腦袋大就聰明嗎？

先讓我們用人和動物來比較一下。腦的大小，平常用「腦容量」來表示。猩猩的腦容量是五百—六八〇毫升，重量是四百克；猿人的腦容量是九百—一千毫升，重量是八五〇克，現代人的腦容量是一一〇〇—一千五百毫升，重量是一三〇〇克到一五〇〇克。

但是，人腦並不是最大的。海豚腦重二千至五千克，大象腦重六千克，世界上腦袋最大的動物是鯨，它的腦竟有九千克重，比人腦重幾倍。很明顯，這些數字說明，腦袋越大越聰明的說法是不對的。

有人說，人比動物聰明，是因為人腦的相對重量大。腦的相對重量，指的是腦重和體重之比。我們知道，大猩猩的腦佔體重的五百分之一，大象和鯨魚的腦只佔體重的一千份之一，而人的腦則佔體重的五十分之一。從這幾個數字看，這個說法似乎是正確的。

可是猴子的腦只佔體重的十八分之一，以腦的相對重量來說，猴子比人大得多。猴子當然不及人聰明。所以腦的相對重量大就聰明的說法也是不對的。

這些數字都說明，腦袋大小與聰明並沒有絕對關係。

但是人的腦和動物的腦有個本質上的區別。一個成年人，全身大約有六十萬億個細胞，他的大腦皮層就有一百五十億個神經細胞。而猴的大腦皮層才只有十五億個神經細胞。人的大腦上有很多彎彎曲曲的溝紋，如果把大腦的表層全部鋪展開來，面積可以達到二千二百平方厘米。而動物的大腦都比較平滑，表層面積無法和人相比。另外，人腦的血管密集，血液的供應十分豐富，大大超過了別的動物。把人腦所有血管聯起來，有二四〇公里長。這些特點，是人比動物聰明的主要原因。

人和人相比，腦袋大和小，在智力上沒有明顯差異。俄國偉大作家屠格涅夫，死後解剖，發現腦重達到二〇一二克，而法國著名作家佛朗西的腦重才只有一〇一七克。有人聰明些，那是他在實踐中逐漸積累經驗的結果。要聰明，就得肯用腦，多用腦。

怎麼用腦是有學問的。首先是要抓緊青少年時期這個「黃金年代」。有人統計過，諾貝爾獎金獲得者的得獎年齡，絕大多數是在四十歲以前，而二十歲以前，他們都很會用腦。一個人一生的腦細胞在十八至二十歲這個年齡，數量最多。過了二十歲，就會逐年減少；每年大腦失去的腦細胞是十八歲時候的百分之零點八，到七十至八十歲的時候，腦細胞的數量只有青少年時期的百分之六十左右。隨着年齡增加，腦容量也減少，人到七十歲的時候，腦容量只有青年時期的百分之九十五，到八十歲就只有百分之九十了。

讓我們珍惜這個「黃金年代」吧！趁着青春年少，肯用腦，勤用腦，使自己變得更加聰明吧。

如何預防食物中毒

在炎熱的天氣裏，飲食稍有不慎，就會發生細菌性食物中毒。因為在熱天的溫度下，細菌極易在食物中大量繁殖。所謂細菌性食物中毒，主要是由於細菌在食物中繁殖或在胃腸內繁殖時產生的毒素，或者細菌死亡後分解出的毒素所引致，而非由於活的細菌侵害所引致。明白這一點，對於預防細菌性食物中毒是非常重要的。

引致食物中毒的細菌，主要有沙門氏菌屬、變形杆菌、嗜鹽菌、葡萄球菌、肉毒杆菌等。沙門氏菌屬引致食物中毒，是因為大量沙門氏菌死亡解體後分解出來的毒素所引起。變形杆菌和葡萄球菌在食物中繁殖時會產生大量腸毒素，這些腸毒素，對高溫有相當強大的抵抗力，加熱煮沸半小時後，仍然不會被破壞，仍有致命能力。肉毒杆菌須要在缺氧的情況下生長繁殖，故多數是在不良的過期罐頭食物中繁殖，它們在食物中繁殖時，即產生肉毒素。肉毒素比較上不耐高溫，煮沸十分鐘以上就會為熱力所破壞，從而失去毒性。

許多人有一個錯誤觀念，以為食物中的病菌之所以有害，純是由於它們是活的，如果將它們通通煮死了，吃入肚內就無害。由於持有這種觀念而又生性節儉，有時明知食物已經稍為變味變壞，亦捨不得拋棄，拿來煮沸了吃。這就往往發生食物中毒，因為細菌雖被煮死，而某類細菌的毒並不被熱力破壞已如前述。節儉不浪費是好事，但這樣的節儉法，是得不償失的。發生食物中毒時，引致醫藥費及其他的損失，比拋棄那些食物的損失何止多十倍百倍。節儉應是在留意保存食物着手，而不應吝惜拋棄變壞的食物。當然，變壞食物煮沸才吃總比不再煮沸就吃好。

吃了任何食物之後不久，如果發覺有任何惡心嘔吐的情況，切勿吃任何止嘔藥物或用任何方法止嘔。躺下有減少欲嘔感覺的作用，所以也不要躺下。不獨不應設法止嘔，反而要設法使嘔吐迅速實現。因為嘔吐是人體抗拒食物中毒的本能。當胃中遇着某些有毒食物時，胃受刺激而產生強烈的收縮，將吃入的有毒食物嘔出，這就大大減少了胃內的有毒食物，減少了中毒的可能性。醫生要替服毒或其他原因吃入毒素不久的人洗胃，也是這個道理。

如何去催吐呢？有一個很簡單的物理催吐法：先喝入一大杯白開水或淡水鹽，然後洗淨手，以手指探入喉中輕輕撫摩，或以鵝毛、雞毛之類探入喉中撫弄，通常便會立時引起嘔吐。若懷疑吃入什麼毒物或不潔之物，或懷疑別人下毒在食物中，如吃入不久，即使沒有惡心欲嘔的感覺，亦可以用此法引起嘔吐，將可疑食物吐出。

真正鷄骨草

鷄骨草是一種常用的中草藥，有些人回鄉探親或旅行，常常買一些鷄骨草帶回來。不久前有讀者來信問及，怎樣才是真正的，鷄骨草有什麼用途等。現在且在這裏談談。鷄骨草又名黃食草，小葉龍鱗草，植物學上叫廣東相思子。它是一種木質藤本植物，莖纖細，長半公尺至一公尺，常披散地上或纏繞其他植物。莖的外表呈深紅紫色，幼嫩的莖部密披黃褐色毛。葉互生，是偶數羽狀複葉，小葉七至十二對，倒卵狀短圓形，長五至十二毫米，寬三至五毫米，尖端截形而有小銳尖，葉面疏生粗毛，葉背披緊貼的粗毛，毛易脫落。花淡紅色，着生於葉腋。

花後結莢果如豆莢，外披稀疏淡黃色毛。莢果內有種子四至五粒，短圓形，成熟時黑褐色或淡黃色，扁平而光滑。

鷄骨草藥用部分是除去莢果的帶根的全草。中藥店出售的乾鷄骨草，通常是扎成一束，以乾燥、潔淨，根、莖和葉俱全者為佳。鷄骨草的種子有大毒，不能內服。中藥店出售的鷄骨草，通常已除去莢果，但買回來後，仍應小心檢視，看看是否有莢果遺留，如有，必須摘除。在本港街邊，曾見有人出售假的鷄骨草，一般人難分真假，故不論在國內或本港購買，宜向正規中藥店買。

孕婦怎樣防流產

凡是流產連續發生三次或三次以上的，就叫做習慣性流產，意思是以後懷孕仍有極大可能流產。

然則有過流產的婦女，如何預防和避免流產呢？要知道這個問題，須要先知道流產發生的原因。

流產發生原因常見的有如下十種：一、在懷孕初期，隨便服食某些化學藥物，影響胎兒發育不健全，以致胚胎發育到一定程度就死亡。二、由於卵子或精子有某種缺陷，胚胎發育到一個程度就不能生存而死亡。三、胎盤蛻膜發炎或某些病變，可使胎兒中途死亡。四、孕婦因驚恐，悲憂，重大精神打擊，經常失眠或頭痛等引致大腦皮層與皮下中樞相互平衡失調，促使子宮在未到分娩時就收縮，遂引起流產。五、孕婦內分泌失調，例如孕激素缺乏，會影響胚胎正常發育或死亡，因而發生流產。六、孕婦嚴重缺乏維他命E，亦可能發生流產。七、子宮的發育不良，子宮畸形，子宮肌發生腫瘤等，均可引致流產。八、前次分娩時，嬰兒娩出過速或接生術不佳引致子宮頸撕裂，兼子宮鬆弛，亦易在下次懷孕時發生流產。九、懷孕時孕婦感染某些疾病，或者在懷孕前原已患某些慢性病，如慢性腎炎、高血壓、嚴重貧血等，均有可能胎死腹中而流產。十、孕婦不慎遭受外傷，如跌倒，腹部受撞擊等，均可引致流產。

既然流產有上述十大原因，所以，要避免發生流產，首先要注意盡可能避免這些原因。其次，至少要距上次流產一年以上才可再次懷孕，讓身體有足夠的時間休養生息，然後可免再流產。第三，停止服避孕藥後至少三個月，才可進行不避孕之行房。因為剛停服避孕藥的頭一兩個月內若行房而卵子受精，胚胎仍有可能受到體內殘存避孕藥的影響而發育不正常。第四，在懷孕前開始每日服食適量維他命E，這有預防習慣性流產的作用。第五，懷孕時不宜吃苦瓜及馬鈴薯（此間稱為「薯仔」）。苦瓜含有奎寧成分，易引致流產，而發過芽的馬鈴薯，或受某些霉菌污染過的馬鈴薯，有可能引致胚胎發育不正常，乃可能發生流產或誕生畸形兒。第六，在計劃懷孕之前，就要注意飲食營養之均衡和充足，鮮奶、蛋類、肉類、豆類、蔬菜和水果等都要吃，並注意多吃些含碘質豐富的食物，如海參、淡菜、紫菜、鹹水魚類等。因為足夠的碘質，可使甲狀腺之分泌正常，從而可消除因甲狀腺分泌過少而流產之因素。第七，未懷孕前宜常進行適當的運動鍛鍊，可使子宮肌及腹部肌肉強健，同時亦可增進全身健康，有助於預防流產之發生。

醫藥

站立不穩須查因

問：男士，六十七歲。每當身體一站立，即覺震盪搖擺不穩，難以支持，但如有固定物（如牆、桌等）扶着，或以身體倚傍固定坐下時，亦可穩定。若一開步行走，即無此現象。無伴頭暈、眼花等症狀。檢查血壓、膽固醇以及飲食、睡眠均正常。自一九六二年患此病迄今已十餘年，初起時曾有一次約二、三秒鐘失知覺，以後未再發生。病情無加深亦不痊愈。近兩三年來稍覺加重，有時早上起床前，在床上自覺身體搖盪，如同小舟在水上浮動。現站立小便時，亦需略以手扶牆，乃稍穩定。經頭部X光檢查、驗眼耳、腦電圖、心電圖、腦部掃描等檢查均正常，查不出病因。

回答：「震盪搖擺不穩」、「要跌要跌」的症狀，歸納成醫學的症狀，可能就是「眩暈」。因為眩暈是許多生理系統發生病變時所引起的主觀感覺症狀，並且在客觀上常常伴有平衡障礙。如姿勢不穩或軀體向一側傾跌。所以，來信中所述的症狀極可能是眩暈的範圍。眩暈不能只是理解為方向轉動及天旋地轉的概念。來信中提及已經做過腦電圖、心電圖、X光攝片、冷熱水試驗等，這就意味着排除了很多病，而且病程長達十九年，也意味着病變是屬於良性的，不必過份介意。

體位性眩暈（或稱位置性眩暈）：這種病的特點是病人在特定的位置上發生，往往是與頭部的位置關係極大。信中說均發生在站立時「要跌要跌」，因此，患此病的可能性是存在的。

另一種疾病是椎—基底動脈供血不足：此病的症狀相當複雜，「要跌要跌」是其症狀之一。絕大部分在中年以上發病，其特點為：（1）症狀為發作性和可逆性。（2）同一症狀反覆出現。（3）中年以上，有動脈硬化的證據。（4）頸椎X光攝片有骨質增生現象。（5）腦電阻圖（或稱腦血流圖，不是腦電圖）有缺血性改變。我初步認為患此病的可能性極大，因此建議進行腦血流圖檢查和頸椎X光攝片。如果血液膽固醇檢查是在一年之前，則可以再次覆查一次。

至於治療方面，大量的B族維生素及苯妥英納（即大侖丁）可以試用。待進一步檢查結果如何，再行對症的治療。此外，也可以請教較有經驗的中醫師，配合中藥治療，若能對症投藥，療效不錯。

預防白髮早出現　頭皮按摩法

有些年輕人發現自己頭上長了幾根白髮後，便感到精神緊張，立即把它拔掉，以為這樣，白髮就不再長了。其實，用拔掉的辦法是不能阻止白髮生長的。

如何才能預防白髮過早出現？這裏介紹一種簡易療法——「頭皮按摩法」。

方法是，每天睡覺前和翌日起床後用雙手指頭揉搓頭皮（先自前額經頭頂到枕部，再從額部經兩側「太陽穴」到枕部），每次按摩一、二分鐘，每分鐘來回揉搓三四十次，以後逐步延長到每次五至十分鐘，每分鐘揉搓次數也可增加。按摩時用力要適當、均勻，只要長期堅持，白髮就會由多變少了。

這個方法之所以會起作用，是因為經常按摩頭皮促進了局部的血液循環，使毛乳頭得到更多的營養，加強了頭髮黑色素的製造，同時也使輸送黑色素的渠道暢通無阻。

Wong's Insurance Service Ltd.
黃氏保險服務有限公司
#1-1726 W. BROADWAY
公司736-4925住家435-9698
廿四小時服務
辦公時間：星期一至星期五上午九時至晚上六時　星期六上午十時至下午四時
□專代　人壽，汽車、船、房屋住客等各類保險
□兼營汽車轉手買賣稅，續購燕梳新汽車號碼牌等。另有建築商建屋保險。○人壽保險包括有意外保險（十萬元每年費五十元）及家庭計劃保險。○人壽平安保險十足賠償（三十歲購十萬元者每年供一百七十二元）可續期及轉他類保險。○集團及牙科保險（最少要三個人）○遊客及往外地旅遊醫藥保險。○R. R. S. P. 退休減稅計劃（代選派最高利息銀行▲I. A. A.（入息平均分期納稅有利減少抽稅款項數目）如有委托可駕臨本公司或派員到府上及商店辦理購買事項，耆英八折優待。
I.C.B.C. MOBILE AUTOPLAN SERVICE

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 Gore Ave. Vancouver, B.C. Tel. 689-7324
燒臘肉食　撚手鹵味
中西什貨　新鮮瓜菜
代理台灣頂好牌：
冷凍包點餃子、梅菜包等即蒸即食佳品。
樽裝罐頭、辣椒蘿蔔、榨菜、鹹酸菜等價廉物美食品。
多倫多、滿地可、溫地辟、點問頓、卡技利各埠均有代售。
歡迎零沽批發

YIELD 國際駕駛學校 STOP
International Driving Academy
師資優良　經驗豐富　歡迎補鐘　免費接送
專人教授　考取筆試
收費最平每小時 $18
特價課程 $139 八小時
校長：林伯篪　地址：386喜士定東街
電話：684-3044　684-6039

周愛權 周慶偉 視光博士
驗眼配鏡專家
精配隱形眼鏡
Jack K. Chow O.D.
Raymond S. Chow O.D.
Optometrist
Tel. 685-8231
518 Main St., Vancouver, B.C.

余景輝會計師樓
填報入息稅
會計，核數，稅務，商業，產業管理及諮詢。
地址：雲高華片打東街二百號二〇三室（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

朱氏裝修
電話：433-9784
免費估價　大小工程　土庫間格　裝修改建　政府牌照
另有長期合約
修理小型柏文

SUPREME WOOD ENTERPRISES LTD.
2270 Woolwich Ave.
North Burnaby, B.C.
V5B 4A4
承接大小　土木工程　商業住宅　新舊裝修　房屋改建　圖則設計　工作妥當　價錢公道
A. CHIN　陳達良　291-0505

移民顧問
前任加政府移民官，
憑過去辦理複雜移民案件之豐富經驗，
專設辦事處接受處理有關移民加拿大之一切問題，解決疑難。
自開業三年以來，享有成功的紀錄；
服務費從廉，歡迎親臨垂詢。
Frank N. Moon & Associates Ltd.
525 SEYMOUR街，206室，VAN..
（辦公電話）684－6719

梁祺
KEE LEUNG
Phone: 254-1203
承接土木工程
商業樓面，新建重修，內外設計，樓宇土庫大小間格，天花外牆，油漆水電工程，專修屋頂瓦仔及熱氣瀝青混沙平頂天面，一律接辦。如蒙利用，免費估價。
地址：亞力山打街五〇四號。
電話：二五四—一二〇三
上午八時至十二時　晚上六時至十二時

汽車大貢獻
憑買主信用由銀行放款充期
NEW 81 Skylark　四門轎車，紅色車身，背后玻璃有溶水熱汽，電力駕駛，有AM收音機　8195元
NEW 81 Grand Lemans　兩門車，V6自動車，電力駕駛，染色玻璃，美化車輪罩，AM收音機，背后有電力溶冰線　9295元
NEW 81 Firebird Esprit　V8發動機，電力駕駛染色玻璃，AM－FM收音機，有唱帶音樂，另有其他　11900元
NEW 81 Grand Prix　兩門車，HT號V8發動機，電力駛駕，軟梳座位，AM收音機，有唱帶音樂，背后玻璃有自動括冰器　9450元
WHEATON PONTIAC BUICK・GMC
325 — 12th Street New Westminster　526-2781

Fast Friendly Fair　Triple 'F' Auto Body Limited　至寶車身修理廠
ICBC Claims Handled Promptly. New Courtesy Cars Available.
汽車燕梳賠償服務
正當卑詩省汽車保險局人員進行罷工期間，而閣下之汽車遇到意外損壞時，以下是你應該採取的步驟。
（一）所有汽車意外損壞，凡超過二百元者，請電至寶車身修理廠。
2250 Heather (7th. & Heather) Vancouver, B.C. V5Z 3H6　Telephone: (604) 872-1637
（二）嚴重損壞時，請將你的汽車拖至上述地址，本廠主理人馮錦忻君將會為你填報有關表格。凡超過二百元修理費者，請於事發後四十八小時內向警局報案。

誌里冷氣工程公司
專科大小商業凍房冷氣工程．設計裝置及修理．忠誠為僑胞服務．快捷妥當．
電話：八七二—一〇三九　八七六—一壹一二
3742 MAIN ST.
VANCOUVER B.C.

裝修工程
周先生
電話：253-9651
321-4750
承建新屋　房屋改建　土庫間格　露台車房　水電安裝　內外油漆