肩週炎的治療

醫學研究

卑詩省中醫藥學研究會 李鶴儔

肩關節周圍炎又稱肩周炎，是肩關節周圍軟組織的一種退行性炎症，本病十分常見，多發生在五十歲左右，故又有五十肩之稱，中醫叫肩凝症。

病因：(一)外傷由於用力不當，扭傷肩關節周圍軟組織，使血脈受阻，形成血瘀，不通則痛。(二)感受風寒濕，凝滯血絡，使筋肉失養造成疼痛及活動障礙。中醫認爲本病發生每因年高氣虛血弱，筋骨失養，加上感受風寒濕熱或勞損等造成。

表現：肩部疼痛，多呈廣泛鈍痛或割痛，日輕夜重，急性期不敢按壓患部，關節運動受障礙，上肢不能後伸或上舉，穿衣，梳頭等日常生活及工作均受影響，有的引起上肢，或肩部肌肉萎縮，本病多呈慢性進行，也有急性發作的，病情可達數周或數月數年。

治療：應養血寬筋，祛風通絡爲主。現介紹蠲臂湯加減治療本病，效果良好，也可配合外敷藥物或針灸、按摩等，以增強關節功能。三注意調理身體，做適當運動鍛鍊，以增強關節功能。三平時多益力更強。蓋黨參黨參同燉，其補粉質，少量脂肪，味甘性平，含有澱糖質甚豐，入胃後，能助腸胃之消化，促進對乳糜之吸收，又對淋巴系及血行系統有促進新陳代謝之作用，故能補脾胃，生津液，對於一切衰弱症，可強健機能，且能強心力，壯精神，生津液，止驚悸，能補肺氣，其性陽兼有陰。而北芪則味甘性溫，陰氣絕少，能入脾補氣，固表實衛。故參芪相輔爲用，以燉脊髓虛損，用以燉脊髓，可滋養神經組織，增強記憶力，能補髓神經，有預防衰老之效。

不過，動物之血，身體虛羸者，以燉雞，亦可補氣宜善用之。

□本欄各篇有關中醫藥學著作，只供同好研究之用，特此聲明。

醫學特輯

芪黨燉脊髓增强記憶力

飲食健康

伍卓琪

如果你覺得記憶力衰退，對許多事物容易忘懷，必須從速加以調補，使記憶力加强，否則，每每足以誤事。即以莘莘學子而言，對所學常有遺忘，學業成績自然大受影響。而調補之道，燉食猪脊髓或羊脊髓，當有良效。如配北芪，黨參同燉，則取效尤宏。

脊髓何以能增强記憶力？其理安在？因爲無論猪脊髓或羊脊髓，乃動物體內之植物神經組織，食之能滋養神經，並治內臟諸般衰弱，補益腦髓，蓋脊髓上通於腦，下達尾閭，爲腎脈之總綱，諸陽之本。故凡腦力衰退，記憶力減弱，或青壯年人稟賦素弱，斷喪過甚，未老先衰之神經衰弱患者，攝取動物脊髓，當有一定的補益。

古醫朱丹溪之「大補陰丸」，主治骨蒸勞熱，肺痨咳血，煩熱盜汗，就是用猪脊髓配合知母、黃柏、熟地、龜板等研末，煉蜜爲丸，並可治真陰耗損、水虧火旺之症。

葉天士「臨症指南」醫案治虛損病者，亦常用猪脊髓，後人用以治腦髓，則可滋補腦神經衰弱，確有良效。

又據坊間實驗指出：五十歲以上的人們，由於生理逐漸退化，如果腦力不足，則記憶力亦見減退，遇事遺忘。但服食動物脊髓，則可滋補腦髓神經，有預防衰老之效。

不過，動物之

菊花茶可防治眼疾

健康信箱

僑信參耳行　黃欣賢

健康信箱：

我每年夏天兩眼時不時有一點紅絲，少少有點干痛，不痕癢。詢問：平時應該飲點什麼呢？

黃先生

黃先生：

由于你來信所提供的資料太少，所以筆者無法幫你分析你的疾患是由何種原因引起的。一般來講，眼有紅絲、微痛、干燥、無癢等症狀，與中醫學中所談的風和熱有關。因此，筆者建議你每天飲服杭菊糖茶，用以防治眼疾，也許對你有一定的幫助。

杭菊，即菊花，因產于浙江杭州而出名。杭菊是菊花科植物菊的頭狀花序。它的性味甘苦、涼、入肺、肝兩經。

杭菊內含揮發油、腺嘌呤、膽碱、水蘇碱、菊甙、氨基酸、黃酮類、維他命B1等。菊花的功效是疏風、清熱、明目、解毒。古書記載道：菊花有「主諸風頭眩、腫痛、目欲脫、淚出」、「養目血」和「去翳膜明目」等等。

在飲服菊花茶時，每天的用量是五錢至一兩。方法是將菊花放在茶壺囊，用滾水沖泡開片刻，然後放入冰糖數枚即成。或者菊花與冰糖共同放入水中，略滾（即煮的時間不能太久）後，去渣，代茶。常服菊花茶對眼疾的預防和治療都有幫助。

跌打風濕
周頌堯教授白鶴內外功拳
神效按摩自療。哮喘。鼻敏感。胃。頭頸肩膀背膝 關節諸傷痛 免費洽
東15街 649號
電：872－8720

譚公廟
▲域多梨埠唐人街頂樓。
1713½ GOVERNMENT ST., VICTORIA. B.C.
每日上午九點至下午四點
逢星期一下午休息。

魚王金魚平通全國
金魚半價魚種買二送一。廠大特價
四吋90加倫大紅$259全套10至33紅每加倫只賣1元748E喜事定街保證平多買有價講2532633

清貨大減價
有SEARS存貨出售。各類商店裝置櫥列箱。絡質及玻璃陳列。旋轉、圓型、組合衣架。等等。
256 E.2ND AVE,。頂樓。英語電：874·1371或437·7491

教授鋼琴
經驗女師招收各級鋼琴，英，粵，樂理，潮語，通國保送考試，請電：327·9310

教授數理
學物理。經驗教師。英文講解數
5·電話：4350·4370
870 導先生

園藝服務
剪草。修樹。倒樹
花園清理。鋪草鋪石
清理。鋪草鋪石
價廉。負責任。請電話：253·4046 蔡

衣車出讓
全新(JUKI)牌。褲頭挑脚愛針單針摺骨等衣車特價出讓
佣金請電435·7165陳洽。

醫學特輯
□本欄各篇有關中醫藥學著作，只供同好研究之用，特此聲明。

VIDEO FAIR 平霸視聽中心 七天營業 電話：687·2293
UNICO'S 39E PENDER ST. VANCOUVER, B.C CANADA V6A 1S9 片打東街39號（文化中心對面）
PIONEER 先鋒牌
家庭音响及汽車音响
爲酬謝顧客 由六月起
（一律八折）
及代辦 I.C.B.C.
KODAK 錄影帶
日本出品 品質優良
T-120 L-750
特價 6·99每盒
最新八七年
SANYO 高級錄影機
HI FI, M.T.S. DOLBY.
ON SCREEN DISPLAY
VHR,2900
特價 $899·00
大減價
最新運到
唱片$9·99每張
唱帶$7·49每盒
SANYO
ZENITH
PIONEER
TOSHIBA
設有修理部
專人修理
T.V. 錄影機
收音機 汽車機
及家庭音响器材等

Raga Restaurant
... the finest in East Indian Cuisine
眞正享受印度食品
LUNCHEON BUFFET（中午自助餐）
（星期一至五 $6.95）
（星期六至日 $7.95）
*定座電話：733-1127
七天營業
地址：1177 W. BROADWAY, VANCOUVER' V6H 1G3

RUMAH JAVA
Restaurant
1626 W. BROADWAY VANCOUVER, B.C
●嘗試地道印尼食品●
著名●沙爹燒烤肉
●米飯 ●咖喱
●春卷 ●炒飯
有酒牌 訂座電話：736-7951
午餐：11:30a.m.—3:00p.m.
晚餐：5:00p.m.—11:00p.m.

DONG PHUONG 冷暖水電工程
CONTRACTORS LTD.
2165 E.HASTING STREET, VANCOUVER, B.C.
安裝、修理、保養
餐館、住宅廚房全部設備
專科冷氣、雪櫃、水喉、不銹鋼爐頭安裝燒釬。
特設24小時緊急修理服務 快捷妥當 收費特廉
TEL: 253-3913 PAGER: 667-0005

W/M Rice 大西方米廠
WESTERN RICE MILL LTD.
隆重介紹
最新運到泰國特級香米
種類如下：
雙龍牌，金龍牌，天龍牌
及正庄糯米
美國德州太陽"SUN"牌
長身絲苗白米
美國加州鑽石牌 (CALROSE)
短身白米
美國長，短身糙米 (BROWN RICE)
美國金門牌糯米 (CAL PACIFIC)
中國24/28大粒花生仁，
張家口發菜綠豆
批發零售
一律歡迎
價錢特平
常備各類米種
歡迎來電查詢
設有寬大停車場
地址：1000 PARKER ST. VANCOUVER, B. C. V6A2H2
電話：(604) 251-6341, 251-6342 CABLE: WESTRICE
近 VENABLE ST. & CLARK DR.

燒釬工程
修補不銹鋼·銅·鐵·鋁等大小工程·
請電：874·6017 包洽·

02 電瓦內
075 話仔外
23 余水油
3 · 生潤漆

清潔打臘
健良清潔公司
電話：八七六·三八五四
傳呼機：六四五·七〇〇一

新機器洗地氈梳化椅
即洗即用不褪色不縮水或變
樣，假日晚照服務，專洗餐
館烟囪爐頭工商業住宅清潔
打臘八折優待
晚電：253·5710
中英洗地毡

金記
874·0009
工精價廉
屋頂土庫內
瓦仔間格外
油漆

思維裝修
電話：二二九一六〇
保險投資移民顧問
園藝代理機票燕梳
油漆水電清潔剪草
鋪屋栢文大小工程

標記洗地毡
專潔洗各種地毡·洗窗門
二五三·五六七二

修理水喉
乾洗衣機
修理水喉
爐頭電火
請電：八七六·四九〇九
陳洽

HAIDA THEATRE
3215 KINGSWAY • 435-2333
成人電影
性感●香艷
●新潮●刺激●
加拿大首創情侶廂座乾淨的戲院
每星期有新戲放映
HOT! HOT! DOUBLE BILL
SOME KIND OF WOMAN
Starring Ginger Lynn Joanna Storm
&
FOR SERVICES RENDERED
Starring Cyndee Summers
RESTRICTED
18+
WARNING: Completely concerned with sex
No. 1 ADULT CINEMA IN VANCOUVER
SHOWTIMES DAILY: 11 a.m., 1:30, 4:00, 8:30, 9:45 L.D. BIN

李偉運輸公司
專運送傢辦理香港移民出入口行裏包裹，並家具什物搬運，有大棧房代客存貯
晚間電話：二五四·三〇六二

修理水喉
新造廁所
電話：251·6248余洽

英皇電器修理工程
合格牌照，新裝電火，免費估價，電器修理，日夜應命。
電話余鴻智 二九八·五八七八

永恒裝修建築公司
特價優待大小裝修
估價準＝平！經驗豐＝快！
工具齊＝靚！顧客讚＝信！
電 271·1393 國粵英語

强華公司
KENWARD CO.
1685 E. 60TH. VAN. B.C.
V5P 2H5 TEL: 325-0909
修理各種電器，煤氣水喉，承接大小工程，服務妥當。
價格克己
保證滿意

佳記
修理水喉電燈
按裝熱水爐·
栢文護理·
電話：二五五·六四九七
傳呼機：六六七·九〇二一

BING PLUMBING
1976 炳記 HEATING PLUMBER GAS Sales and Service
428 Salsbury DR. Van. 電話 254-4935
一流裝備
安裝樓房水喉 潔具·渠務·煤氣·消防喉。
接駁政府地下水管·修理屋頂·土庫·漏水
·電動通渠· SEWER SEPARATION; SUMP TO CITY SEWER;

邵氏（遠東）戲院
254 EAST HASTINGS ST., Tel: 684-7733
放映時間 每天晚上7:30制片；9:30正片。
星期六、日及假期 加開2:30制片；4:30正片。
歡樂5人組
瘋狂世界·嬉笑怒打
德寶繼「富貴迫人」又一動作喜劇巨片
岑建勳、吳耀漢、羅美薇、爾冬陞、馮淬帆、高麗虹
麥德羅
德寶 睇好戲 睇好戲
副片 鬥氣小神仙 PUPPY LOVE
蘇靜雯 領銜主演
林姍姍 張衛健 白允然 陳俊國

若木大戲院
319 MAIN ST., VANCOUVER, B.C. TEL. 683-8888
溫哥華緬街三一九號查詢電話683·8888
一國兩制一屋兩妻
今期盛大獻映
一屋兩妻
國府統請
鍾鎮濤 梅艷芳 陳友 夏文汐 領銜主演
同場 義蓋雲天 周潤發 呂方 王祖賢

龍城戲院
1660 EAST BROADWAY TEL: 872-7171
單線午夜場
7月10日星期五晚 加開7月11日星期六晚
昂然進入第三週
橫財三千萬
麥嘉 曾志偉 劉家良 林青霞 徐小鳳
香艷 同期國府統請
副片 鬼馬開心鬼
黃百鳴 張曼玉 開心少女組
笑裏藏刀 驚魂密佈
鄭浩南 張曼玉 呂方 羅明珠

FOX Cinema
RESTRICTED limited admittance if under 18
Main at 7th Ave. 874-3116
成人電影院 有冷氣
35 MM 彩色電影
兩部成人電影 Graded XXX
FIRE STORM
GRADED XXX
MIDNIGHT HEAT
WARNING
COMPLETELY CONCERNED WITH SEX
B.C.DIRECTOR
放映時間由上午十一時至深夜
成人$4·50 老人$2·50
夫婦$7·50
五時後免費泊車在戲院後面