怎樣預防流行性腦炎？

據省衛生處發表，今年全省發生的腦炎病例，到九月二日爲止，已經有一百六十六人，其中死亡者二十一人。又據近日報載，臺北新竹地區，腦炎患者續有增加，公立醫院的病床已不夠分配。

現在本省流行的「日本B型腦炎」，是由於一種過濾性病毒，病源先存在家畜的血液內，然後經由一種蚊蟲（三斑家蚊）傳染給人。

三斑家蚊傳染病毒

這種蚊子的幼蟲生長在較清潔的水中，繁殖最多的時期爲八九月間。成蚊吸血的對象爲家畜家禽和人類，白天約百分之九十五的成蚊棲息在野外雜草叢中，極少部分棲息在豬欄牛舍或室內。吸血的時間爲夜間，但日落一小時內吸血活動最爲頻繁，吸血的地點百分之八十二在室外，極少部份在室內。

潛伏期五到十五天

被這種含有病毒體的蚊子叮咬後，腦炎病毒在人體中的潛伏期約五天到十五天。症狀是起初一、二日患者感到頭痛，頸部硬直，神智陷入昏迷狀態，體溫高達攝氏四十度，偏側肢體機能不全，痲痺或兩側內痲痺。這種腦炎症在亞洲地區流行極爲普遍，目前還沒有特別有效的治療方法。

臺北士林血清製造研究所雖然製有腦炎疫苗，但究竟應該在什麼時候施用，還要詳細研究。

黃昏前後最要注意

傳染這種疫病的蚊蟲，在日落前一小時最爲活動，爲了避免兒童被蚊蟲叮咬吸血，在黃昏前後，不要讓兒童在室外遊戲。

環境衛生撲滅蚊蟲

此外的預防方法，主要在注意環境衛生，撲滅蚊蟲，例如：

㈠傍晚室內外噴射殺蟲劑或燻煙驅蚊。

㈡居室須加紗窗紗門，晚間睡眠應備有蚊帳，蚊帳應細心加以檢查，是否有破損，很多舊式蚊帳，主往蚊蟲容易鑽進，而不易飛出。

㈢鄉村居室週圍樹木雜草，應予清除，使三斑家蚊無處棲息。

㈣室內噴撒BHC每平方公尺〇•二五公分或DDT每平分公尺二公分，噴射時應注意房屋內外陰暗的地方，及厠所、垃圾箱、牆角等處。

㈤猪欄牛舍及雞舍等應清除整潔，並噴射殺蟲劑。

還有過分疲勞，可能容易引發該症，所以兒童應避免過份疲勞，平常注意營養及衛生習慣，加強疾病抵抗力，避免出入公共場所，減少傳染病的機會。（祥）

熱天謹防中暑日晒

我們在暑熱的環境裏，體溫調節器便會「命令」我們皮膚上血管擴張，放散熱量，同時也讓汗腺加快工作，就可以調節體溫。當我們體內的調節器工作過度或失靈時，就發生「中暑」或「熱擊」的現象。

當你在高熱的溫度下曝曬過久時，因爲出汗太多，大量的鹽份被汗水帶走，體內缺乏鹽份的關係，就會發生「中暑」的現象，症狀是頭暈、嘔心、嘔吐、心悸，皮膚蒼白濕冷，這表示患者的心臟已因負擔過重而衰竭了。對於中暑的病人，可採用下面幾種急救的方法：

把患者先移到蔭涼的地方，像處理腦貧血患者那樣，把他頭部放低一些。

趕緊泡一杯鹽水（食鹽一茶匙，白開水一杯）讓他喝下去。或讓他吃些含鹽份較多的食品，如鹹菜等。

當然，你也不要忘記去請醫生或找救護車，尤其是遇到老年或有過心臟病的患者，要趕快請醫生救治。

凡是在酷熱的環境下，例如機器房或鍋爐房等，工作過久時，都可引起另一種叫做「熱擊」的疾病。熱擊也叫做日晒病，但不一定是因爲晒到太陽。熱擊患者所顯示的症狀，是體溫升高（攝氏四十度以上），血壓增高、脈博加快。患者的皮膚發燒、發紅，但是沒有一點潮濕。

有些患者可能自覺到出汗已經停止，這時，患者的感覺是燥熱難過，苦悶難當常，有些患者雙手抓胸或瘋狂奔走；最後陷於昏迷狀態。這是很危險的症狀，把患者移到蔭涼的環境裏，立刻請醫生來急救。

（古青）

無袖短衫，敞領，半長褲，最適合氣候變化多的季節裏穿着。你喜歡圖中的樣式嗎？自己剪裁一套來試試看。