



## ·星兆鐸·

談起傷風，顧名思義，一定與風有關。當我們身體或身體的一部分，臨時曝露於冷風中時，鼻子就會立刻不通氣，如果很快的將曝露部分，回到正常的氣溫，鼻子立刻就通了。鼻子不通是由於鼻內血管充血。充血之後，黏膜就脹大起來，將鼻孔塞住，於是出不來氣。等溫度恢復到正常時，充血的現象沒有了，於是一切恢復正常。老實講，這並不是真正的傷風。只是臨時有傷風的傾向就是了。

因「風」而有「傷」，只是助長傷風的條件之一，就像過度疲勞、大便不通、飲食過多、營養不良、精神緊張等都可以給傷風鋪路，並不能算真正的病因。凡是能刺激黏膜的東西——像塵土、煤煙、化學氣體等——都可以使局部血管充血，而有鼻子不通，流鼻涕等症狀。外表好像是傷風，但骨子裏並不是。那麼傷風到底是什麼呢？老實講，它不能算一個單獨的疾病，像天花、白喉等，而是許多病態組合在一起：其中包括鼻炎、咽炎、喉炎、及氣管炎等。今天的鼻炎，明天就可以轉為喉炎，而後天變為氣管炎。其症狀也是這些部位症狀的總合，像流鼻涕、喉嚨痛、口乾、咳嗽等。到今天為止，醫學界所能發現的傷風真正病因有三：

(一)濾過性病毒 這種東西非常小，

不僅肉眼看不見，就是在顯微鏡下面也看不到。它體積之小，可以隨意通過濾紙上的小孔，這一點是一般細菌所辦不到的。其所以將這種毒素叫做濾過性病素，只是用這三個字來描寫它體積之小而已。一九四一年德國的 Kruse, E 曾將一位病人的鼻涕過濾之後，滴在他三十六位學生的鼻孔內，其中有十五位（42%）患了傷風。他認為這種毒素確實存在，並且在某種適宜的環境之下，它可以生存很久。但在另一種情況之下，它可以很快的死去。這種毒素是有傳染性的，但其程度並不太嚴重。

由這種毒素所產生的傷風，主要的症狀為鼻子不通，打噴嚏、嗓子痛、頭痛、不發燒（小孩子例外），多半在四到七天之內即可自行痊癒。但是如果不小心，再受到其他細菌的感染，那麼情形就較為嚴重。鼻涕可能變得又黃又厚。鼻竇、耳朵及下呼吸道都可以受到牽連。有時發生肺炎也是可能的。

(二)細菌 細菌有很多種，其中有些可以使人患傷風。由細菌所引起的傷風，多半會先發生嗓子痛，然後有流鼻涕的現象。由細菌所產生的傷風，大都會發燒，白血球一定增高。這一點在治療上很重要。後面將詳為討論。

(三)過敏 在人類中，估計約有10% ~ 20% 的人有過敏症。這些人對某些東西發生敏感，有人對花粉、塵土、雞毛、甚至米飯、牛奶等有過敏反應。但是花粉、牛奶本身對人類並沒有害處。為什麼對某些人會有過敏反應，我們還不明白。有人認為與遺傳有關，但是遺傳並不能解釋所有的現象。過敏可以使人產生很多症狀，如果鼻部有反應，則使鼻黏膜腫脹，血管充血、流鼻涕。在冬天就叫做傷風，在熱天則可以稱為「枯草熱」。如果下呼吸道有反應，則可發生氣喘，如果皮膚有反應，則可發生風疹(等麻疹)。

過敏反應在上呼吸道所產生的症狀與普通傷風完全一樣。但在治療上則大為不同。有些人鼻部發炎是由于過敏反應，但天天上油膏，吃消炎藥，反使鼻部黏膜的抵抗力大為減弱，更容易受再感染，真是划不來。

明瞭傷風的病因，然後才能談治療。有效的醫治傷風的方法有下列數種：

(一)臥床休息 傷風之後立刻臥床休息，這是治療傷風最好的基本方法。臥床休息可以保暖，增加身體的抵抗力，同時把自己隔離起來，免得傳染給別人，真是一舉兩得。可惜大部分人患傷風後，仍照常上班，照常工作，其主要的目的大概是儘快把他自己的病傳染給別人。「我不在乎！」，這是一般人的口頭語，你不在乎也許是真的，但是別人在乎呀！

(二)多喝開水 當一個人發燒時，很多水分從皮膚上蒸發走了，所以必須補充大量水分，以維持體內各組織的正常生理活動。喝白開水自然可以，飲用橘汁、檸檬水、及其他無刺激性的飲料都可以。

(三)藥物治療 到今天為止，世界上還沒有一種藥可以將傷風治好。不過有些藥物可以減輕傷風所產生的症狀，使病人感覺舒服些。例如屬於鴉片一類的藥物就有很好的效果。在明尼蘇達大學一千五百位服用 Codeine (可達因)的學生當中，有 75% 在24到48小時後感覺症狀有進步，甚至於完全好了。這些學生當時仍照常上課，如果能臥床休息，其效果當更好。對鴉片本身來說，有 57% 的學生認為有效，另有百分之 48% 的人認為 Aspirin (阿斯匹靈) 較好。

醫學確是日新月異，近年來又發現很多的抗生素，有人稱之為「特效藥」。因認其有特效，所以不論什麼毛病，都得服用。聽說近來煎中藥時，也要加兩顆紅黴素，綠黴素，以及各種顏色的「黴素」。好似中西醫不再分家了。其實抗生素並不能治療傷風，在使用時應受限制。公保處聯合門診中心規定使用抗生素時，應先檢查白血球，如果白血球不高，則禁止使用抗生素。此項規定如能嚴格執行，對病人是有好處的。同時希望病人自己使用抗生素時也要三思，問問「為什麼？」

現在再讓我們看看傷風是否有什麼辦法可以預防。現代醫學的領域裡，最標準的預防是種牛痘以防天花。方法簡便而效力宏大。以傷風來說，到今天為止，還沒有什麼好辦法可以預防。經過很多的研究實驗，證明服用預防疫苗，維他命 A、B、C、D、E……等對預防傷風並沒有用處。

傷風談得太多了，幾乎把感冒忘記。其實感冒就是傷風，只是在程度上利害一

# 四季感冒

謹防病從口入 · 避免出入公共場所  
 多休息 · 多喝水 · 注意營養 · 慎防併發症



衛署藥製字〇四六〇九號

發覺感冒趕快服藥

**傷風克** 新萬仁

些，症狀多一些，傳染性大一些而已，我們通常說流行性感冒，而不說流行性傷風，就是這個道理。感冒的病因是濾過性病毒，無法預防。無特效藥可醫治。是一種不治自癒的疾病。主要的是當心感冒所引起的併發症，像肺炎、中耳炎等。患了感冒你必須臥床休息，休息，休息！

傷風感冒幾乎是每人必得的疾病，小孩子們更是容易受感染。據美國傷風協會多年前的估計，每人每年要患傷風感冒兩次到三次。有四分之一的人患三次以上，另有四分之一的人不到兩次。每年因傷風所損失的金錢不下四億美金，其數字實在驚人。學齡兒童平均每人因傷風而失學兩天。愈是低年級愈是嚴重。在台灣雖然沒有正式的統計數字，想像中我們的情形不會比人家好。如果有特殊的辦法來預防傷風感冒，那再好不過了。在未有此種辦法之前，預防傷風感冒就和預防別的疾病一樣，一般的抵抗力仍然最為重要，要培養這種抵抗力，最重要的是要有充足的睡眠，對兒童來說，尤其是如此。再加上足夠的營養，足夠的運動，身體自然健康。身體健康，抵抗疾病的力量自然就增加了。

義美牛奶糖 @13.50  
 比一比價錢  
 年輕 · 新作風  
 敬請光臨 (學校後)  
 喜臨家 糖市場