健康信箱

肝腎兩方和頸椎病

倫信參茸藥行黃欣賢

健康信箱：

上一期大漢公報介紹了足跟痛的中藥治療，我想詢問一下我自己的病，病症是：頸部痛，西醫已肯定是頸骨有問題，肩，手臂和兩個手指麻木，右手無力，拳不起，口渴，時常口損，頭腦暈脹，睡眠不好，無高血壓，脾氣不好。請指教，中醫如何解答這個問題？

——維多利亞，蔣。

蔣讀者：

凡頸椎病變所引起的頸項，四肢，上胸背，內臟症候群，統稱為頸椎病，或頸椎綜合征，本病症狀復雜，輕重懸殊不一，所以中醫治療方法也不一樣，從中醫學的角度來講，造成頸椎病的基本原因，主要是肝腎兩虧性近於寒，在中國廣東，台灣等省皆有多量出產，尤以廣州郊區出產的木瓜品種更為有名，

木瓜所含的甲種維他命，比之西瓜或香蕉高三，四倍，丙種維他命，比之西瓜高十倍有多，比香蕉高四，五倍，此外還含有蛋白質，粉質及纖質等多種營養成分。營養學家認為，木瓜含果酸甚少，可稱為無酸果類，成熟的木瓜，鮮果汁所含的葡萄糖和果糖，其營養價值之高，為水果中之上品。

木瓜的乳狀汁液，含有一種「木瓜酵素」，為最好的分解蛋白質酵素，入到胃腸裏，不但能加強消化作用，又能將多餘的或停留在胃腸管道裏的蛋白質加以分解，使到胃腸無障滯之弊。

木瓜酵素，對於胰腺分泌有很好的促進和調整作用，倘有於胰腺分泌障礙，引起消化系統發生了病症，以熟透的鮮木瓜，或者用木瓜煲湯作為食療品，往往收到良好的效果。

在樹上長到熟透的木瓜，就此可以生食，至於未成熟的木瓜，可用以汶魚燴肉，作為普通瓜菜食用，經常以木瓜配製肴菜佐膳，對患有消化不良問題的人是很有好處的。倘由於消化障礙所引起的大便秘結，經常稀爛，胸腹部不時發生脹滿不舒，抑或患有慢性腸膜炎日久不癒，皆不妨用木瓜作為食療品來調理。

產後，乳汁不足以哺育嬰兒，用木瓜配合肉類煲湯佐膳，有增加乳汁分泌之效，木瓜能潤肺，清肺燥肺熱，除熱痰。但肺弱多痰之人，不宜吃鮮木瓜，應將它燉熟食之，至於身體弱之人，尤其胃腸有「寒滯」問題者要食用木瓜來助消化的話，將木瓜燉熟，或配合肉類製成肴菜食用為佳，一般將木瓜作為食療用途，最好配合淨瘦猪肉，或鯇魚尾煲湯佐膳，只要煲足三小時以上火候，就算身體稍弱之人飲用亦無妨。

節瓜

節瓜，在藥用方面，有利尿作用，如腎臟炎，小便不利，全身發生浮腫，不妨多食節瓜，可能使小便通利，浮腫減少或消退，節瓜含有乙種和丙種維他命與多，是富有營養的瓜類。

人們素來相信節瓜最「正氣」，因此產後婦女，虛弱病人，老少食用皆無所禁忌，且認為病人食之，能清理胃腸污穢，減少併發症發生，在舊社會裏，農村遇到兵荒賊亂或禾米失收，糧食發生問題，每以節瓜代飯。

夏日天時，用節瓜煲湯飲，對感冒可有預防作用，倘流行性感冒發現太多，用節瓜煲湯飲，多吃一些瓜肉以清理胃腸污穢，總有減少被傳染的可能，就算染上了感冒，由於胃腸沒有污穢積聚，身熱亦容易消退。

暑氣太盛，人們會感到困倦，肢體疲勞，此乃熱浪影響腦神經使然，倘平日不是寒底子者，不妨以節瓜湯作日常飲料，飲後能保持小便通暢，困倦疲勞情狀自然清除，有時食煎炸食物太多，可能引致喉嚨發炎作痛，有時劇痛難受，民間每以節瓜作為救急止痛用途，方法是：用一個節瓜，刮去青色的表皮，磨爛榨取其鮮汁，加入少許白糖（亦有人加入些少食鹽）用滾水沖服，有消炎止痛之效。

兒童脾胃如果有熱氣，則性情暴躁，吵鬧無常，且容易產生熱痰，倘經常以節瓜給他佐膳，不但經濟實惠，更可清理脾胃熱氣，消除熱痰，避免痰滯發熱之類病痛，有些兒童，由於身體有熱痰問題存在，身體若然感冒發熱，往往併發抽搐，根治之法，平日應留意清理熱痰問題，抽搐就不會發生了。

藥材經驗

當歸

廿年 中國參茸藥材行黎鸞祥

嚴寒的季節很適合進補了，在最近幾期我將會介紹一些有關合時之中藥補劑，在前星期已介紹過花旗參的食法與及在中藥的用途，今期又特別向各位讀者介紹一味大衆的補藥，這是一味最流通頗受大衆所熟識，價錢又很普通的，就是稱為西歸，即是普通稱其為當歸。

當歸屬於補益之藥，補益藥之意義，就是補血、補陽、補陰，一般很適用於氣虛四肢疲怠，腹瀉，自汗，血虛面色萎黃，頭暈心悸，子宮脫垂，月經不調，畏寒畏冷，陽痿，遺精，陰虛咳嗽尿頻等，此乃是最常見的病症。

現在首先講下當歸生長的環境。當歸是人工栽培的，野生是不能入藥用，一般栽培在山區或平坦的地區，需要在氣候比較潮濕陰涼的地區，主要產地為陝西，次為甘肅，四川、雲南等地方，每年在霜降前後採挖，再需要熟練的泡製過程，然後才可備作應用。當歸更可分為：當歸頭、當歸身、當歸尾，但各部均有不同之功效，不論屬那一部份，對於人身體俱有極大之幫助的，但在此地均聞得有些人士，誤解當歸是女界專有藥物，此是絕非正確之解法。因為女界只是多喜用當歸燉食或配劑之用，只要配合適當，男女老少均可食用當歸的。

因為當歸之功效，能補血、祛風、活血、治風濕麻痹、調經、祛頭風、增強體力、補精、養陰等等，例如，一般常見的，風濕血少，四肢酸痛，手足冰冷，可配入：全當歸、川獨活、雙寄生、絲瓜絡、黑蠶芪、大南棗、生薑等，煎水飲服，具有療效。又例如腰背酸痛、遺精、早洩等，則用當歸加入：所養、黃精、金櫻子、山茱萸、補骨脂、淫羊藿、梧州蛤、北鹿茸等等，也有卓著之療效。

養生之道

中華特價中心供稿

木瓜

中醫藥物學所記載的木瓜，與市面上鮮果店出售的木瓜，性味和功用皆不同，顯然是名同而實異的果類，有人以為同是一種木瓜，只是藥用採其生而青者，食用則擇其黃而熟者而已，這種見解無疑是錯誤的。

本文所談，是市面鮮果店所出售的木瓜，此種木瓜，味甘而清潤，但

醫學研究

牙痛的中藥治療

卑詩中醫藥學研究會 李鶴儔

牙痛是一種常見病，但令人難受。有一句俗語說：「牙痛慘過大病。」在這裡向大家介紹一些治療牙痛的中藥方：中醫治療牙痛應分辨虛實，如是虛火牙痛則表現為：口乾咽痛，牙肉浮腫，口腔或舌有潰瘍，或潮熱等，這種病因多是陰虛火旺，以肝腎陰虛多見，有些人因睡眠不足，或開夜工，也可引起虛火牙痛，治療：熟地五錢到一兩，知母三錢，石膏五錢，皮三錢，澤瀉三錢，淮牛七三錢，淨水煎服，這藥方有瀉胃火、清胃熱、消炎止痛功效。

在家庭中碰到牙痛的人，又不知是虛火牙痛，還是實火牙痛，可以用下列二條驗方治療：

(一)熟地一兩，麥冬三錢，淨水貳碗煎存八分服。(二)生地一兩，玄參五錢到一兩，淨水貳碗煎存八分服，也可用豆腐、粉葛、蠔豉加瘦猪肉適量煲湯飲服，也有壓火功效。

當然，牙痛嚴重，有蛀牙或其他牙病要根治的話，要去找牙醫診查清楚，及時治療，才能徹底治好。

醫學特輯

（本版文字僅供參考）

運好行

招登賀年廣告啓事

逕啓者：凡有任何社團，商號或私人，如欲在本報刊登一九八六年賀年廣告向僑胞賀歲者，敬希在本月廿五日前撥電話：六八五·八五七五與本報營業部聯絡。

大漢公報謹啓

TOM LEE

X'MAS SALE • A • BRATION

大平賣 聖誕新年

PETROF YAMAHA

PIANOS — ORGANS

SALE — SALE — SALE

On Selected Stock

★ Great Savings
★ Easy Terms
★ Best Selections in Town
★ Future Service Guaranteed

STORE HOURS:

9 — 9 p.m. Weekdays 12 — 5 p.m. Sunday

952 Granville Street 685-8471

10068 King George Hwy. Surrey 589-1344

和安芽菜公司

WO ON CO. BEAN SPROUT

秘魯 美國 澳洲 綠荳發行

電話：684-0965

430 COLUMBIA ST. VANCOUVER B.C. V6A 2R8

承建新屋

新關誠建築公司十多年經驗價錢平材料好請參觀 2433 E.7 街 873-0507 PAGER 667-0919

雷威律師事務所

RAY D. LOUIE & COMPANY

BARRISTERS & SOLICITORS

雷威律師 林彩港律師

商業投資，房屋交易

公司登記，遺囑遺產

黃文威律師

民事，刑事訴訟

家庭法律，移民法律

精通國語，粵語，客家話，台山話，英語

＊＊初次顧問免費＊＊

223 Main Street, Vancouver, B.C. V6A 2S7 PH: 687-7531

秋葉原影視

溫哥華華埠片打東街125號（金菊園對面） 電話：687 3302

125 E. PENDER ST. VANCOUVER B.C. V6A 1T3 七天營業 上午十時至下午七時

代理 亞洲電視 港、台、日及東南亞各類最新精選名片

最新運到 阮玲玉 黃杏秀 伍衛國 主演

高速迴帶機

☆前後轉帶
☆自動停帶
☆音樂提示
☆自動清潔影帶
☆保用九十天

原價 $89·99

會員特價 $64·99

新新珠寶金行

溫哥華緬街547號

TEL:(604)683-1920

SUN SUN JEWELLERY & ART CO.LTD.

547 MAIN STREET VANCOUVER B.C.

七折 足金時價

廣東餐館

KWANG TUNG RESTURANT

137 E. PENDER ST. VANCOUVER B.C.

電話：682-1514

各種腊味煲仔飯

大 $7.85 （足兩位用）

小 $4.25

特價快餐酬賓券 每位 $ 2.75 由即日起至十二月底止 歡迎預購

特價酬賓席 $79.00

新樂酒家

由名廚蕭燦源主理

精美點心 天天茶市 樂也融融共聚一家

新知舊雨共進美酒 酬賓席 特價席

奶油腸龍蝦 式熱菜 油池象拔蚌 奶油生菜龍蝦 玉關海中鮮 酥炸生蠔 雙喜燕滚翅 雞茸燕窩羹 紅運脆皮鷄 紅運炸子鷄 北京片皮鴨 佛山柱候鴨 雞南火鴨片 碧綠雙鮫 清蒸游水班 菠蘿古魯肉 幸福炒飯 清蒸游水石班 干燒伊麵 上等絲苗 甜品 $128 合時生果 特價 $79

飯晚市茶 一律八折

地址：溫哥華片打東街263號 電話：681-7461

營業時間：上午十時至晚上十時 七天營業

華僑金行

WAH KIU

聖誕酬賓 大減價

足金時價

WAH KIU JEWELLERS LTD.

504 MAIN STREET 華埠VANCOUVER. 電話669—3247