



## 长寿保健

小儿出现呕吐，通常家长会担心是不是吃坏了肚子！如果吃进不洁食物或病毒感染，都可能出现呕吐症状，往往吐下泻，或是吐到只剩胃酸了还会继续干呕，若事后吃东西、喝水可能也会继续吐。小儿科医师陈映庄表示，小孩出现呕吐症状，一开始容易被误认为肠胃炎，若有前后间隔反覆性呕吐，必须考虑到是否为食物过敏引起。

刚满1岁的小男孩来到诊间，家长主述反覆呕吐2周，大约2周前先连续呕吐2至3次，曾就医看诊，开了些止吐药服用，大概半天就不再拉肚子。未料，没隔几天又开始吐，这次去看了另一位医师，也是针对肠胃问题开药，半天后也好了、不再腹泻。

这回到陈映庄医师诊间，家长叙述著过去的看病史，并说原本晚餐前都好好的没事，没想到吃完之后就开始了吐了2次，通通吐光光。现场小病人看起来精神不错，但家长提到晚餐后有开始流鼻涕，然后好像肚子痛抱著肚子哭，接著就吐了，但吐完又好像没事一样。

一段抽丝剥茧的问诊后，包括询问「这几次吐之前有吃到以前没吃过的食物吗？」家长回覆「嗯...好像有！他这两周才开始吃蛋，回想起来好像都是吃完蛋之后就吐的。」真相大白，原来一直造成小孩呕吐的原因，其实是食物过敏排斥反应。

**常见过敏食物来源，主要是大分子蛋白：雞蛋**  
 一般常见4大类过

# 肠胃炎、食物过敏难分辨？ 幼儿呕吐未必是肠胃炎

華人健康網 X 呼叫醫師

### 幼兒嘔吐未必是腸胃炎 醫揭：食物過敏4大徵兆

陳映庄醫師

皮膚紅疹、癢    眼、鼻癢打噴嚏    腹胃絞痛、吐或拉    頭暈或躁動

敏食物，包括牛奶、雞蛋；花生、堅果、小麥；帶壳海鮮及食品添加物。多數道致過敏主要是大分子蛋白，例如雞蛋、卵清蛋白(Ovalbumin)，海鮮如魚類所含的組胺酸(Histidine)、貝類含的原肌球蛋白(Tropomyosin)，食入後體內會產生對抗致敏原的免疫球蛋白(IgE)，進而產生各種過敏症狀。

陳映庄醫師指出，食物過敏的症狀很多，除了皮膚過敏外，腸胃道及呼吸道也會出現過敏反應。各種過敏症狀因人而異，也可能合併出現。

**【檢視食物過敏4大徵兆】**

1. **皮膚紅疹、癢**：最為人所知，例如碰到食物的手、嘴邊或是厉害一点全身都起蕁麻疹。

2. **眼、鼻癢打噴嚏**：出現過敏反應的呼吸道症狀，也可能開始出現咳嗽。

3. **腹胃絞痛、吐或拉**：一连串的腸胃症狀發生後，在吐掉或拉掉之後症狀就會減緩。

4. **頭暈或躁動**：通常幼兒不太會表達身體不適，家長可留意觀察。

**輕微過敏可使用抗組織胺治療，過敏性休克須**

**急速送醫**

通常輕微的食物過敏有時會自行緩解下來，或是可使用抗組織胺治療，若遇到嚴重的過敏反應，出現過敏性休克，如呼吸困難、心跳加速或心悸，或是暈眩、昏迷等劇烈症狀時，必須盡速前往急診就醫，接受腎上腺素治療，往後絕對別再接觸相同的致敏食物。

想要減少食物過敏的

機會，最好在1歲之前就開始微量接觸各種食物，讓腸胃產生耐受性，沒有足夠讓腸胃練習的機會，才會導致吃了整顆蛋後，出現明顯的過敏反應症狀。陳映庄醫師建議，最好的方式是1歲前，不論雞蛋、海鮮等食物都盡量少量嘗試，若有輕微症狀出現可以先暫停進食，間隔一段時間(2-3周)後再進行測試。



## 选择合适的另一半，10项重要因素

你结婚了麼？享受甜美时光？或忍受另一半？还是正在寻觅终生伴侣？无论如何，获得亲密关系是人生一大享受之一，卻也需要智慧，找到适合的另一半。你是否把外貌、学历、年龄、经济、宗教、家长认同等因素，列为择偶条件？

根据心理学家的研究，判断男女两人是否适合牵手，应考虑十个因素：

- 彼此都是对方的好朋友，不带任何条件，喜欢与对方在一起。
- 彼此很容易沟通，互相可敞开的坦白任何事情，而不担心被对方怀疑或轻视。
- 两人在心灵上有共同的理念和价值观，并且对这些观念有清楚的认识与追求。
- 双方都认为婚姻是一辈子的事，而且双方都坚定地愿意委身在长期的婚姻关系中。
- 当发生冲突或争执时，可以一起解决，而不是等以后发作。
- 相处时可以彼此逗趣，常有欢笑，在生活中许多方面都会以幽默相待。

- 彼此非常了解，并且接纳对方。当知道对方了解自己的优点和缺点后，仍确信被他所接纳。
- 从最了解你，也是你最信任的对方得到支持的肯定。
- 有时会有浪漫的感情，但大多数时候，你们的相处是非常满足且是自由自在的。
- 有一个理性和成熟的交往，并且双方都能感受到在许多不同层面上是很相配的。

看完了这些因素之后，你是否发现你和另一半是否合适，原来不是外面的因素(当然，我不是说你要嫁给一个穷光蛋或娶一个拜金女)，而是彼此之间心灵契合、相知相惜、互相信任尊重的事实，远胜其他外面容易与人比较的因素。

圣经创世记二章说到，“耶和华神说，那人(亚当)独居不好，我要为他造一个帮助者作他的配偶。...耶和华神使那人沉睡，他就睡

了，于是取了他的一条肋骨，又把肉在原处合起来。耶和华神就用那人身上所取的肋骨，建造成一个女人，领她到那人跟前。那人说，这一次这是我骨中的骨，肉中的肉，可以称这为女人，因为这是从男人身上取出来的。因此，人要离开父母，与妻子联合，二人成为一体。”

由此可知，婚姻是由神发起的，丈夫与妻子本为一体，妻子是丈夫“骨中的骨，肉中的肉”。婚姻是神所设立的，是应该受到尊重的。

但是，现今人们常在情欲与金钱的机制之下选择另一半，因此道致许多物化的婚姻，没有真爱与契合的实际，最终以离婚收场。新闻媒体的报道，让我们被迫收看一出又一出荒闹剧，这出收尾了，那出又上演。

作为二十一世纪的人类，我们是否真因物质的发展而得到幸福？还是我们可以不被潮流所淹没，从圣经的启示中找到幸福的真谛？ 来源：水深之处



## 人生感言

时间在走，年龄在变  
 人生中最快乐的事  
 就是把自己变的越来越优秀  
 起初我们每个人来到这世上  
 都是一步一步的从零开始  
 生命就一回，我们既然做了人  
 就应该有个好人品  
 什么是人品，这些话句句扎心头  
 人品是衡量一个人好坏的标准  
 人品是决定一个人成败的关键  
 人品是一个人最强的靠山  
 人品是一个人最厉害的武器  
 人品好的人，遇事有人帮助  
 人品差的人，做事无人认同  
 人品差的人，有难无人肯扶  
 人品好的人，做事有人支持

“但愿我行事坚定，  
 得以遵守祢的律例。”  
 ~诗篇119篇5节~

婚姻家庭

# 選擇合適的另一半 10項重要因素

水深之處 www.luke54.org