夏秋兩季慎防疾瘧

陸超

最近從大衆傳播媒界呼籲各市民要慎防瘧疾聲中，想起了在這夏秋兩季之間，確是瘧疾橫行的大好時機，在此務請各人勿掉以輕心。

瘧疾的主要傳播是從蚊虫而來，我們平日所稱的瘧蚊，其原名應為按蚊，與其他一般的蚊虫特徵和形態有不同之處。按蚊翅膀上長滿斑點，俯伏時身體與停落面成角度，但在幼虫階段（亦稱子子）時身體却與水面平衡。由於在炎夏轉秋兩季中，攝氏氣温常徘徊於三十餘度左右，極適合各式各樣病菌滋長，加上兩季間常有大量雨水，碰上有些地區疏水系統不暢時，便自然堆積大量污水，有利蚊虫在此處繁殖，按蚊就在這天時地利的環境下，進行傳播瘧疾的使命。

目前全世界約有一百零六個國家和地區，大概超過十七億人口受到瘧疾威脅；而我國雖然近年來積極做好預防措施，患瘧疾人數日見減少，但據統計每年因染此病而求醫者仍達二百多萬人，因而在云云衆多的傳染病中，瘧疾仍是目前全球發病率及分布最廣的流行病之一。

按蚊雖說是傳播瘧疾的主謀，但其主兇却非按蚊而在於一種稱樂原虫的寄生虫。當瘧原虫寄生在人體內，瘧疾就乘時而起。一般來說，瘧原虫分有四種，最常見的是間日瘧及惡性瘧兩種，而三日瘧及蛋形瘧現已極為少見。由於按蚊成長後嗜吸人血，偶爾會將帶瘧原虫的病人血液吸到自己胃內，就容易使瘧原虫的雌雄配子體在蚊胃內結合，遂在胃壁上進行繁殖後代的良好機會。大約兩星期後，成千上萬梭子狀的子孢子已成功地分裂出來，一部份分派送按蚊頭部的唾液腺，於是當按蚊再叮咬及吸人血時，口中之唾液便隨之進入人體的血液中，子孢子也間接順利地沿着血流侵入肝臟內發育。

再過一星期後，肝內細胞被迅速繁殖的瘧原孢子擠壓而引起脹破，孢子在紅血球中橫行無忌，引起了急性發作。病人發病時往往先感到手足冰冷，繼而發熱，最後出現頭痛口渴及甚至抽搐病徵。病狀維持大約三小時後，病人體温下降，全身出汗無力，昏昏欲睡。這個交替冷熱過程由於頗為特殊，因此也有不少人稱瘧疾為「寒熱症」。

除了從病狀方面可診斷瘧疾外，抽取小量病者血液作血鏡檢查也可正確觀察血內是否有瘧原蟲存在，加上在患者發作幾次後，從測驗紅血球數量減少，血液內血紅蛋白降低，白血球數目驟降等血液化學分析，也都能協助檢驗瘧疾的存在價值。然而，由於發冷高熱等病徵在瘧疾患者初期不甚明顯，而且發病時之相隔時間往往較長，初期是隔天或甚至數天發作一二次不等，因而許多病人往往誤以為只染有感冒而疏忽迅速求助，造成日後病情嚴重時，因昏迷及搶救不及而貽誤寶貴生命。

要有效地防治瘧疾，最基本及根本的方法莫過於杜絕虫蚊的滋生，間接也斷絕傳播瘧原蟲的機會。在大都市裏，樹木較少，招惹蚊蟲的地方也較少，唯一要注意是弄好家居衛生，切勿長期讓污水堆積。至於居住在郊外或草叢茂密的住户，最簡單而有效的預防感染瘧疾方法乃是正確使用蚊帳及驅蚊用具，或定期接受預防注射。

病人先捐血給自己 以防染上愛滋病菌

任何人如果不幸要接受外科手術之前，他們一定有點恐懼，現時他們的恐懼相信又再加深一層，因為已發現有人因輸了受感染血液而染上愛滋病。

最近，美國有十三個醫生及血庫人員在貝塞斯達的國家衛生組織舉行會議，討論如何確保輸血的安全問題。他們開會後得出一個可令病人放下心頭大石的結論，那就是已確定要接受外科手術的病人，在可能情況下，可先貯下自己的血液，供自己接受手術時輸血之用。

據該會議的主席查爾瑪斯表示，他們有此想法，並不完全因為愛滋病的出現，其實即使沒有這種病的存在，接受別人的血液，是具有過敏反應及血型不符（雖然發生次數很少）的危險，而自己替自己輸血，就是最安全的方法。

不過，該委員也提醒一般人不要妙想天開，以為可隨時將自己的血液存在血庫裏（也許私人機構可辦到），作為積穀防飢、只怕萬一之用，因為如果人人都在血庫「開户口」，那是會妨礙那些緊急的血液供應的，美國紅十字會表示，現時的捐血體系，原意是健康。為有病的人捐血，如果太多人只為自己捐血，那麼他們就需改用另一個體系實行，那將是十分損耗人力物力的。因此，可預期到，自己給自己捐血，即使諸實行，也只適限於個別的需要，絕不會適及每一個人。

該委員會也明白他們的建議具相當的限制，因此也同時呼籲要盡速改善血液的愛滋病菌試驗，以期達到百分之一百安全。

鄭啓明

少吃糖照樣能得齲齒

陳瑞揚

人們普遍認為，吃糖過多易患齲齒，許多家長一旦發現孩子患了齲齒，就禁止孩子吃糖。實際上少吃糖或不吃糖的孩子照樣可以患嚴重的齲齒，原因是食品中大都含有糖的成份，少吃糖並不等於真的少吃糖，再說糖是三大營養素之一，對人體健康非常重要。所以不讓孩子吃糖不是預防齲齒的積極方法。糖本身對牙齒不產生任何有害的作用，口腔中的變形鏈球菌是引起齲齒的主要病菌。

這種細菌將蔗糖轉化為葡聚糖，這種糖可使幾十種細菌粘附在牙齒表面，大部分細菌利用殘留在牙齒上的糖產生有機酸，牙齒受到酸的浸蝕而形成齲齒。知道了糖與齲齒的關係，只要吃完糖和飯後漱口，去除口內殘留的糖，即使多吃糖也不會發生齲齒。

由於食物過於精細，牙齒無需用力咀嚼，牙頷系統缺乏生理刺激而趨退化。由於頷骨退縮，牙齒就會排列擁擠，造成阻生齒和牙列不齊。牙齒不齊會造成食物嵌塞，容易患牙周炎。現代醫學認為，叩齒可以發揮咀嚼運動所形成的生理刺激。所謂叩齒就是每天早晚空口稍用力咬合數十次。兒童叩齒對牙列不齊有一定預防作用。成人叩齒可增强牙周炎組織抵抗力，減少牙周病的發生。

現代生活中，人們不要輕視飯後漱口和叩齒的作用。如果您想保護好牙齒，請按下面的順序進行口腔保健：早晨醒後，空口咬合數十次，然後刷牙，刷牙方法要正確。刷牙後吃早飯，吃飯時要雙側牙齒咀嚼，不可只用一側。要充分咀嚼，雙側充分咀嚼可刺激唾液分泌。

再者冲刷污物，也使牙周組織强健，牙頷整體受到生理刺激，不致發生單側廢用性萎縮。飯後用清水漱口。午飯後，有條件者最好刷牙，一般用清水漱口也可。

食物養生

芋和芋莢可作外用藥

盧勝

芋，亦可作為外用藥治療某些疾病。例如治療輕度的火燒傷及輕度的沸水燙傷。治療的方法是：將新鮮的芋仔刮去皮，切碎，搗爛如泥狀，加入適量的芝麻油攪拌成糊狀，然後敷於燙傷處。此方載於《中國藥植圖鑑》一書。

皮膚上一些凸出皮面的粒狀物，顏色如正常皮色一樣，這多數是疣。疣是由皮膚感染病毒引起。這樣的疣，也可用芋外治。方法是：將新鮮的芋仔切開，以其切口用力擦患處，每次約擦十分鐘，每日擦三次。擦時要小心勿擦着健康皮膚，否則會引起皮炎皮膚痕癢。如有此種情況，以生薑切碎搾汁，以生薑汁搽皮炎處，可以消解。

蜈蚣是毒虫，蜈蚣的第一對足的末端有利爪，爪上藏有在足基部的毒液腺的出口，此爪刺人或其他動物時，即放出毒液，注入所刺之處，引致劇痛和紅腫，重的可有頭痛、眩暈、甚至發熱和昏迷。平常人們常常說蜈蚣咬傷，其實是刺傷。蜈蚣螫傷如不嚴重，用芋亦可治療。方法是：取芋仔一個，刮去皮，切碎搗爛，用以敷治蜈蚣螫傷處。

新鮮的芋葉柄，亦可作為外用藥治病。最有效的是用來治蜂螫。據說用芋莢（即指鮮芋葉柄）治療蜂螫，是向蜘蛛學來的。

沈括著《夢溪筆談》云：「處士劉易，隱居王屋山，見一蜘蛛為蜂所螫，墜地，腹鼓欲裂，徐行入草叢，嚙破一芋梗（即芋葉柄），以螫處就破口磨之，良久，腹消如故。自後用治蜂螫有驗，由此」蜂及蟻等昆虫的毒液，主要是一種名為甲酸的有機酸。甲酸又名蟻酸，如將甲酸搽於皮膚上，則其感覺與蜂螫蟻咬無異。芋莢柄的汁液會有一種皂角碱成分，這是一種碱性液體，故能中和蜂、蟻的酸性毒液。因此，如遇蜂螫蟻咬，趁毒液未深入，立即折芋葉柄擦之，其碱性液即可中和蜂毒的酸性，故有消腫止痛之功。

《湖南藥物志》載：鮮芋葉亦可治療筋骨痛和無名腫毒。方法是：將鮮芋柄搗爛敷患處。要注意的是勿敷於非患處，否則會引起皮膚痕癢。

在野外遇蜂螫，找不到食用的芋葉柄，用野芋（又名痕芋頭）的葉柄擦治患處亦可。

家芋的葉柄亦可食。將其外表較韌的一層薄纖維撕去，切段，即可用以煑肉類吃，味頗可口。

恒昌海味食品公司
HANG CHEONG COMPANY
HANG CHEONG
貨源充足
價錢相宜
專營
海味 藥材 鮮菓 蔬菜
溫哥華片打東街一五九號
TEL: (604)-687-3909

防盜 JIM'S WELDING LTD.
供應家庭及工商各界下列產品：
（工場）324—1020
（住家）325—8922
傳呼機 645-3103
防盜花窗・大小鐵閘・
花園欄杆・貨車鐵架・
交貨快捷・上門燒焊・
大門防盜窗每日24小時保護府上家人及財物安全
意埠部份，保用十年以上

NORTHWEST FOOD PRODUCTS LTD. 355 POWELL ST. VANCOUVER, B.C.
花旗麵廠 PHONE 684-9820
五磅十扎 花旗乾麵 雲吞乾麵 花旗炸麵 蒸氣炸麵 蒸氣鮮麵 鮮雲吞皮 鮮春捲皮 新鮮蛋麵 幸運餅仔

雙喜食品廠 Double Happiness Foods Ltd. 427 Powell St., Vancouver Phone: 253-4424
新鮮河粉 全蛋生麵 上海麵類 雲吞皮 春卷皮

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.
珠寶翠鑽 鑑定估價
千足黃金 純正白金
各國金幣 歡迎選購

中國大預言家 前主講華僑之聲電台命相人生・命理信箱節目
左筆權 現寓溫哥華
精批命理・標準論相・
龜卜易卦・天星擇日・
精究陰陽風水定向
接批外埠命書
新知舊雨・移玉駕臨
211, 611 MAIN ST., VAN. MANDARIN BDG. B. C. V6A 2V5.
寓溫哥華唐人區緬街611號
文華商業大厦二樓候教（大門口不貼招牌）
電話：(604)681-8008

余景輝會計師
填報入息稅
會計，核數，稅務，商業，產業管理及諮商。
地址：雲哥華片打東街一百號二〇三室（緬街夾片打街）
辦公時間：星期一至五上午十時至下午五時半星期六十二時至四時
電話：669-4406

Harry James Agencies Ltd.
Insurance and Real Estate
606 Main St., 684-1377
代理 汽車保險・房屋樓宇商業等各項燕梳
公平安當 專人指導 歡迎垂詢

中山安堂 林健龍 占卦算命
#9-507 MAIN ST. VANCOUVER, B.C.
能知過去未來。一生人財福壽占卦五元。口談算命二十元。錄音算命三十元。外埠郵寄算命三十二元結婚擇日。移居入伙。解災酬神招幽。招魂。解除災難。祝尾求運。七天候教。在住宅 467 PRIOR ST. 夾 JACKSON ST. 電話：二五四。二八六二。

金利源
GIM LEE YUEN LTD.
75 E. Pender St. Van B.C. V6A 1S9
Tel: 685-9743
經銷 男女鞋功夫鞋 瓷器拖鞋 簾器手工藝品 參茸藥材雜貨發行

永興有限公司
WING HING CO. LTD.
280 E. PENDER ST. VANCOUVER B.C.
TEL: 688-6025
經營 中國土產 明爐燒烤 冰霜海產 海味京果 涼果醬料 名畫古玩 馳名藥材 名瓷顧繡 膏丹丸散
歡迎僑胞郵電採購，代訂特種用品
電話：六八八・六〇二五

華安國貨公司 書店
VAN-CHINA TRADE CENTRE LTD.
BOOK DEP'T (DIVISION OF C.I.B.T.C.)
223 KEEFER ST., VANCOUVER, B.C. V6A 1X8
TEL: (604)681-8531
慶祝中華人民共和國成立卅七週年國慶酬賓
七折-九折
特價品除外
日期：九月廿六日至十月五日

雲埠 加拿大 泰興有限公司
Tai Hing Company
265 E. Pender St., Vancouver, B.C. Canada
PHONE 684-1028
新到大幫 超等味精 冰霜明蝦

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 GORE AVE. VANCOUVER B.C.
TEL: 689-7324
燒臘肉食 燃手鹵味 園口新鮮瓜菜生菓 冰凍魚蝦 中西什貨 代理台灣頂好公司
新運到：冷凍包點 梅菜扣肉 鹵水牛什 上海雲吞 蝦餃燒賣 木須餅 毛豈 即蒸即食 老少咸宜 門市批發 無任歡迎
地址：五三五哥亞街 七三二四
電話：六八九

B.C. Royal Cafe
119 E. PENDER ST. VANCOUVER B.C.
Phone: 681-3953
四時有不謝之花 五節有長春之草
住在大溫哥華 食在秘書賓路
天上人間
雲秘書賓路蔡根遠 埠根遠立正

元昌肉食公司
DOLLAR MEAT STORE LTD.
266 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.
PHONE: 681-1052 七天營業
駝名琵琶鴨 掛爐鴨 本公司自置設備一流新工場 脆皮大乳鴿 特製白油腸及特製白油腸，鮮鴨 爽嫩白切鷄 瘦白油腸 美味桂花腸 干腸，油王臘鷄 鮮明肉類 鮮蝦肉腸，臘梅肉，臘鴨餅。 承接金豬 探親攜帶手信 送禮自奉佳品
大特價酬賓
乾風鴨 特製 特瘦白油腸 肝腸 450g（大包裝）每包 $3.50 375g（細包裝）每包 $2.90
本埠各零售商同價發售
歡迎僑胞駕臨選購

世運分銷公司
OLYMPIC DISTRIBUTORS
1020 Malkin Avenue, Vancouver, B. C.
Tel: (604) 438-2452
本號統辦 唐山雜貨 豉油醬料 時菜鮮菓 外埠訂購 快捷妥當 零沽批發 一律歡迎
Kam Yen Jan
CHINESE SAUAGE
金然棧 腊味廠
美加風行 風味特佳 肉質鮮美 皮衣薄脆 材料純正 不含味精 送禮名貴 自用實惠

華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
1490 FRANCES STREET, VANCOUVER, B. C.
電話：255-6010, 255-6571, 255-6572
源源運到，大量供應
中國去頭有殼各西士白蝦，及去殼蝦肉
中國AAA牌去頭有殼養蝦，及去殼蝦肉
緬甸去頭有殼各西士白蝦，及去殼蝦肉
越產去頭有殼各西士白蝦及去殼蝦肉
香港澳門各西士白蝦肉，及10F蝦肉
中國各類有頭養蝦，青島大對蝦
大小西士龍蝦尾，大小西士扒蝦尾
急凍香港產鮮魷魚，去衣鮮魷筒
常備各種魚類 紅衫魚，紅鮋魚 黃花魚，白鱠魚 牙帶魚，生魚 獅子魚，墨魚 供應
香味實肉 三牙或咸魚
總經銷金冠牌
歡迎遠近採購 寄送貨快捷