

64

2019/04

永續發展目標三：良好的健康與幸福



環「報」兒「童」版

目「錄」

兒童環境文學家

前進與後退的城市
(第三集)

美麗新境界

永續發展目標三：良好的健
康與幸福

地球怎麼了？

環境與健康

若草書屋

《也許》／聞一多

環境傳人

中國兒科始祖—

錢乙





前進與後退的城市 (第三集)



作者：Diwa Boateng (南非)

◎南瑪帝尼的塔塔達

凱伯威家裡有位傭人叫作薛米索，是個快樂的女人。她是個寡婦，帶著六個小孩，生活困苦。她每天早上都很早就離開孩子，到凱伯威家工作。她愛凱伯威就像愛自己的小孩，為他做所有事情，像是煮飯、打掃、洗澡還有一些他其實能自己做的事情。

她每天早上都很早就離開孩子，到凱伯威家工作。她愛凱伯威就像愛自己的小孩，為他做所有事情，像是煮飯、打掃、洗澡還有一些他其實能自己做的事情。

每天，她都會告訴凱伯威一些關於她九歲的兒子塔塔達的事情，塔塔達和凱伯威是同一天出生的，她還說塔塔達自己做了一個可以玩的創意玩具。

每天晚上回家後，她也會告訴塔塔達和其他的孩子關於凱伯威以及他那些機器的事。

每到睡覺時間，凱伯威家的城堡散發出強力科技燈光，彈射過帝博拉河，耀入塔塔達黑暗的家中。

某個星期六晚上，塔塔達只能餓肚子上床，於是他睡不著。他想念他最好的朋友薩維拉。

令人傷心的是，因為傳染病肆虐，薩維拉必需離開城市，和他家人回到村莊，照顧住在那的阿姨、叔叔和堂表兄弟姊妹們。塔塔達非常擔心，因為他不曉得他最好的朋友什麼時候才會回到城市。

他再也無法阻擋自己對凱伯威的好奇，所以決定駕著父親那艘搖晃不穩的小艇，前往凱伯威的家。他爬上山，發現凱伯威臥室的窗戶正開著，窗檯上還放著一疊書。

隔著牆，他聽見市長和他太太邊打哈欠，邊告訴凱伯威，他們要上床睡覺，他應該關掉 Infin8r，然後也去睡覺。



華文區兒童環境文學家



世界未來委員會發起，環品會響應並舉辦的活動，是一個讓兒童說出他們想要的未來的平台。



永續發展目標三：

良好的健康與幸福



聯合國的報告說，嬰兒出生的死亡率已經降低，但是還有超過 30 萬的母親，還是因為懷孕或出生時缺乏照顧而死。

愛滋病、瘧疾、B 肝病毒、熱帶疾病、肺結核、髒水、不衛生、營養不良、腸道感染，都對人類的生存與健康構成威脅。

更糟糕的是，住家與戶外的空汙愈來愈嚴重，直接威脅數百萬人的生命。

那麼，永續發展目標 3 是什麼意思呢？

健康、幸福的人，眼睛投向遠方，會看見什麼？如果你我是健康、幸福的人，不要忘記有些孩子根本沒有機會看到自己的一歲、二歲、三歲、四歲、五歲的生日禮物，沒有機會回憶那帶給自己無比信心與幸福的力量來源。

關於健康與幸福，我們都應該有一些基本的認識。

起碼要有安全及健康的「出生」，包括母親與嬰兒，這樣才有「機會」可言啊！要達到這樣的目標就要有醫療與衛生的專業支持，才能更降低死亡率。

其次，就像樹苗要長大一樣，前幾年是最最重要的。所以，對五歲以下的嬰兒要打預防針，並且要有適當的食物供給。

更進一步要預防疾病的發生，致力於避免藥物或事物的上癮；

有一個非常重要的「兒童權利」要廣為推動，那就是「兒童應該要及早認識自己的身體跟權利」，關於性與生產的健康不能過於避諱而忽略。

我們大家都有可能成為上述解方中的一份力量，千萬不要輕忽這股力量！



環境與健康



環境品質的好壞跟兒童的健康息息相關。

舉凡空氣汙染、噪音、毒性化學物質、劣質水源、自然區域的減少等「環境退化」的現象，都會引發各種疾病，例如氣喘、心臟病、糖尿病、癌症、生殖系統疾病、神經系統疾病與心理疾病等。

由於兒童正處於發育期，不好的環境品質對兒童的影響比成人還大。

因此，當「兒童權利公約」要求締約國有義務「確保兒童有權享有可達到的最高標準的健康」的時候，意味著各國政府有義務維護一個「**不會危害兒童健康的環境品質**」，為了做這點，一個「專為兒童考量的環境政策」是必要的。

但是，在現實世界中，多數國家的政策無法反映兒童的需求。

以燃煤電廠的設置為例。目前已經有許多強而有力的科學證據顯示，孕婦或兒童接觸燃燒煤炭排放的懸浮微粒、氮氧化物等空氣污染物質，可能導致早產、新生兒體重不足、自閉症、氣喘等疾病，甚至讓兒童的健康從出生前就受到影響。

儘管如此，世界各國政府在評估要不要蓋燃煤電廠的時候，往往沒有把空氣汙染對媽媽體內胎兒的影響考慮進去，而只考量成人的健康風險。

這樣的政策會導致許多兒童一出生就不健康，往後需要投入更多的社會資源來照顧他們，對兒童個人、家庭還有失去健全人力資源的社會來說，都是巨大的損失。

同樣的，在化學品生產、農藥使用、廢水處理、自然區域的維繫、氣候變遷的因應 等政策上，目前各國政府決策都欠缺對兒童健康影響的評估，在這種情況下，下一代的健康當然無法獲得保障。

「有健康的下一代，人類才有可能永續發展下去。」這是一個簡單的道理，但我們還需要更多的呼籲，才能喚起政府的重視。



《也許》

作者：聞一多



也許你真是哭得太累，
也許，也許你要睡一睡，
那麼叫夜鷹不要咳嗽，
蛙不要號，蝙蝠不要飛。

不許陽光撥你的眼簾，
不許清風刷上你的眉，
無論誰都不能驚醒你，
撐一傘松蔭庇護你睡，

也許你聽這蚯蚓翻泥，
聽這小草的根鬚吸水，
也許你聽這般的音樂，
比那咒罵的人聲更美；

那麼你先把眼皮閉緊，



我就讓你睡，我讓你睡，
我把黃土輕輕蓋著你，
我叫紙錢兒緩緩的飛。

◎ 附註：

聞一多（1899年11月24日－1946年7月15日），本名家驊，字友三。

聞一多的長女立瑛於1926年冬天夭折，死時未滿五歲。

這首詩是詩人寫給早夭的女兒的，卻也寓意深長的觸及了人與周遭的關係。



中國兒科始祖——錢乙



錢乙，字仲陽。浙江錢塘人，約生於北宋明道元年（公元一〇三二年），卒於政和三年（公元一一一三年）。跟鼎鼎有名的包青天大約是同一個時代的人。



兒科在中醫稱為「啞科」，因為兒童大多無法清楚描述自己的病況，因此疾病須經醫師藉由觀察和經驗判斷，或由照顧者告知身體的異常，才能了解症狀。兒科診斷另有許多困難的地方，例如嬰幼兒發育尚未完成，骨架未定，聲音未成熟，情緒多變化，造成中醫師難以藉由「問」診完全掌握病情。

錢乙在行醫過程中，也深感到兒童疾病難治。為了克服這道難關，他花了將近四十年時間，借助《顱囟經》等古代兒科典籍，結合自己的臨床實踐，撰寫出《小兒藥證直訣》一書，第一次系統地總結對兒童的治療方法，使兒科自此在中醫發展成為獨立的一門學科。

在診斷上，錢乙從兒童的臉部和眼睛徵狀，歸納可能的疾病，例如如果左臉頰發紅，就可能是肝臟出問題，

如果是右臉頰就對應到肺部，眼睛沒有光澤就是腎臟出狀況。在處方箋方面，錢乙主張「柔潤」的原則，提醒對兒童用藥要比大人更輕。

例如有一次，有位太醫拿著錢乙開的小兒藥方前來請教，不懷好意地說：「錢先生，你這是用張仲景《金匱要略》八味腎氣丸的方吧，共有地黃、薯蕷、山茱萸、澤瀉、茯苓、丹皮、附子、桂枝。你可能少用了兩味藥品（意指附子和桂枝），是疏忽了嗎？」

錢乙回說：「太醫大人，我的藥方沒有錯，您說的腎氣丸是給成人用的，小兒乃純陽之體，因此附子、桂枝這兩種易上火的藥，我把它們刪除了。且方劑應製成蜜丸，讓藥力穩定釋放，並增進孩子服用的意願。」太醫聽了非常讚許錢乙用藥的靈活變通，因人施治。（拿掉附子和桂枝的藥丸被稱為「六味地黃丸」，至今都是中醫最常使用的藥物之一）

出於對兒童病患的關心，錢乙鑽研兒科四十年，後代尊稱他為「兒科之聖」。錢乙如果生在現代，可能會發現對兒童健康最大的挑戰來自環境的惡化，進而提出以「改善環境」作為處方箋的建議也說不定。



書要讀懂，先求不懂。－ 聞一多



發行人：謝英士

主編：高思齊

作者：高思齊

插畫：黃佳音

<http://www.eqpf.org>

環境品質文教基金會發行