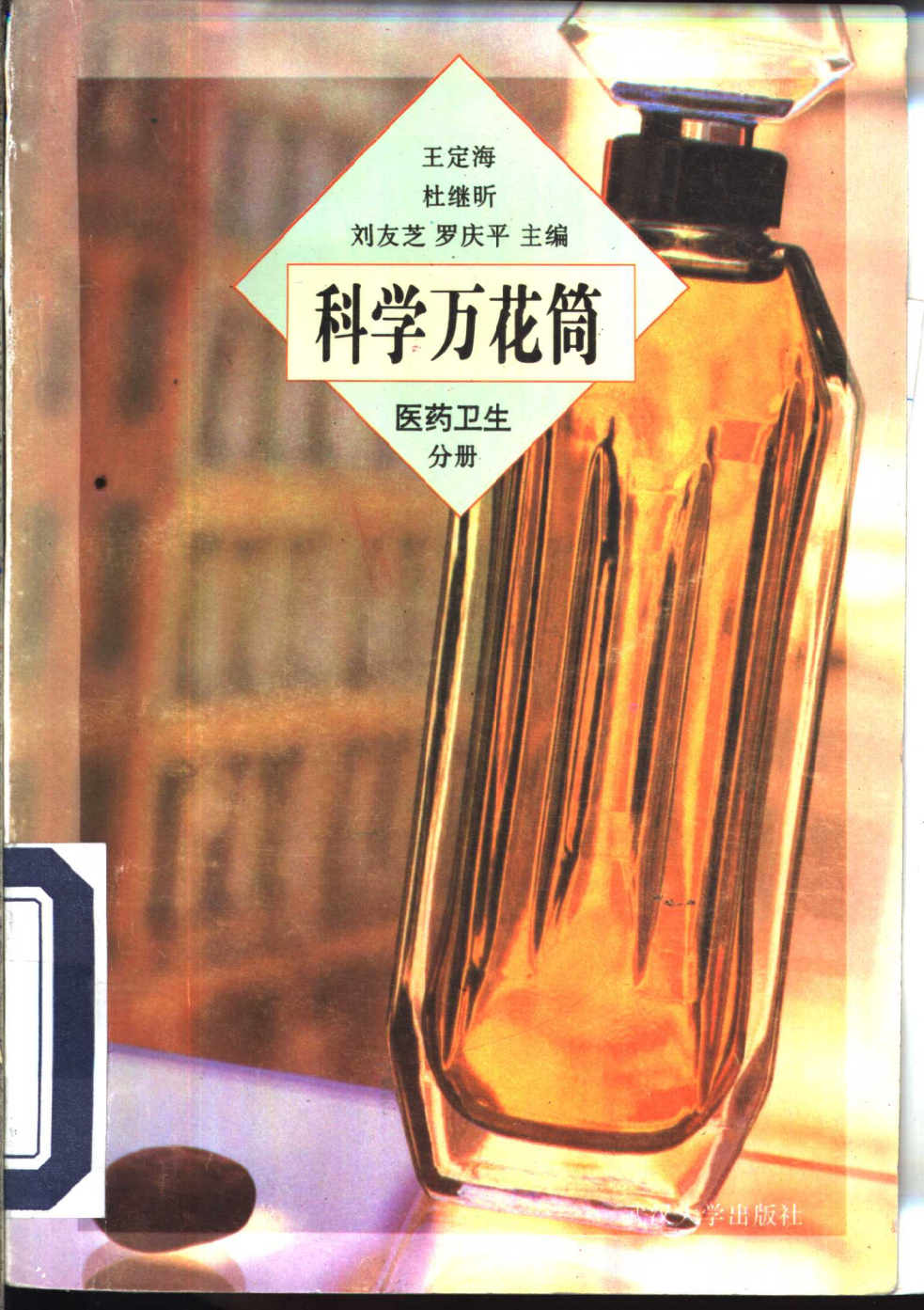




王定海

杜继昕

刘友芝 罗庆平 主编

科学万花筒

医药卫生
分册

武汉大学出版社

(医药、卫生分册)

科学万花筒

王定海 杜继昕
刘友芝 罗庆平 主编

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学万花筒, 医药、卫生分册/王定海… [等] 主编. — 武汉:
武汉大学出版社, 1997. 11
ISBN 7-307-02420-9

- I 科…
- II 王…
- III 医药学—科学知识—普及读物
- IV R—49

武汉大学出版社出版

(430072 武昌 珞珈山)

湖北省京山县印刷厂印刷

(431800 湖北省京山县新市京源大道58号)

新华书店湖北发行所发行

1997年11月第1版 1997年11月第1次印刷

开本:787×1092 1/32 印张:9.5 插页:1

字数:208千字 印数:1—3000

ISBN 7-307-02420-9/R·51 定价:9.50元

本书如有印装质量问题,请寄承印厂调换

前 言

即将到来的 21 世纪，是一个科学技术更加快速发展的科技新世纪。站在世纪之交的大门，面对 21 世纪的巨大科技挑战，聆听即将到来的新一轮高新科技迅猛发展的浪潮，我们不得不承认：现代科学技术正以空前的规模和速度被历史车轮推着，向前加速度地发展着。“太阳每天都是新的！”古老的基础学科，衍生出新的发现；前所未见的高新科技，代替了陈旧的过时的东西，甚至推翻了原本正确的学说。而与此同时，生活节奏日益加快的人们在日常学习、生活、生产中，一旦不注重知识的更新，新科技的学习，便极容易步入一个个误区，走到科学的对立面去，轻者造成一个又一个的常识错误，重者闹出种种伪科学、假学问来，扰人视听、祸害科学！更害自己！

时代需要我们走出种种误区，把一个全新的自

已带入 21 世纪。这也是我们欣然接受武汉大学出版社玲子、葛珞编辑的邀请，主编这套书的初衷。

《科学万花筒》是一套以指误纠谬为宗旨的科普丛书。在选题上，我们从读者朋友关心的问题、关注的领域，日常生活与科学息息相关的问题中进行筛选，分为“医药卫生”、“生活”、“天文地理”、“数理化”、“动植物”五卷，作为首批推出的内容。

这套书首先追求的是科学性、准确性。对待种种误区、想当然的伪科学，采取严肃科学的态度予以指出是非常重要的。对一些目前科学界有争议的、还有待人们进一步认识的学科领域的题材，我们则抱严谨态度，不予录入。

为了照顾广大读者特别是中小读者朋友的阅读水平和阅读兴趣，本套书还有一大特点——趣味性。在保证内容科学性、先进性的前提下，力求深入浅出、简明扼要、形象生动、富有趣味地普及科学知识，揭开蒙在种种误区、伪科学脸上看似正确实则谬误的面纱，尽量减少专业性语言、名词和术语。

到目前为止，在我国已出版的众多科普丛书中，还没有一套较系统的指正误区、伪科学的版本，我们编写这套书，目的是想抛砖引玉，希望通过对这些误区的指正，激发广大读者朋友特别是青少年朋友学科学、用科学的热情，为你步出种种误区，走

向 21 世纪，助一臂之力！本书在编写过程中，参阅或引用了有关专家、学者的研究成果，这里无法一一注明，在此，谨向各位表示深深的谢意。

要从生活、学习中产生的种种误区中找出正确答案，不是一件容易的事，各分卷的作者都希望尽可能地站在各自相关的学科最前沿，来审视种种谬误，但难免有欠妥或存在缺点的地方，真诚欢迎读者朋友、专家学者多提意见和建议。

主编

1997 年 4 月 10 日于武汉

目 录

前 言	1
口服液不能“喝”出高考状元	1
不可轻视老年皮肤瘙痒	4
切大肠息肉不需要剖腹	6
白蛋白不可滥用	9
食物纤维不是无用的废物	12
被毒蛇咬伤后不要害怕	15
适度的性自慰没有害	17
癌症不是不治之症	20
CT 并非万能	23
不要不理睬随访	26
不必太忧虑“胆固醇”	28
晚婚晚育孩子不会不聪明	31
莫道老年即暮年	33
急症并非到医院才能开始有效急救	36

不要去揉掉进眼里的异物	39
运动员用利尿剂减体重不可取	43
不要愁,哮喘是能控制的	46
药流并非没有风险	49
不要滥用活菌制剂	51
人体不能缺少微量元素	53
γ -刀、X-刀治疗并非适合所有颅内病变	56
不可嗅吸挥发性溶剂	58
治疗精神分裂症不要走入误区	61
不能忽视糖尿病骨病	64
戒烟后并非不需要警惕肺癌	66
测血压不需要“男左女右”	69
母乳喂养并非十全十美	71
安定不“安定”	73
不可忽视药源性胃炎	76
不可滥用抗生素	79
胡子多不是多毛症	82
不要单侧嚼食	84
流行性感冒不等于普通感冒	86
不可忽视青霉素过敏试验	88
尿是不能憋的	91
不可过度抑酸	94
吃肉不要吃甲状腺	96
风疹不是“病轻疹淡”	99

干扰素+胸腺肽治疗乙肝并非万能·····	101
得了甲亢最好不要怀孕·····	103
人到更年期,也不可忽视其他疾病·····	106
健康人并非不该去医院·····	109
服药并非人人都会·····	113
活检不会伤害身体·····	116
不能缺少叶酸·····	119
不要忽视餐后血糖水平·····	122
头外伤不等于脑外伤·····	124
儿童顽皮不一定是多动症·····	127
不可轻视厌食症·····	130
十聋并非九哑·····	132
摘除白内障不必等“成熟”·····	135
久病未必成医·····	137
看牙不当“看”出传染病·····	139
癌症并非要“保护性医疗”·····	141
过年的时候不可忽视消化道的保护·····	143
盛夏时节不可过度贪凉·····	145
肾病不等于肾虚·····	147
病态人格并非精神病·····	150
不要轻信“特效药”·····	153
孕妇不可过度补充营养·····	156
癌症病人不宜输血·····	158
“单一强迫”不是病·····	160

人老了,牙齿不一定会脱	162
这种心肌病不是冠心病	165
感冒患者不可盲目锻炼	167
“食不厌精”没有好处	170
“无脂”食品不是肥胖的克星	172
劝君不要嚼槟榔	175
乳牙龋坏后并非不需要治疗	177
肝炎的治疗应遵从医嘱,不可盲目用药	179
不可用热水瓶“煎”中药	184
并非所有的孩子都能打预防针	186
患骨质增生并非意味着今后会瘫痪	188
创可贴并非万能	192
莫拔“虎牙”	195
不要盲目选择剖腹产	197
健康女性最好不要用外阴药物洗液	200
不吃早餐会影响人体健康	202
小儿流涎并非都是正常的	205
不要忽视胃性哮喘	207
不要小看了小小的苍蝇、蟑螂	210
请走出治疗高血压病的误区	213
不要把樟脑丸放入新生儿衣物中	217
空气湿度过大或过小都对人体健康不利	219
炎症并非都是感染引起的	222
进口药不一定适合中国人	225
病情逐渐减轻不能看作疾病痊愈	228

健康人不必“氧保健”	230
有泪,不要强忍	233
镶牙不会损害邻牙	235
不可忽视食物的酸碱搭配	237
移动电话对健康并非极为不利	239
体弱者并非不长寿	241
不要害怕膀胱镜检查	244
浮肿并不都是病	246
过食豆腐并非无害	249
心电图正常不等于没有心脏病	252
注意:处处“芳香”,并非好事	256
旅行者腹泻并非“水土不服”	258
补药并非营养品	261
年轻人也会患中风	263
静脉曲张并非不需要重视	266
小腿抽筋不会直接伤害身体	269
放射治疗不能“千篇一律”	272
耐受性不等于耐药性	274
病理性肥胖者不要盲目减肥	277
喝尿液治病并不科学	280
神经病不等于精神病	282
不要只吃植物油	284
不要轻视了缺铁性贫血	287

口服液不能“喝”出高考状元

每年高考前的各类营养保健品广告犹如盛夏的热浪，一浪胜一浪，如看不见的硝烟弥漫于保健品市场。可谓竞争激烈。可到底口服营养液能不能喝出高考状元？到底高考状元喝过几瓶口服液？

高考状元大多没有喝过口服液。而且不少孩子家庭贫困，有的来自山区，哪里有钱去买健脑营养保健品？即使受广告的吸收，喝过一些口服液的金榜题名者，也坚决否定考上大学是因为服用过营养品。

其实，高考成绩是考生的智力、体力、心理承受力、学校的教学质量、师资水平、家庭环境等诸多因素的综合反映。智力则与先天、后天的营养和教育有密切的联系。

人的智力发育要追索到胎儿、婴幼儿时期。脑细胞的正常发育分为三个阶段。第一阶段是脑细胞

增长期，主要是细胞分裂，细胞数目增加；第二阶段是胎儿7~9个月，其脑细胞增生同时增大；第三阶段是出生后0~6个月，此时脑细胞分裂停止，仅限于细胞个体增大。出生前6个月到出生后6个月是大脑发育的两次高峰，在此期间的营养是否充足，是决定脑细胞发育优劣的关键。虽然智力的发展与后天的环境和教育有关，但先天的脑细胞正常发育，可直接影响智力。因此孕妇的平衡营养和婴幼儿合理的喂养不仅影响体格发育，同时也影响到智力的发育。

大脑无时无刻不在消耗能量和氧气，脑细胞的活动不像四肢肌肉活动那样能被人们所注意。合理的营养是保证大脑良好功能的物质基础，大脑能量不足或过度疲劳时，脑细胞活动减慢，思维迟钝，表现为呵欠连天打瞌睡。所以一个营养状况良好的人，一般精力充沛，头脑反应快，思维敏捷，可以连续工作很长时间；反之，营养摄入不足的人则很容易疲劳，注意力不集中，工作效率也低。很多脑力工作者，如作家、学者都因不注意身体的营养，长期工作，缺少休息时间，导致英年早逝。

考试期间神经系统处于高度紧张状态，紧张的脑力劳动会使营养素的消耗量增多，尿中的维生素B类、维生素C和氮的排出量比平日增多，适当的调整饮食能促进大脑神经的活动处于最佳状态。从

营养的角度，应在维持充足能量和氧的基础上增加优质蛋白质、不饱和脂肪酸、磷脂、维生素 A、B₁、B₂、C 及铁等营养素。

要多吃蔬菜和水果，少吃糖果或其他甜食，不要吃肥肉及含动物脂肪多的食物，少吃油炸食物。学习紧张，消化能力往往下降，含油多的食物不易消化。花生米、莲子、核桃仁、芝麻、松子、葵瓜子等含有丰富的蛋白质、不饱和脂肪酸、卵磷脂、无机盐和维生素。

十几年的寒窗苦读，只为金榜题名，而理想的高考成绩靠的是学习刻苦、合理营养、有规律的作息制度、自信的心态。事实证明，高考是凭的真本事，而营养液并不能喝出高考状元。

(炎平)

不可轻视老年皮肤瘙痒

皮肤瘙痒，看似小病，实则不然。年纪大的人，经常会皮肤瘙痒，且反复发作。常因情绪波动、温度变化或饮食的影响而加重。皮肤上并没有看到原发性皮疹，可见因搔抓而出现的抓痕、血痂、湿疹样变、色素沉着等继发性皮疹。医学上称为“老年性瘙痒病”。这种病常被忽视。但长时间不好，病情时轻时重，有时痒得难受，久而久之定会影响老人的情绪，造成睡眠衰减或失眠。有的人还会脾气暴躁，烦躁不安，食欲减退。

老年性皮肤瘙痒病是怎样发生的呢？

这与老年人的生理变化密切相关。从皮肤上来讲，多因皮脂腺机能减退、皮肤干燥和退行性萎缩所致，因而出现许多皱纹，皮肤变脆，抵抗力下降；从内脏系统来看，多与内分泌失调、动脉硬化、糖尿病、贫血、过敏因素、习惯性便秘等疾病有关，有

时可能是某些恶性病变的信号。另外，季节变化，如秋冬气候干燥、冷空气刺激，夏季炎热、出汗增多，都可诱发皮肤瘙痒病发作或加重。

如何预防老年性皮肤瘙痒症？

最主要的一点是注意保护皮肤。老年人的皮肤在抵抗细菌及病毒感染、抵御外伤等保护机能方面已比中青年明显减退，这是由于老人的皮肤皱纹增多、增深，成为污垢、细菌积存场所，并且皮脂腺、汗腺分泌功能下降的原因。因此，老年人洗澡时应注意少用肥皂，可选用一些温和的沐浴液或加入凉血止痒性质的中草药沐浴，以防止进一步造成皮脂的丢失，降低皮肤抵抗力。另外，尽量不要去抓痒，不要吃辛辣食物，不饮酒，禁烟，防止皮肤外伤及不要在阳光下久晒，防止阳光中的紫外线损伤皮肤，这是预防皮肤瘙痒的基础。至于有习惯性便秘的老年人，也应及时治疗。

在药物治疗上，可根据情况选用抗组织胺药、维生素C及镇静安眠药等，必要时也可采用盐酸普鲁卡因静脉封闭、性激素治疗。还可使用一些外用的含止痒剂的炉甘石洗剂、皮质类固醇激素软膏及霜剂等。也可采用针刺或中药治疗。

很多疾病都是可以预防的，只要做到防微杜渐，不轻视小病，健康就不是不可实现的梦想。

(炎平)

切大肠息肉不需要剖腹

大肠息肉是结肠黏膜表面向肠腔突出的一种良性隆起，可发生在肠道任何部位，但多见于直肠和乙状结肠，是一种常见的肠道疾病，发病率在普通人群中占10%。其主要症状为大便出血。多为大便后排出鲜红色血液，且不与粪便相混。少数病人因腹痛、腹泻来医院做纤维结肠镜检查时发现大肠息肉。

一般大肠息肉除少数在肛门镜下切除外，都需剖腹手术切除。术中医生只能靠手感来判断息肉在肠腔的位置，容易造成漏诊。有时甚至需剖肠寻找息肉，这样不仅给病人带来很多的痛苦，而且也容易发生伤口感染出血、肠粘连等并发症。而采用纤维结肠镜电灼摘除大肠息肉的方法，准确安全，操作简单，病人痛苦小，并发症少。

有一位个体户，49岁，男性，因反复大便出血