疾病有關。早晨咳嗽厲害的人，多爲支氣管擴張症或肺



結核。患鼻竇炎的人，多於上床時會咳嗽。起因於心臟病的咳嗽，也在晚上更加厲害。

咳聲可以區別病源

由咳嗽的聲音也可區別病源。肺癆的咳嗽多半是乾咳。深咳而有嘔吐聲的是支氣管擴張引起。神經性咳嗽多半是尖銳而陣發性的。

咳嗽又分爲有痰無痰兩種。有痰的咳嗽是由於氣管內分泌過多所造成。無痰的咳嗽是起因於氣管的收縮。對此兩種咳嗽，醫師的治療自有不同。市面出售之咳嗽便藥，有祛痰和鎮咳兩種。如有痰時誤用鎮咳劑，將使氣管內的分泌物積滯不能排出，而加重病勢，所以需要謹慎，不能自己亂投藥的。

溫暖，略爲潮濕，和適當的氣溫，對慢性咳嗽患者有莫大的好處。因爲它會減少咳嗽的刺激，因此慢性咳嗽病人，最好住在氣候溫和的地區。在寒冷天氣時，則宜留在溫暖的室內。

加里洋蔥雞

邱月正

材料 肥嫩雞一隻(約二斤左右)，馬鈴薯三個，洋蔥兩個，加貝粉一匙，豬油四匙，番茄醬半匙(或可免)，牛奶一碗，蒜頭四、五粒，鹽適量，麵粉一碗，炸油半鍋，肉骨頭湯約三碗。

做法

雞殺好去毛及內臟洗淨，刻爲大塊，將每塊雞沾勻麵粉，放入沸滾的炸油中炸黃，拿起待用。
洋蔥去皮切塊，蒜去皮拍碎，咖哩粉用水少許調勻。
起油鍋爆洋蔥、蒜、加入調好的咖哩粉，番茄醬、爆炒一會，盛起備用。

馬鈴薯去皮切成滾刀塊，放在炸油中炸黃撈出備用。

將炸黃的雞，洋芋及洋蔥、蒜，都放入有蓋的盆中，攪拌均勻，加鹽、牛奶及高湯，將蓋蓋緊，整盆放在蒸鍋中蒸一小時。

症膿化炎消

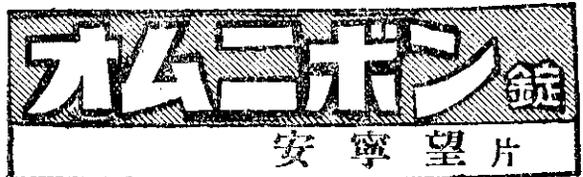
所有炎症一日服一次整天有效
免除一日數服的麻煩



比較其他消炎片
價廉效大

△購買時請認明金黃錫紙上
印有英文字樣包裝(藥房均售)

最新速效持久性消炎片



全無苦味 小兒易服
小兒請用オムニボン糖漿(シロップ)