怎樣和年青人和平相處？

耆英園地——以柔克剛——

老年人常抱怨來自年青一輩的敵意。例如「何伯」自從因公司缺乏人手而被公司重新召回去工作之後，他就發現同一部門的年青人常常對他抱有一種不友善的態度。有一次，何伯間旁邊一位年青同事一件工具在哪裏，這位同事竟沒好氣地答他「自己去找！」何伯只好忍氣吞聲。

這些年青人對公司中年長者，尤其是已到退休年齡的同事最不滿的是：「他們工作太認真，」及「他們（指年長者）把工作搶走。」

又以何伯的例子來說，說他工作太認真可能是事實，不然公司便不會把他召回，但說何伯搶走年青同事的工作便不對，因爲公司是因爲人手不够才召回何伯的。

雖然「何伯」只是其中一個例子，但對於廣大的高齡人士來說，生活中遇到類似的事情實在很常見。

專門研究老人問題畢茲堡POINT PARK學院多羅西·克洛博士對年長看提出一些如下的忠告：

（一）在年青同事對你有敵意之前，你就應該主動地把你自己的態度表達清楚，例如說明你的工作只是臨時性質，你並不打算和年青人爭飯碗。

在事情發生前把問題解決比事情發生後再解釋，效果要好十倍，並可令你免去一場鬧氣。

（二）解釋事情不要從你自己的角度去看問題，有些事情你覺得很在情在理，但在年青人看來却是很不能容忍的事情。

如果你不大肯定應用甚麼方法去向你的同事解釋才好，不妨先向你兒女商量一下，他們的觀點可能會比較接近一些。

（三）在遇到不愉快的事情時，切忌發火或採取消極的態度。

年青人不會因你發火或年長一些而接受你的意見。更不要採取老父教子的態度，這只能使事態擴大。

消極的辦法，如迴避，不合作，冷淡等也對事情解決無濟於事。因爲矛盾仍然存在，而且對你自己的工作也不利。

如果你發現自己的解釋不能令你年青的同事們滿意，試試請第三者去代你了解一下原因，或由第三者代你向他們解釋。

（四）有些矛盾常常是很難解決的，因爲雙方的立場差得太遠了。你越解釋他們越不高興。遇到此類情況時，不要沮喪，記住不光是年青人和年長者之間會產生矛盾，年青人之間也是有矛盾的。

如果你發現對方是在鬧意氣故意和你頂撞時，一個可行的辦法是讓時間去消磨歧見，然後隔一段日子後再向對方解釋。

曝曬陽光可致命
護士協會提警告

很多人喜歡曬太陽，並以有一身古銅色的皮膚而感到驕傲，但不可不知，科學研究已對陽光對皮膚造成的長期性影響發出警告。

醫學專家早在五十年代已發現過度曬太陽可引致皮膚癌。

統計表明百分之二十三的皮膚癌患者因癌患部位惡性發展無法醫治而致死亡。

近年來，醫生們警告說，皮膚癌有擴展的趨勢，皮膚癌已成爲目前最常見的癌症，對人類健康威脅極大。

專家們相信，在一九八八年，加拿大有四萬人被診斷爲患上皮膚癌，其中有二千二百人會發展爲惡性，五百人會因此死亡。

而在三十年代，加拿大人得皮膚癌機會僅爲萬分之一，而時至今日，一個人如果活至七十歲的話，他得皮膚癌的機會爲一比一百五十。

卑詩省註册護士協會已注意到這個危險的趨勢，今年五月五日，該協會通過決議要求衛生部長設立一個教育計劃，以促使人們更加注意暴露於陽光下和患皮膚癌的危險兩者的關係。

卑詩省瓦南地區護士協會强調曬太陽對健康的威脅。

根據她們的解釋，太陽光紫外線中有三種，其中稱爲UVA和UVB的可以穿透皮膚。

而通常的防曬膏或防曬油之類的產品，以及其他日光浴設備，例如紫外線燈，一向以來都只考慮了UVB而忽略了UVA，因爲UVB對皮膚所產生的效果可立見，如燒傷效應和皮膚起皺等。

現在，人們已認識到UVA對人的健康同樣有害。

UVA和UVB不同之處在早上十時至下午三時之間比較强烈，而VUA却是整天都有，而且不像UVB只在夏天才較明顯，UVA一年四季都存在。

通常防曬用品都只注意對UVB的防護，因而造成一種幻覺可以整日曬太陽而不產生不良症狀。

但這只是一種虛假的保護，研究已證實UVA可以對皮膚有極大之危害。UVA能削弱皮膚細胞的功能及降低身體免疫系統的作用。

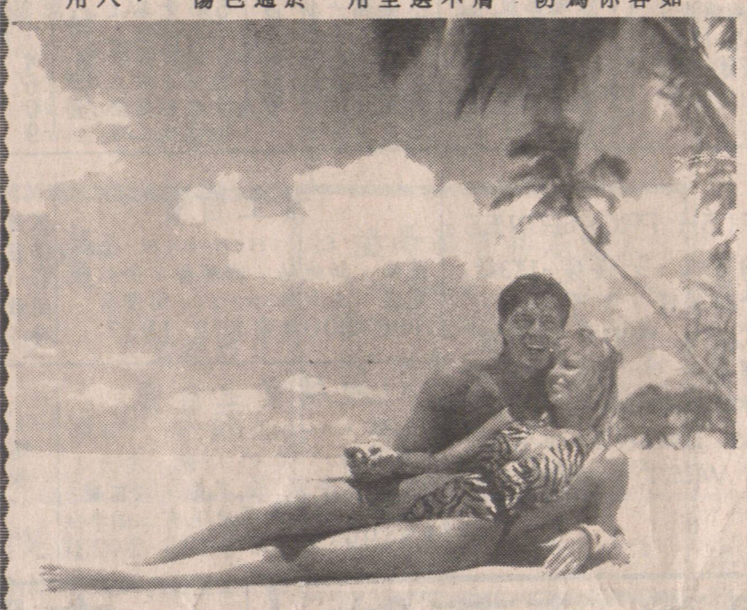
她們呼籲對公衆進行適當的防曬教育，包括怎樣選用適用於自己的皮膚的防曬膏之等級，能濾去UVA和UVB的太陽鏡，以及讓公衆知道，市面上一些所謂「健康」日光浴設備對皮膚所造成的嚴重後果。

她們並提出數項建議。例如，在選購防曬油時，應注意其所含的防曬因子的度數應適合你自己的皮膚，如果你的皮膚是很容易被陽光曬傷，你應選用防曬因子爲十五度或以上的防曬用品。

如果你的皮膚常被陽光灼傷又不容易曬黑，你可選用防曬因子爲八至十五度的防曬用品。

防曬因子低於六度的防曬用品通常只適用於皮膚色較黑及不容易灼傷者。

爲安全起見，選用防曬因子爲八至十五度的防曬用品較爲合適。



選購防曬用品時，還要注意其應含有可防UVA及UVB的有效物質。

能防止紫外線UVB的防曬物質有PABA（類氨基苯甲酸）和DABA（多種酯和肉桂酸）。

能防止UVA的有多種苯酚類物質，包括氧化苯，甲基氧化和硫化苯。

其他預防方法還包括避免在上午十時至下午三時這段時間過多直接曝露於太陽下，因此時陽光中紫外線UVB最强。

瓦南地區的護士目前正在推行一項社區宣傳活動，以期教育爲父母者怎樣防止陽光對嬰兒的傷害，例如，一歲以下的嬰兒不應受到陽光的直接照射，年紀稍大的兒童，如無適當皮膚防護也不宜外出曝曬太陽。

她們指出，單憑衣服的遮避不足以防止日光的照射。兒童期間受到一次日光灼傷可令他在日後患皮膚癌的機會增加一倍。

她們表示，無論任何人，不論年齡及皮膚類型，均需進行防曬保護。

有些人的皮膚有很强的抗日光灼傷能力，他們可能對於日光照射無任何不適感覺，但這並不意味着他們的皮膚可能隨意經受日光照射，因爲麻煩可在日後出現。

最好是能在出門半小時之前塗好防曬膏，令得油脂能滲入皮膚內，防曬膏應每隔一小時又三十分鐘至二小時左右塗一次。

還有日光灼傷不限於只發生於夏季，雪地、石屎路面、沙灘及水面亦能反射高達百分之八十五的陽光，所以任何人，不論其皮膚類型如何，不論是冬季或夏季，均應做好皮膚的防曬工作。

讀者服務

大漢公報·逢星期五出版

有問必答　怎樣選用助聽器

讀者何君來信詢問怎樣選用耳聾助聽器。

耳聾助聽器也有人稱之爲耳聾機。它的基本功能是將聲音放大以補償患者的聽覺損失。

由於聽覺損失有多種形式，故以選用助聽器應在聽覺醫生的指導下進行爲宜。

常見的助聽器有口袋携帶型，耳後掛帶型，耳內安放型等。

口袋携帶型比較古老，由於行動時衣服不可避免地和助聽器上的麥克風有摩擦，因而產生令人討厭的噪音，故已漸被淘汰。但因口袋型體積大，可做得較結實，經得起衝撞，故對於兒童配戴較合適，而且價格便宜，又能配用較便宜的AAA電池，所以有些人從經濟角度出發也採用口袋型。

耳後掛帶型是較流行的一種，它的優點是掛帶在耳後，對患者外表美觀無影響，功率可以較大，適合重度失聰者，麥克風的位置接近人耳自然收音位置，對患者分辨聲源有助。

此耳後掛帶型更進一步的是耳內安放型，耳內安放型體積更小，因而可放在外耳。因電子技術不斷發展，耳內安放型的功率也可以做得相當大了。因此它也是目前很流行的一種助聽器。它和耳後型相比，缺點在於麥克風和耳機位置太近，容易產生討厭的反饋哨叫聲。另耳內安放型仍有一部份暴露於耳道外而可以看見，有些人出於外表美觀的理由而不喜歡選用。

其他的形式還包括眼鏡型，特殊助聽器又包括骨傳導型，雙聲源型等，限於篇幅，不能一一介紹。

藝峯印刷廣告公司
現成價目表出售
方便，美觀，價平
SPECIAL　特價　SPECIAL SALE　REGULAR PRICE
MIDTOWN GRAPHICS INC.
872-8668
2410 Main Street, Vancouver, B.C. V5T 3E2

徵品優男
女四十二歲未婚高167端壯窈窕大專針灸氣功教師微商人企業家寄楊華收北京新街口外大街30號
BEIJING CHINA 100088

收藏家佳音
精緻古董名錶勞力士
(Prince Observatory Doctor)
一九三五年出廠別具一格，弓形雕花設計，浮雕花紋鍍金存盒。廉讓$2500 請電420·4866

汽車出讓
七3年棍波TOYOTA，CELICA好取價壹千壹佰元保養好，64年5時後電3244·6445

BMW 出讓
八八年白色M3寶馬廉讓，內部黑色皮，僅走八千九百公里。"3 SERIES"車身原廠設計，賽車機件，着色玻璃窗及其他寶馬豪華裝置新車市價五萬八千元，現開價$45,900有意請電PAUL MAYER 687·1144(公司)或926·8215(住家)

旺舖出租
近唐人街，626緬街地方大適合各行業生意晚八時後電5845700或3278136

舖位招租
華埠喜士定東街290號舖位出租及有菜菜冷庫器具出售電話：683·0471

寫字樓租
由二百尺至二千五百尺或更大，大小隨意，位唐人街中心，查詢電話：683·4922

寫字樓租
三九五五喜士定東街千五呎二樓有車位一千二百五十租電2944558987或4345507

旺舖招租
京士威梅龍鎮對面千七尺或八百尺舖後有寬大停車場租廉請電988·8135余小姐洽。

八四富豪
車新TURBO自動波，早上8872·2444或晚2634·4612 BRIAN洽。

華安公司
VAN-CHINA TRADE CENTRE LTD.
223 KEEFER ST., VANCOUVER, B.C.
CANADA V6A 1X6　TEL (604) 681-8531

新貨又到
各式摺櫈，
人造革摺椅，
小童摺椅、寫字枱，
咖啡枱、圓枱、方枱。
歡迎選購!!

金利源
GIM LEE YUEN LTD.
47 E.Pender Street
Van., B.C. V6A 1S9
八折酬賓
大減價
特價貨品除外
685-9743

壽康墓碑鑄造廠
Custom Bronze Foundry 1988
920 Clark Drive, Vancouver, B.C. V5L 3J8　Bus. 255-3227　Res. 321-2100
本廠精造墳園墓碑
經驗技師華人主理
代寫中文外埠定造
輸運到步舊碑翻新
承鑄各種銅質物件

泰興有限公司
Tai Hing Company Ltd.
(1981)
265 EAST PENDER STREET · VANCOUVER, B.C. V6A 1T8, CANADA
PHONE 684-1028
新到大幫
超等味精
冰霜明蝦

加拿大永康人壽保險公司
The Citadel Assurance
105-1281 W. Georgia
Van. B.C. V6E 3J7
Re: 324-2039
Bus: 684-6381
QUON ENG
華人高級代理
伍偉權
對燕梳研究近有三十年之經驗，個別之所需各有不同，凡對兒女大學教育保險金，家庭保險，房屋抵押，疾病和意外保險入息保險減低入息稅，退休儲蓄金，生意股東等各種保險，如蒙垂詢，請賜電話，極表歡迎。

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 GORE AVE. VANCOUVER B.C.
TEL: 689-7324
燒腊肉食，中西什貨，園口新鮮蔬菜，生菜，即日由台灣頂好公司運到冷凍飽點。銀絲卷，芝蔴湯丸，毛豈，木須皮，壽桃，無須鮮凍，可即蒸即食，老少咸宜。門市批發無任歡迎，逢星期三休息。地址：五三五哥亞街。電話：689·7324

SALMON
FISHING CAPITAL
每位（滿兩人爲限）
$295·00
響導帶領十二小時垂釣
兩日／兩夜
每艘船隻容納兩名遊客
住宿在海景汽車酒店·
預訂電話：
(604) 287·2706
CY'S FISHING GUIDE SERVICE LTD.
1827 - 15th Campbell River
Vancouver Is., B.C. V9W 4J8