

精液中有塊狀物正常嗎？

精液是由精子和精漿所組成。精子平時貯存在附睪尾和輸精管囊，精漿則由尿道球腺、精囊、前列腺等腺體所分泌。這些物質只是在射精前的一瞬間，才匯集於後尿道。

精液剛射出時，呈灰白色，很快即因精漿中凝固酶的作用，變成膠凍狀的凝塊。正常情況下約五至二十分鐘後，又因為前列液中含有凝乳酶，凝塊的團塊又漸漸溶化。精液中有小凝塊不足以為怪，但如果這種凝塊長期存在而不消失，就可能存在精液不液化的情況。

精液不液化可以是男性不育的原因之一，應加以治療。但要到有關醫院檢查，不要隨便服用藥物。

黃平治

我的保健要訣

來點幽默

幽默並非如有些人所說的是庸俗的，相反，它是現代社會中一種高尚的文明行為。生活中處處充滿幽默，幽默對一個人的心理、精神、體魄、即所謂「三不」(不信、不病、不窮)都有極大的裨益。不信，你可以試試。

(周文輝)

世界屋脊的藏醫藏藥

藏藥的作用，公元七世紀，文成公主入藏，帶來了五百種藏藥。藏藥的醫方，除法法五種，醫藥器械六種，醫學論著六種。公元八世紀，金城公主入藏，又帶來了許多醫藥人員和醫藥論著。到了金城公主的兒子赤松德贊時期，出現了九大著名藏醫學家，其中以宇妥·元丹貢布最為著名。宇妥·元丹貢布曾擔任過贊普的御醫，他走遍西藏各地，廣泛搜集和研究民間醫方。他結合了藏醫和漢醫的醫方。他結合了藏醫和漢醫的醫方。

清熱解渴話藥粥

此可見，藥粥對患有胃病的人，食少嘔吐，慢性久瀉，暑濕瀉痢，夏季泄瀉等症均有療效。此外，還有滋補脾胃的「羊肉粥」(豬肝粥)等。總之，吃粥可以增強藥物效力，減少副作用，增加營養，有益健康。

胡大一

白鱈補虛弱

白鱈，形如黃鱈，但比黃鱈大，全身呈圓筒形，近尾部則稍扁，頭長而尖，眼小，位於頭部，即位於口角連眼後緣。白鱈肉不膩滑，容易消化，所以，即使平素消化力弱的人，也適合吃。

虛弱

失償不得作工寢廢

美國斯坦福大學醫學院睡眠研究專家指出，如果希望日間的工作做得更好，用削減睡眠的方法並不可行。相反，不能收效。相反，不能收效。相反，不能收效。

夏果紛呈好治病

王本泉

果不僅是消暑解渴的佳品，而且是防病治病的良藥。以下簡介一些常見夏令果品的醫療作用，以供您在夏季選用。

櫻桃：它先果而熟，嬌小、渾圓、紅潤、可益、甜、酸、氣味芬芳，能大補元氣，滋潤皮膚，「治一切虛症，能大補元氣，滋潤皮膚」。

李子：「五月梅已滿林，初疑一顆值千金」。

桃子：桃有「仙果」之稱，能生津、潤腸、活血、消積、便秘、李時珍《本草綱目》說：「形如水楊子而味多酸，多用於傷風感冒引起的咳嗽、多痰、氣喘、大便秘結、不爽等症。但如果過食，生食多，筋骨，俚語「桃飽杏傷人」，亦是有一定道理的。

特選一流二手車已經過嚴格檢驗BMW汽車

1987-325i/4 豪華裝備 \$21,995	1987-M6 黑色/黑色皮座椅 罕有 \$39,995
1991-BMW-318is 12,000公里，抵買 \$21,995	1991-MB-190E 2.3 古銅色 只行850公里 \$37,500
1983-BMW 528e 自動波，理想家庭房車 \$13,995	1984-318i/2 自動波，冷氣，天窗 \$12,500
1988-BMW-M3 銀色/黑皮座椅 只行33,000公里 \$37,995	1989-Corvette 開蓬黑色/黑色皮座椅 \$37,995

AUTO WEST BMW
RICHMOND AUTO MALL
KNIGHT & WESTMINSTER HWY.
273-2217

重要通告

凡樽身出現以下備註的其中一個編號及地區名稱，才是正貨。

101
203
304
405
406

中國廣東

廣東省食品進出口公司
中國廣州市沿江西路59號
郵政信箱：69號 傳真：862716
電話：廣州 5440 電傳：44381 KFDCCO CN