

14. 需要醫生治療的嚴重疾病

本章所介紹的病都需要醫生治療才會好。有的病要用到鄉下難以找到的特效藥，家庭醫藥箱中的藥也治不了這些病。患了這些病，越快送醫越好。

注意：其他各章中的疾病也有嚴重到須送醫的情況，見危險徵候(4章42頁)。

一、結核病（癆病 Tuberculosis）

肺結核是一種慢性傳染病，任何人都可能罹患，但最常侵犯 15~35 歲的人，尤以體弱、營養不良與結核病人住在一起的人。由於有許多罹患 HIV/愛滋病的人同時也感染肺結核，因此，每個 HIV/愛滋病病患都應該做肺結核檢測。

肺結核是可治癒的疾病，但每年卻有成千上萬的病人死亡，所以**早期治療對治癒結核病極重要**。

最常見的肺結核徵候：

- 慢性咳嗽持續 3 週以上，尤以剛醒過來時最厲害。
- 下午輕微的發燒及夜間盜汗
- 胸部或上背部可能會痛。
- 慢性體重減輕和逐漸衰弱。



重病或晚期病人：

- 咳血（通常有點血，有的咳很多血）。
- 臉色蒼白如蠟，皮膚較黑的人臉色看來較白。
- 聲音沙啞（病情非常嚴重）。

在小孩：咳嗽較少出現，較常見的徵候如下：

- 持續體重減輕。
- 經常性發燒。
- 皮膚蒼白。
- 頸部或腹部淋巴結腫大（2章20頁）。

結核病通常只在肺部，但身體任何部份都可能罹患。年輕小孩可造成腦膜炎（14章185頁），皮膚也可能會有結核（15章212頁）。

假如你懷疑自己有結核病：

找醫生看。一有結核病徵候，立即就近到健康中心接受檢查。驗痰看是否真得了肺結核。很多國家免費治療這種病，可能會開給你下列藥物：

- Rifampin 藥片 (362 頁)
- 癆得治 (I.N.H.) 藥片 (361 頁)
- Pyrazinamide 藥片 (362 頁)
- 孟表多 (Ethambutol) 藥丸 (362 頁)。
- Thiacetazone 藥片 (363 頁)
- Steptomycin 注射 (363 頁)

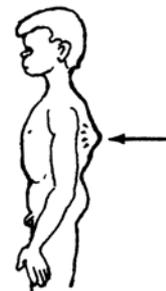
一定要按醫囑服藥，不同的地區有不同的療程，通常分為二階段，前二個月需服用三至四種藥物，然後做痰液的檢查。如果已改善，再服用二種藥物四到六個月，之後再做痰液的檢查，確定是否痊癒。**不要只因為感到較好**，就輕易的停藥，否則會復發成更難治癒的結核病型態並傳染給別人，或產生抗藥性。**根治結核病約需六個月到一年以上。**

儘量吃好一点。吃高熱量及富含蛋白質與維他命的食物 (11 章 110、111 頁)。

休息也很重要。若可能先暫停工作，心情放寬一些，直到自己覺得較好為止。之後，還是不要工作的太累或太喘。設法多休息和睡覺。

身體其他部份結核病的治療也與肺結核治療相似，**如頸部淋巴結、腹部 (見 2 章 20 頁圖)、皮膚與關節 (15 章 212 頁)**。小孩患有嚴重的脊椎結核，可能要開刀以預防麻痺 (見本基金會「殘障村童」一書)。

結核病傳染性很高，跟病人住在一起很容易感染，小孩更容易受傳染。



家中有結核病人時怎麼辦：

- 可能的話，全家做皮膚試驗。
- 小孩子接種卡介苗，以預防結核病。
- 每個人都應吃營養豐富的食物，特別是小孩。
- 結核病患者應與家人分開吃、睡，若可能最好不要住在同一房間，直到病人不再咳嗽為止。
- 肺結核病人咳嗽要蒙住口鼻，更不可隨地吐痰。
- 注意家人有否體重下降或其他結核病的徵候。可能的話，每個月量體重一次，特別是小孩子，直到危險過去。

家人結核的徵候通常是緩慢進行，很不明顯。如果家人有結核的徵候要馬上檢查，**立即治療**。

儘早並完全的治療是預防結核防治之鑰

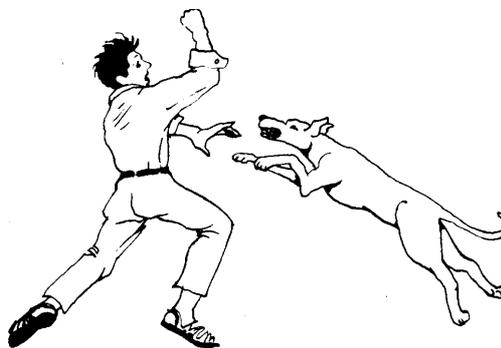
二、狂犬病 (Rabies)

患有狂犬病的狗、貓、狐狸、狼、臭鼠或胡狼咬了人，就容易得狂犬病。蝙蝠和一些其他的動物也會傳播狂犬病。

狂犬病徵候：

在動物方面

- 行動怪異---有時傷心，有時不安，有時易怒。
- 口吐泡沫，不吃不喝。
- 有時會到處遊蕩，見人或東西都咬。
- 五至七天內死亡。



在人方面：

- 咬傷的部位會痛和有刺麻感。
- 疼痛且吞嚥困難。流很多濃粘口水。
- 意識清楚，但很緊張、興奮，會有一陣陣發怒的現象。
- 呼吸不規則，病人好像在哭泣。
- 快死時，病人有抽筋和麻痺的現象。

懷疑被狂犬病的動物咬傷時：

- 把動物栓起來或關起來觀察一週。
- 用肥皂水和雙氧水把傷口洗乾淨，傷口不要縫合，讓它敞開。
- 若一週動物就死亡、逃跑、或被殺了，應馬上把咬傷的人帶到健康中心按規定注射多劑狂犬病針劑。

狂犬病從被咬傷到發病，約十天到兩年（通常 3~7 週）。發病前就要治療。一旦發病尚無藥可治療。

預防：

- 把所有疑似狂犬病的動物都殺死掩埋（或關到籠子裡觀察一星期）。按政府規定給狗打預防針。
- 小孩避免接近疑似有病或行動怪異的動物。

要特別小心處理有病或行動怪異的動物。
即使瘋狗沒有咬人，其口水沾到人身上的傷口也會致病。

三、破傷風 Tetanus（牙關緊閉）

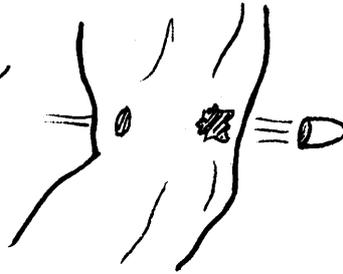
傷口被帶有破傷風桿菌的人畜糞便污染時，就可能受到感染。**深而髒的傷口特別危險。**

容易引起破傷風的傷口：

動物咬（特別是豬、狗咬傷）



刀槍傷



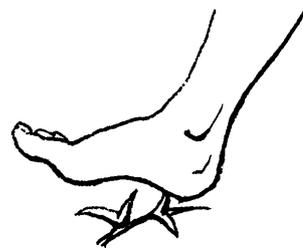
用不潔的針穿耳洞



鐵絲網刺傷



釘子、棘或碎片刺傷

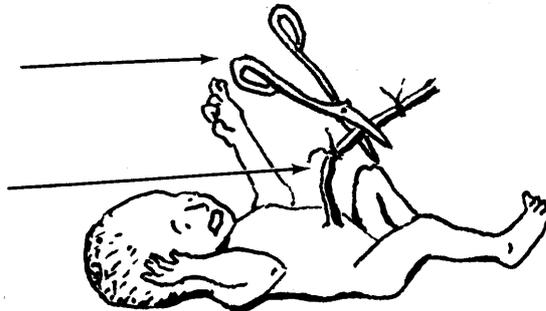


新生兒破傷風病因：

沒有好好消毒或小心的採取其他預防措施時，破傷風桿菌就會經由新生兒的臍帶造成感染。患破傷風的機會會大增，如果：

- 用沒有煮沸過的剪刀剪斷臍帶，或沒有好好保持清潔。
- 臍帶留得太長，沒有靠近肚皮剪斷（19 章 262 頁）。
- 剛剪斷的臍帶包得太緊或沒有保持乾燥。

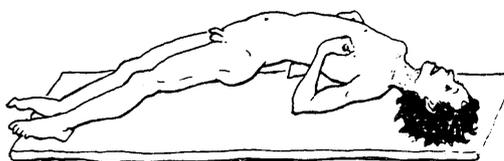
臍帶留得太長特別容易感染破傷風



破傷風徵候：

- 身上受感染的傷口（有時找不到傷口）。
- 吞嚥不舒服或困難。
- 牙關緊閉，接著頸部和身體其他部位肌肉也變緊，走路變得不正常。
- 牙關肌肉抽筋（突然變緊）會很痛，後來全身一起抽筋。搬動或碰觸病人，都會誘發如下圖突發的抽筋：

**突然有吵雜聲或強光
也會引起抽筋。**



新生兒多在生下來 3~10 天才會出現破傷風徵候。最初孩子不停的哭、不吃奶、臍部髒而發炎，數小時或數天後即出現牙關緊閉及其他的破傷風徵候。

一有破傷風徵候就要開始治療。疑有破傷風（孩子不停的哭或不吃奶）即須作如下檢查：

**如圖托著腿，用扣診錘
敲膝蓋下側。**



**若腿部只有點彈
起，則是正常。**



**若腿跳得很高那就有破傷風等
重病（其他可能有腦膜炎、老
鼠藥或某些藥物等中毒）。**



本檢查對疑患有破傷風的新生兒特別有用。

有了破傷風徵候怎麼辦：

破傷風是一種致命的疾病。一有懷疑就要立即送醫。若不得已要拖延送醫時間，請先如下處理：

- 檢查全身，看看有無感染的傷口或潰瘍。傷口多半有膿。把傷口打開，用肥皂冷開水洗乾淨，膿、髒東西、刺、碎片等要完全去掉，最好再用雙氧水沖洗。

- 立即注射一百萬單位普羅卡因盤尼西林（procaine penicillin），以後每 12 小時注射一次（新生兒最好用水劑盤尼西林，353 頁）。沒有盤尼西林的話，可用四環素（tetracycline）等抗生素。
- 可能的話，注射 40,000~50,000 單位破傷風抗毒素或 5,000 單位人類免疫球蛋白。一定要熟讀注意事項（9 章 70 頁及 389 頁）。人類免疫球蛋白比較少有過敏反應，但價錢比較貴，且比較難買到。
- 只要病人能吃，儘量給他少量多餐，多吃營養的流質食物。
- 為控制抽筋，可口服或灌腸 Diazepam（Valium），劑量詳見 390 頁。
- 儘量少搬動或碰觸病人。
- 避免吵雜聲和強光。
- 必要時用導管（橡皮管）接上空針，抽出鼻子和喉嚨的粘液，以清理呼吸道。
- 新生兒若感染破傷風，可請醫師置放鼻胃管餵母乳以提供營養對抗感染。

預防破傷風的方法：

即使在最好的醫院，破傷風病人也有一半會死亡。預防比治療容易得多。

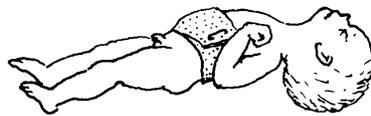
- 預防注射：這是預防破傷風最可靠的辦法。孩子和成人都該注射（12 章 147 頁）。趕快帶全家人到附近衛生所去注射。要完全的預防，最好每隔 10 年注射一次。孕婦做了破傷風預防注射還可預防新生兒感染。
- 又深又髒的傷口，應盡量清理乾淨（見 10 章 89 頁條列的方法）。
- 若傷口很大且又深又髒，該送醫。若未做過破傷風預防注射，先注射盤尼西林，最好也想辦法打一針破傷風抗毒素（389 頁）。
- 對新生兒來說，清潔對預防破傷風非常重要。用來剪斷臍帶的器械一定要好好消毒（19 章 262 頁）。臍帶要剪得短，臍部也要保持乾燥清潔。

這孩子臍帶減得短，保持乾燥，露在空氣中



他活的很健康

這孩子臍帶留得長，又包的緊，且不乾燥。



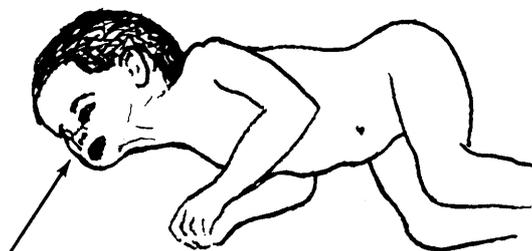
他死於破傷風

四、腦膜炎 (Meningitis)

這是一種非常嚴重的腦部感染，較常見於小孩。也可能是麻疹、流行性腮腺炎、百日咳或耳部感染等的併發症。媽媽有肺結核，生下來的孩子可能數月內就會得結核性腦膜炎。

徵候：

- 發燒。
- 頭很痛。
- 頸部僵硬。孩子看起來很重，躺在床上頭頸向背後彎如圖。
- 背部僵硬到無法把頭彎到兩膝之間。
- 一歲以下的嬰兒，囟門（頭頂的柔軟處）會膨出。
- 常有嘔吐。
- 嬰幼兒的早期罹患腦膜炎較難診斷。即使被媽媽抱在懷中，哭聲亦很奇特，且變得非常嗜睡。
- 有時抽筋或有古怪的動作。
- 病情越來越惡化，最後完全失去了知覺，孩子才又安靜下來。
- 結核性腦膜炎發病較慢，約數天到數週。其他的腦膜炎發病較快，約只有數小時或數天。



治療：

趕緊送醫，分秒必爭！最好送到醫院去，同時要：

- 每四小時注射安比西林 500mg (353 頁) 或每四小時注射水劑盤尼西林 1,000,000 單位，如可能同時給氯黴素 (chloramphenicol, 357 頁)。
- 發高燒（體溫超過四十度），即用濕毛巾、阿斯匹靈或 Acetaminophen 退燒 (379、380 頁)。

若母親有肺結核，或有理由懷疑孩子患了結核性腦膜炎，即注射鏈黴素，每 5 公斤體重 0.2c.c.，並趕緊送醫。非結核性腦膜炎則注射盤尼西林或安比西林。

預防：

在預防結核性腦膜炎方面，患有結核病的媽媽生下來的孩子，一出生就該接種卡介苗 (B.C.G.)，劑量為 0.05c.c. (是正常劑量 0.1c.c. 的一半，14 章 179、180 頁)。

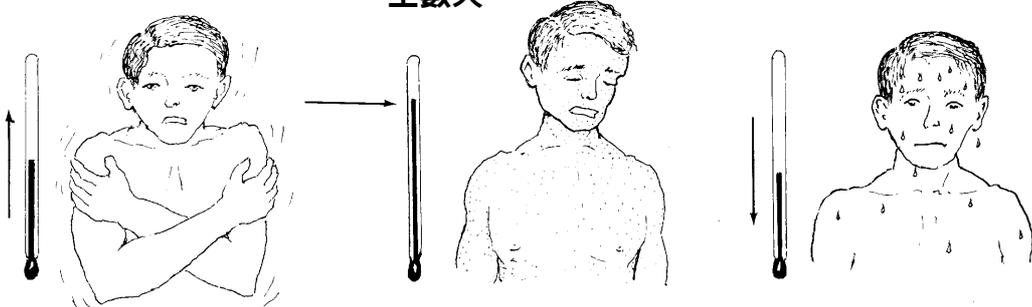
相關結核病建議及預防見 179-180 頁。

五、瘧疾 (Malaria)

瘧疾是一種血液傳染病，會引起寒顫及高燒。由蚊子傳播，蚊子咬了有病的人，把瘧原蟲吸到體內，再咬第二個人時，就把瘧原蟲傳播出去，愛滋病人感染瘧疾的機會是一般人的兩倍。

瘧疾的徵候：典型的瘧疾發作分三階段---

1. 先是畏寒，往往還有頭痛，病人發抖寒顫達 15 分鐘到一小時。
2. 發冷後接著發燒，常達 40°C 以上。病人虛弱，皮膚潮紅，甚至譫妄（意識不清），發燒持續數小時至數天。
3. 最後病人開始出汗，體溫下降。發作過後，病人感到虛弱，但大致還好。



- 瘧疾通常每兩三天發燒一次（各種瘧疾不同），但一開始時每天發燒的也有。有些瘧疾病人發燒亦不規律或不典型，所以，碰到不明原因發燒的病人都要塗血片找瘧原蟲。
- 慢性瘧疾往往會引起脾腫大和貧血（11 章 124 頁），愛滋病人發病更快。
- 小小孩子發病一、二天內，就可能發生貧血，皮膚蒼白。若影響腦部會造成抽筋之後昏迷，手掌呈現藍灰色，呼吸變快且深。

注意：沒有餵母乳的孩子較容易感染瘧疾。

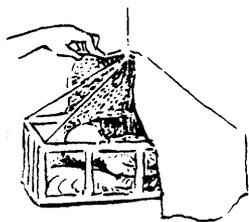
檢查及治療：

- 疑似瘧疾或反覆發燒的病人，若可能的話，到衛生中心驗血找瘧原蟲。若當地流行的是較危險的惡性瘧，就必須立即就醫接受治療。
- 在瘧疾盛行區，任何不明發熱都要當作瘧疾治療，可先服對當地瘧疾最有效的藥（劑量見附錄三 365-368 頁）。
- 若改善了，但過幾天又發燒，就可能要改服別種抗瘧疾藥，並就近到衛生所去看病。
- 若懷疑病人患瘧疾，又有抽筋或腦膜炎諸徵候（14 章 185 頁），可能是腦性瘧疾，若可能，應立即注射抗瘧藥物（附錄三 367 頁）。

如何預防瘧疾：

瘧疾較易發生於熱帶、多雨的地區，只要通力合作，是可以得到控制的。所有控制措施都應立即進行。

1. 避免蚊子咬。睡在沒有蚊子的地方或經除蟲劑處理過的蚊帳裡或床單下。嬰兒搖籃加掛經除蟲劑處理過的蚊帳或薄布。



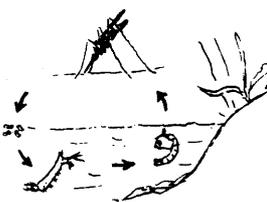
2. 配合防瘧人員，讓發燒的家人接受採血檢查。



3. 假如你懷疑患了瘧疾，請趕快治療，以免咬了你的蚊子又傳染給別人。



4. 消滅蚊子及其幼蟲。蚊子常在死水繁殖，所以要清除附近窪地、池塘及破瓶罐中的積水。在蚊子容易繁殖的池塘沼澤區，把水排乾或倒點油。竹筒上的積水，用沙填掉。



5. 按時服用抗瘧藥來預防或減輕瘧疾的嚴重程度（365-368 頁）。

六、登革熱（Dengue Fever）：

這種疾病有時不容易與瘧疾區分，經由帶病毒的蚊子傳染給人，近年來，在許多國家有增加的趨勢，濕熱地區較容易發生大規模的流行。病人會重複地被感染，且病情常更嚴重，要預防登革熱，必須控制蚊子孳生及避免被蚊子叮咬，如上所述。

徵候：

- 突然高燒、寒顫。
- 全身酸痛、頭痛、喉嚨痛。
- 病人自覺病得很嚴重、虛脫。
- 3~4 天後，病人自覺改善，持續約數小時至 2 天。
- 1~2 天內，病人手、腳會出現疹子、蔓延到手臂、大腿最後到全身（通常臉部除外）。
- 在東南亞地區，有一種嚴重的登革熱，會造成點狀皮下出血，甚至危險的體內出血。

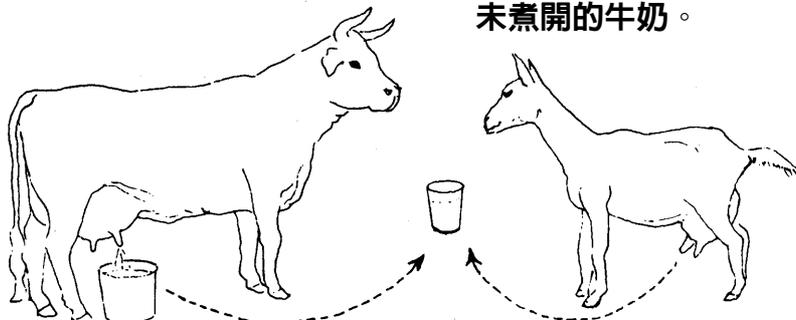
治療：

- 大部份幾天後會痊癒，無特殊治療。
- 休息、多喝水，可用 acetaminopen 改善發燒、疼痛（不可用阿斯匹靈，以免加重出血）。
- 如有嚴重出血，需治療休克（10 章 77 頁）。

七、普魯斯桿菌病(地中海熱 Undulant Fever、馬爾他熱 Malta Fever)

地中海熱是由於喝了受感染的牛、羊奶而引起。工作時接觸到受感染的牛、羊、豬，病毒經病人皮膚的抓傷或傷口而進入人體，或經呼吸道吸入造成感染。

預防普魯斯桿菌病，切勿喝未煮開的牛奶。



徵候：

- 地中海熱一開始會發冷發燒，但病情大多進行緩慢，日見疲勞、虛弱、食慾減退、頭痛、胃痛，有時還會關節痛。
- 發燒情形有輕有重。典型的徵候是下午開始發冷，到清晨出汗退燒。慢性普魯斯熱可能停止發燒數天後又再發燒，若無治療，可能會持續數年之久。
- 淋巴腺腫（頸部、腋窩、鼠蹊部，10章88頁）。

治療：

- 若懷疑患普魯斯熱，要請醫生看，因易與別的病混淆，治療費時且昂貴。
- 可用四環素治療。成人劑量：兩顆 250mg 的膠囊，每天四次，連續服用 21 天，注意事項見 350 頁，或用 co-trimoxazole，劑量及注意事項見 358 頁。

預防：

- **牛、羊奶一定要煮開或經巴斯德氏法滅菌才可飲用。**在普魯斯熱流行區，不要吃沒有煮過的生奶做出來的乾酪。
- 接觸豬、牛、羊等家畜時要小心。特別是自己身上有任何擦傷或刮傷時。
- 與家畜檢查人員合作，好讓他鑑定你的家畜是否健康。

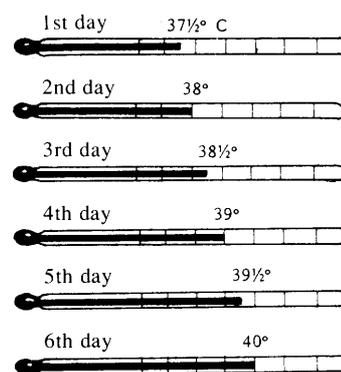
八、傷寒 (Typhoid)

傷寒是一種腸道傳染，會影響全身。由於吃了被糞便污染的水及食物而感染，常會大規模的流行（很多人同時生病）。

會發燒的傳染病中以傷寒最危險。別忽視那些所謂發燒的毛病（2章26頁）。

徵候：**第一週**

- 開始像感冒。
- 頭痛和喉嚨痛，經常會乾咳。
- 間歇性發燒，緩慢但持續上升，最後到 40°C 或更高。
- 發燒時脈搏次數常相對較慢。每小時測量體溫與脈搏一次，假如發燒越來越高，脈搏反而減慢，可能是患了傷寒（2 章 26 頁）。
- 有時出現嘔吐、腹瀉或便秘。

**第二週**

- 高燒、脈搏相對較慢。
- 身上出現粉紅色斑點。
- 發抖。
- 譫妄（病人意識不清）。
- 虛弱、體重減輕、脫水。

第三週

- 假如這時沒有併發症，發燒及其他徵候會慢慢消退。

治療：

- 尋求醫生協助。
- 對氯黴素和安比西林有抗藥性的地區，可用 co-trimoxazole（358 頁）至少治療二週。
- 試用氯黴素（357 頁）：大人 250mg，每次 3 顆，一天 4 次，至少服用 2 週。若沒有氯黴素，可改用安比西林（353 頁）或四環素（356 頁）。
- 用濕冷布降低體溫（10 章 76 頁）。
- 大量補充液體：喝湯、果汁及補充水份的飲料，預防脫水（13 章 152 頁）。
- 營養的食物，若必要的話，給予流質的。
- 讓病人臥床休息，直到完全退燒為止。
- 假如病人有便血，或有腹膜炎（10 章 94 頁）、肺炎（13 章 171 頁）的徵候出現，要馬上送醫院。

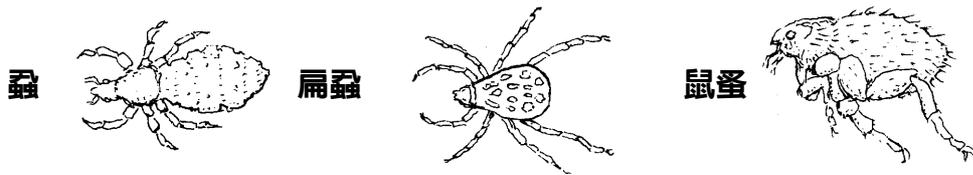
預防：

- 預防傷寒，必須防止食物和水受人糞污染。實施公共衛生和個人衛生準則（12 章），建造及使用廁所，注意保持廁所與水源的安全距離。
- 傷寒的個案常出現於水災或別的災害以後。災後應特別注意清潔，飲水務求乾淨，假如村莊裏有傷寒病人，飲水務必煮沸，並追查受污染食物及飲水的來源。

- 傷寒病人應予隔離，以防傳播。給病人單獨預備一套餐具，糞便要燒毀或掩埋在深坑裡，照顧完病人也要立即洗手。
- 有些人痊癒了，卻仍然帶菌，會傳染給別人。因此，傷寒患者病癒後應特別注意個人衛生，不要在餐館或用手接觸食物的地方工作。有時可用安比西林治療傷寒帶菌者。

九、斑疹傷寒 (Typhus)

斑疹傷寒與傷寒表面相似，但是不同的病，下列蟲咬會造成感染。



徵候：

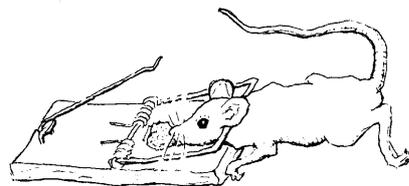
- 斑疹傷寒開始像重感冒，一週以後發燒、發冷、頭痛、胸痛及肌肉痛。
- 發燒數天後就出典型疹子，初見於腋窩再到軀幹，後來見於腿臂，但臉上與手、掌沒有。看起來好像很多小出血點。
- 發燒持續兩週以上。小孩子病情較輕，老人病情可能較嚴重，大規模流行時更危險。
- 扁蝨傳染的斑疹傷寒，往往在蝨咬的地方產生一個很痛的瘡，局部淋巴腺也腫痛。

斑疹傷寒的治療：

- 懷疑斑疹傷寒時者應找醫生看。需用到特別的檢驗。
- 服四環素：成人每次服 500mg，每天四次，共服 7 天。服氯黴素（附錄二 357 頁）也可以，但副作用較大。

斑疹傷寒的預防：

- 保持清潔。家中定期滅蝨。
- 清除狗蝨、不要讓狗到家中。
- 用貓或補鼠器滅鼠（不要下毒，因可能危害其他動物或小孩）。
- 用殺蟲劑殺鼠蚤，但不要碰鼠屍，以免鼠蚤上身，用火燒或水流處理鼠屍，或在鼠窩內灑殺蟲劑。



十、痲瘋病 (Leprosy) (Hansen's disease)

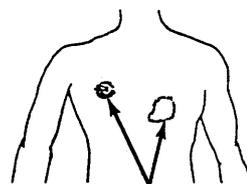
這種低傳染性的疾病發展的很慢，往往經過很多年才發病。其傳染途徑只能經由未治療的痲瘋病人傳染給其他抵抗力差的人。在流行疫區，孩童必須在 6 個月至 12 個月檢查乙次，特別是家中有人受感染時。

徵候：

- 可造成許多皮膚問題如感覺喪失或手腳麻痺。
- 早期徵候為感覺逐漸消失、逐漸擴大的皮膚病變，不痛也不癢。可見於全身，特別是臉、手臂、背部、下肢，顏色較蒼白(不是全白也不會脫屑)，界線不清楚或如癬樣。注意：開始時感覺正常，但如果感覺漸漸減少或消失就要懷疑痲瘋病的可能(4 章 38 頁)。
- 之後隨個人抵抗力的不同，而有手腳刺痛、病灶處麻木或失去知覺、手腳乏力變形、皮膚下的神經腫漲如索狀(壓時可能痛或不痛)等徵候。
- 晚期病人眉毛、眼睛、鼻子及耳垂變形、脫落，且因感覺喪失，燙傷因而結痂。手腳可能部份麻痺呈鳥爪形。



檢查全身皮膚有否斑塊、特別是臉、手背、臂及腿部。界線不清楚的蒼白病灶，斑塊顏色與周圍皮膚不同，不會完全是白色或灰色



輪癬狀的斑塊周圍界線有無突起皆可能



垂足爪狀足



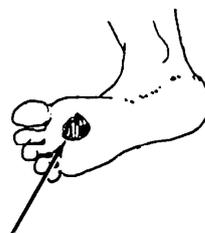
檢查變厚的神經

燒傷結疤處
感覺喪失



眉毛脫落
瞎眼
鼻子變形

耳朵變厚形
成腫塊



癬樣無知覺斑塊

手腳麻痺變形



痲瘋病的治療：

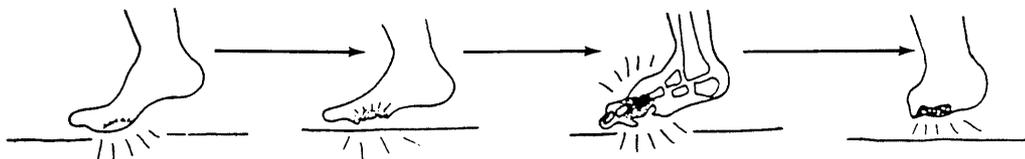
痲瘋病通常可根治，但要服藥多年。最好的藥是 dapsone，如果可能則合併 rifampin 與 clofazimine。若有痲瘋反應或服藥後仍越來越壞，不需停藥但要找醫生看。痲瘋反應包括發燒、起疹子、痛，甚至手腳腫和眼睛損壞。

手腳及眼睛損傷的預防：

患者的手腳經常容易發現非麻瘋直接造成的大傷口，這是可以預防的，因為當感覺喪失後，就不能保護自己，以致容易受傷。

例如：正常的人走了較長的路，腳上會起水泡。因為會痛，所以會停下來或跛著走，以免受到更嚴重的傷害。

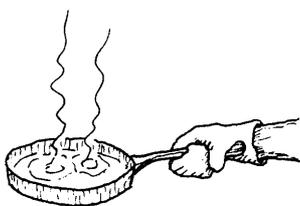
但是病患長水泡 也不覺得痛 **繼續行走，直到水泡破裂併發感染。** **仍沒有痛覺，感染越來越深，蔓延到骨頭** **骨頭受破壞足部變形**



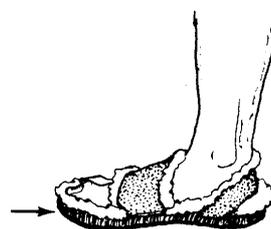
這些都可事先預防，方法如下：

1. 保護手腳，避免割傷、瘀傷、起水泡或燙傷等。

不要赤腳走路，尤其不要走在有尖銳石塊或荆棘的地方。穿鞋子或拖鞋時，在鞋內和鞋帶下放軟墊保護。



用雙手工作或烹調時，戴上手套。未先戴上厚手套或用數層布包起以保護雙手前，絕不可接觸可能會造成燙傷的東西。



盡可能避免接觸尖銳及熱的東西，也不要抽菸。

2. 每天晚上，自己或請他人協助小心檢查手腳（尤其是勞累的工作或走遠路後），看看有無割傷、瘀傷或刺傷，更要注意有無紅、熱、腫脹等水泡的初期徵候。有以上任何情形時，要讓手腳得到充分的休息，直到痊癒。如此皮膚將會結繭而變得堅硬，才不會再受傷。
3. 假使有了開放性的傷口，須好好維持局部的清潔並休息，直到痊癒。以後要更小心，避免再受傷。
4. 保護眼睛。大部份眼睛受傷是因為肌肉無力或感覺喪失，以致不能適當的眨眼。常眨眼以保持眼睛濕潤和乾淨。如果不能適當的眨眼，白天要常常閉緊雙眼，特別是有風沙時。可戴有側罩的太陽眼鏡或太陽帽。常常保持眼睛的清潔，且注意防蠅。



若能注意上列事項並及早治療，將可預防大多數麻瘋病的畸形。

對於麻瘋病更多資訊，詳見本基金會「殘障村童」一書。