

## 自学窗：地方病与土壤

在人体中含量极少的化学元素称为微量元素。研究表明，人体所必需的微量元素有十几种。人体摄入这些微量元素过少或过多，都会引起身体的病变。例如，人体长期缺碘，就会引发甲状腺增生，俗称“大脖子病”。人体的微量元素主要来源于饮食，饮食中的微量元素主要受水、土壤等地理环境要素的影响。由于一地环境中某种微量元素缺乏或含量过高而导致的人体病变，是一类地方病。

经研究，此类地方病发病率山区高于平原，农村高于城镇。山区相对封闭，土壤中的化学元素主要来自当地的成土母质，从而会出现某种微量元素缺乏或含量过高的情况。平原上的沉积物来自较为广大的区域，因而微量元素的含量较为均衡。同样道理，农村居民的食物主要来自当地，而城镇居民的食物来源较广。

明确了此类地方病的病因，就可以相应地预防和治疗。例如，在食盐中加碘就可以预防大脖子病。在现代社会，商业发达，人们的食物来源较广，此类地方病也就少见了。地理学家告诉我们，广泛食用来自不同地方、不同种类的食物，不仅可以有效减少此类地方病的发生，还有利于人体的健康。