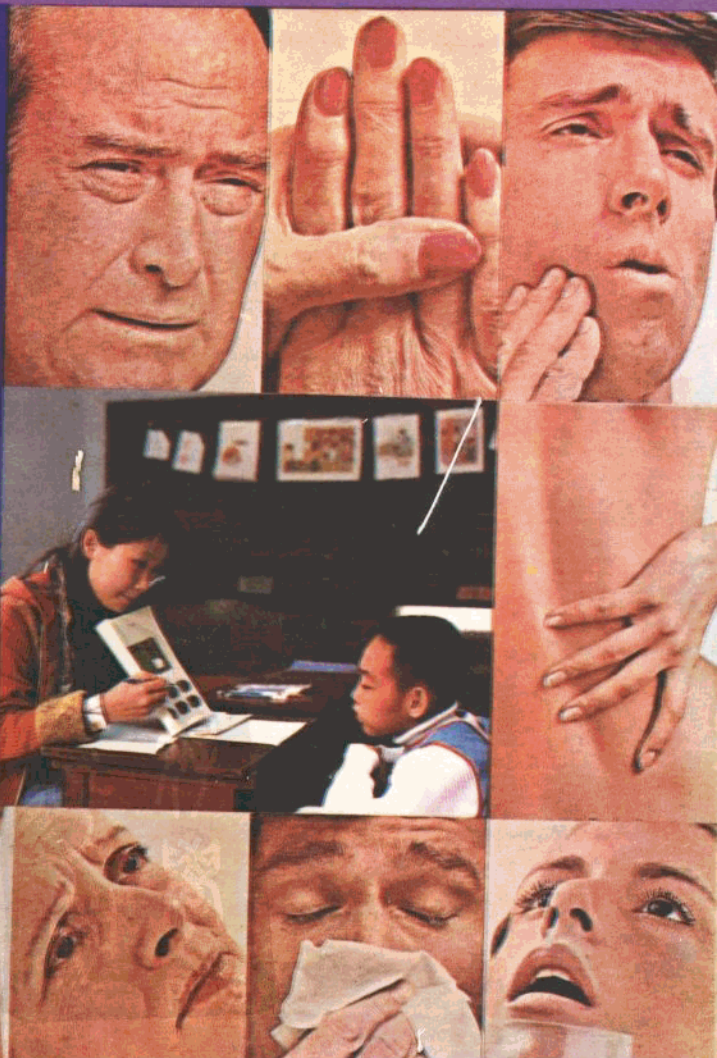


紙上診所

■ 醫藥與健康叢書

■ 全套兩冊定價：二五〇元

■ 台北新華書店出版部印行



醫藥與健康叢書

台
醫藥與健康週刊編輯室
治
新
生
報
社
主
編

紙 上 診 所

(下冊)

台
治
新
生
報
出
版
部
印
行

紙 上 診 所 (冊下)

一書叢康健與藥醫一

主編者：台灣新生報社
醫藥與健康週刊編輯室

發行人：石 永 貴

出版者：台灣新生報社
出版部

經銷者：台灣新生報社

讀者服務部

地址：台北市延平南路一二七號

電話：三八一三七九一（十線）

郵撥帳號：六二八八

印刷者：嘉信印刷廠

地址：台北市安西街二十九號

電話：五八一六八二

行政院新聞局出版事業登記證
局版台業字第〇二八二號

中華民國六十九年十二月廿初版

上下兩冊訂價

新台幣 五元
美金 八元
港幣 十四元

紙上診所（下冊）目錄

封面設計
楊震夷

食物過敏·····	九
過敏面面觀·····	一六
癢！癢！·····	一九
癢從那裏來？·····	二三
乾性皮膚·····	二六
日光蕁麻疹·····	二八
風疹塊·····	二九
幾種常見的皮膚色素斑·····	三四
只要青春不要痘·····	三七
保護你的皮膚·····	四一

.....

慎用皮膚病萬靈藥.....	四六
蟲子的襲擊.....	四九
耳朵掉了怎麼辦？.....	五二
淺談耳鳴.....	五五
流鼻血.....	五八
五十肩.....	六二
頸椎半脫位.....	六五
老人的骨疾病.....	六八
痛風.....	六九
老人常見的退化性關節炎.....	七六
下肢癱瘓需要您的協助.....	七九
接骨師的沒落.....	八二
嬰兒保健.....	八六
新生兒黃疸.....	九〇

.....

~~~~~

目錄

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 你用什麼餵寶寶？.....   | 九三  |
| 常見哺育母乳的錯誤.....  | 一〇〇 |
| 如何用牛奶來哺育嬰兒..... | 一〇四 |
| 種珠.....         | 一〇八 |
| 嬰兒的慢性腹瀉.....    | 一一〇 |
| 泌尿系先天異常.....    | 一一五 |
| 寶寶吃雞腿?!.....    | 一一九 |
| 吮指的原因.....      | 一二二 |
| 嬰幼兒的性質.....     | 一二四 |
| 小兒易患的疾病.....    | 一三〇 |
| 小兒急症.....       | 一三四 |
| 小兒發燒性痙攣.....    | 一四一 |
| 日本腦炎.....       | 一四四 |
| 小孩腦膜炎的後遺症.....  | 一四七 |

~~~~~

小兒腦性麻痺·····	一五〇
小兒先天性心臟病·····	一五五
鏈球菌與心臟病·····	一五九
鏈球菌與腎臟病·····	一六二
氣喘·····	一六四
請重視小兒牙疾·····	一六八
幼兒腹瀉·····	一七三
夏季熱·····	一七八
對風濕熱及風濕性心臟病之再認識·····	一八三
小兒浮腫·····	一八七
小孩青春痘·····	一九一
小兒科見聞·····	一九六
關於膿痂疹·····	一九九
疝氣乎？脫腸乎？·····	二〇二

.....

目錄

小兒尿床.....	二〇六
尿床的原因.....	二一〇
尿床的治療.....	二一五
大夫！要不要打針？.....	二一八
好動兒.....	二二二
保護您的貝齒.....	二二五
認識刷牙.....	二二九
拔牙應擇良時.....	二三一
拔牙之後的菌血症.....	二三六
認識性病.....	二三八
包皮需要割嗎？.....	二四九
蜜月膀胱炎？！.....	二五三
心臟病人有性生活嗎？.....	二五七
老年人的性行爲.....	二六一

.....

無能.....	二七〇
性失調怎麼辦？.....	二七六
自慰面面觀.....	二八一
也談男性不孕症.....	二八六
男性避孕.....	二九一
認識家庭計劃.....	二九七
應該要認清藥的時候了.....	三〇二
亂服成藥危險多.....	三〇七
食物與藥物的交互作用.....	三一〇
科學中藥科學嗎？.....	三一五
維生素須知.....	三二〇
阿斯匹靈.....	三二二
家庭急救.....	三二七
燙傷的緊急處理.....	三三一

~~~~~  
~~~~~

目 錄

家庭中毒急救.....	三三六
你怎麼辦？.....	三四一
香煙.....	三四六
漫談喝酒.....	三五三
你好酒嗎？.....	三五九
老年人的預防保健.....	三六二
遺傳與疾病.....	三六九
不用藥的療法.....	三七三
熱敷.....	三七七
標準體重的算法.....	三八〇
體重減輕是個警訊！.....	三八二
你想多活十年嗎？.....	三八五
你適合空中旅行嗎？.....	三八七
買菜的藝術及減肥.....	三九〇

~~~~~  
~~~~~

生物回饋.....

三九四

病史.....

三九九

食物過敏

——幾種常見的過敏原

食物過敏雖然不致於嚴重到威脅生命，但是却爲日常生活帶來許多的困擾，本文的目的是在指出日常生活當中，十種最常引起過敏的食物和它們所引起的症狀。

牛 奶

牛奶，不管對小孩或對大人而言，都是最常引起過敏症狀的一種食物，有人發現，許多對牛奶過敏的小孩，往往他們的父母，甚至祖父母也對牛奶不能適應。這些食物包括全脂奶、脫脂奶、契司，奶油和冰淇淋等，這些病人最好是儘量避免這些食物。而對牛奶過敏的人往往也對羊奶同樣地過敏。

牛奶可引起各類過敏的症狀，例如拉肚子、便秘、胃脹或者肚子痛，這些症狀常被

診斷爲腸炎。另外常見的症狀就是鼻子和氣管的充血，同時有大量的黏液分泌，此外也常感到喉嚨痛，也有人發現與中耳炎有關，其他如哮喘、頭痛、口臭、過度出汗、緊張和疲乏也是可能出現的症狀。

可樂果類

從可樂果類 (Cola nut family) 製出的食物中比較有重要的有兩種，就是巧克力和可樂，它們的性質是如此地相像，所以有時會發生「交錯反應」 (Cross reaction) 的現象，（即是對一種食物過敏，隨著對另一種食物也過敏），兩者都含有咖啡因的成份。雖然我們所喝的可樂飲料中只含很少量的可樂成份，但過敏的人却會引起相當嚴重的反應。唯一例外的蕁麻疹，它只有在像巧克力那樣多的含量時，才會表現出來。

可樂的成任在我們所喝的可樂飲料中均含有，但在啤酒、生薑酒裏並沒有。巧克力則在許多糖果和餅乾中可見。

這兩種成份所引起的過敏症狀，最常見的是頭痛，而哮喘、腸胃過敏，常年鼻子過敏和濕疹等亦有關係。

玉蜀黍

玉蜀黍可以作出各種各類的食品，尤其在西方國家，應用範圍更是廣泛，而它們所引起的症狀却很奇怪，這類病人會有過敏性的緊張，例如不安、易躁和失眠等；或者過敏性的疲憊如倦怠、欲睡、模糊的痛感等。而頭痛，包括典型的偏頭痛在內，也是常見的症狀。

蛋

因為蛋幾乎全由蛋白質所構成，所以它很有理由成爲一種過敏原，在高度過敏的病人，甚至只聞到蛋味都會發生反應，而有些用雞胚培養的疫苗（如流行性感昌或黃熱病疫苗），由於含有微量蛋白質，也會引起強烈的過敏反應。

有些病人可以稍稍吃一點無所謂，而像巧克力過敏一樣，要引起蕁麻疹是要相當的劑量才能够的。

而與牛奶一樣，蛋也能够引起各類的過敏反應，例如濕疹、哮喘、腸胃不好和頭痛

等等。

花生類

花生能够和許多大豆類和豌豆類食物發生「交錯反應」有時由於蜂蜜常是從這些植物採得，所以有對花生或大豆過敏的人也對蜂蜜過敏。

由於大豆製造的食品日益增多，也使得此類的過敏日益嚴重，黃豆油是目前消耗最多的植物性油，所以這類病人對很多植物都會產生過敏。而它們的過敏現象是合乎「全有或無定律」，有就是有，沒有就是沒有，不像牛奶或蛋一樣，有時只是具有部份的過敏性。

常見的症狀是哮喘、蕁麻疹和血管水腫和頭痛。

柑桔類

包括橘子、柳丁、檸檬和葡萄等，它們常易引起濕疹、蕁麻疹和哮喘，在嘴巴常破的人多見。假如病人是對檸檬酸過敏，則他對鳳梨及一些人工合成的橘子粉也會過敏。

番 茄

番茄常是濕疹、蕁麻疹和水泡性口炎的原因，也常會引起哮喘但很少引起頭痛，番茄作成的食物也是很多種。

小 麥 類

小麥作成的食物實在是太多了，所以要避免過敏原的時候需要十分注意，它引起的症狀也是包括哮喘、腸胃不好等，其嚴重性亦是相當可觀的。

肉 桂

如果一個人說他對南瓜過敏，那很可能他是對肉桂過敏，它常會引起蕁疹、頭痛和哮喘等。

人工色素

食物過敏

最常見的是一種紅色的色素稱爲 amaranth 和一種黃色色素稱爲 tartrazine 的東西，不但許多食物連許多藥品裏也加有人工色素，最常見的症狀是哮喘和蕁麻疹。

其 他

國人的體質，對於帶有腥味的食物，例如海鮮類（蝦、螃蟹、魚等），也常有過敏的現象，症狀通常是身體各處起一塊塊奇癢無比的蕁麻疹，有的也會有濕疹和哮喘的現象出現。

處理方法

當一位病人懷疑自己似乎有食物過敏的時候，第一步就是要做鑑別診斷，看是否真由食物過敏而來，以免忽略了其他許多更嚴重的病因，一個醫生如果忽略了腸胃過敏的診斷是可以原諒的，但是如果疏忽了大腸癌的診斷則是不該。

然後，再對平常飯食習慣作一詳細的詢問，如果懷疑兩種以上食物時，把它們一起停吃三個禮拜，然後再恢復吃一種東西，兩天之後再恢復吃另一種食物。如果只懷疑一