頑症——類風濕

岑鶴齡

病案分析

類風濕的全名為類風濕性關節炎，以關節腫痛為主要症狀，與風濕性關節炎十分相似，過去醫學不昌明，將此病和風濕性關節炎混淆一名起，及後才知原來是兩個不同的病，因此命名為類風濕。

類風濕，在現代醫學來看，是一病因未明的慢性全身性炎症性疾病，近則多認為其發病過程與免疫、受反應有關。其突出的表現為對稱的多發性關節炎，以手、足、腕、踝、及至晚期關節變成強硬和畸形。病人可有低熱、疲乏、發作無力、貧血、體重減輕等症狀。病程以年計，可反覆多年。年齡多在二十至四十五歲，以女性為多。

年前其日有程女士來診，程女士行年四十，為某貿易行經理。訴述患兩側腕部及手指關節疼痛多年，時輕時重，睡不，初期局部並見紅腫明顯，漸漸發現關節變硬，活動範圍變小，動作不利，持重無力，右腕及左手指關節傍可見有小結節隆起，如圓眼核大。病後曾經醫院驗血及關節部位X光照片檢查，據說診斷為類風濕性關節炎。程女士來診時，面色蒼白，顏容憔悴，形體消瘦，舉步遲慢，兩側腕、指活動受限，屈伸度少，稍有用力，即感疼痛加重。觀其舌質淡白，脈象沉細而澀。

關節疼痛，中醫稱作"痹症"、"歷節風"，故類風濕亦屬此範疇。痹症宜分新久，初病屬實，久病屬虛。痛症則為初病在經，久痛入絡。久痹之病，自乃臟器虛衰，邪留血絡。治療便須化瘀通絡，固本培元。骨為腎所主，故關節之病，與腎相關，補益亦應從腎着手。依據余過去經驗，亦認為以補腎化瘀法為優，本病例余亦依此法為治，擬方用：熟地八錢　菟絲子五錢　巴戟天六錢　肉蓯蓉八錢　萆薢葉六錢　當歸四錢　炮山甲五錢　祈蛇五錢　地鱉蟲四錢　蜈蚣散一錢（送服）　地龍乾五錢。每日一劑，水煎二次，日分二次服。程女士服藥只十貼，關節痛未見發作，手部活動度有所改善。

感冒易誘發"火骨"

林仁生

中醫隨筆

俗稱的"火骨"，症狀是不固定部位的關節、肌肉、神經痠痛，發作雖短暫，卻又很經常，與各人體質強弱，氣候變化，患感冒前後有密切關係，在溫帶的香港，常年多濕，患"骨火"者卻是季季可見，春夏尤多。

"骨火"以青壯年人為多，體質強壯的人，飲酒過多，長時間在冷氣環境中工作，缺少運動，都是形成骨火的溫床。感冒最容易誘發"骨火"發作，尤其是中度或高度發熱之後，筋骨痠痛麻脹就隨之出現，一般會持續三至四天。痠痛部位多集中在頸、肩、背、腰，其次是四肢關節，還會感到如被繩索綑縛、發脹、懶於活動，睡醒之後尤其明顯。

中醫治法注重祛風散寒，化濕通筋骨；麻黃三錢，防風五錢，桂枝三錢，羌活五錢，川芎三錢，白芷三錢，青皮五錢，白芥子三錢，葛根一兩，蔓荊子三錢，每日一劑，連服二至三天，痛楚即可停止。藥劑以辛溫流散力強為特點，一般服藥一至二劑即可痊癒。

體質素弱的人也會患"骨火"，氣血不足，氣血虛弱症的骨骼弱在先，臟腑，筋骨，經絡得不到充分調養，抵抗能力薄弱，感冒之後遺留下來的痼疾與濕氣不容易消失，骨痠痛也持續多日。

食醫妙用多

申浦

食醋，對身體健康有益，在醫療上有很多用途。日常生活中，如有小恙，不妨用醋一試。譬如：

一、感冒初起，倒一杯熱水再加一匙食醋，嘴和鼻子對着杯口深吸氣，可抑制病毒生長，有利消除和減輕感冒症狀。二、膽道蛔蟲症引起的腹痛，口服食醋十至二十毫升，疼痛可立即緩解。三、吃醋對消化不良和缺乏胃酸的老年人能生津開胃，加強消化系統的功能。四、進餐時伴服適量食醋可以防止腹瀉，沸水中加入食醋與食鹽少許頓服，可以殺滅腸道細菌，治療腹瀉。五、飲食不當引起頑固性呃逆時，飲服用溫開水送服幾匙食醋，可減輕症狀，避免嘔吐。十四、鼻出血時，用棉花浸醋塞鼻，常能止血。十五、小兒蟯蟲病，在臨睡前用棉球蘸食醋塞入肛門約一寸處，次晨取出，有殺蟲止癢功效。

消化吸收。八、洗澡時在浴盆中加入少量食醋，可以鬆弛肌肉，舒筋活血，消除疲勞。九、用九百毫升水中加入一百毫升食醋，用此溶液沖洗陰道，可以治療滴蟲性陰道炎。十、皮膚淺表部位痛癢紅腫，塗上食醋或用食醋反覆多次洗擦，可以解毒止癢。十一、醋能降低脂肪類物質的油膩，並能保持維生素C不被破壞，有解膩開胃、減肥的良好作用。十二、夏秋之季遭受昆蟲叮咬，在患處塗上食醋或將患部在食醋中浸泡幾分鐘，可以拔毒消腫。十三、暈車、暈船或暈機者，在乘機（車、船）半小時前反復發作，特別是感冒發熱之後最使人困擾，有的人甚至誤認為是所謂"感冒傳裡"而惶恐不安，這些顧慮都不必要。感冒後要及時診治，按時按量服藥，治療徹底，骨火就不會發生。

在春夏多濕季節，用甘淡平和的茯苓、白朮、薏米、扁豆等祛濕藥，煲水飲服甚有效。

醫藥
逢星期四刊出

談難治的腎血管性高血壓

蔡燕

說病

由於高血壓有各種各樣原因，故應入院詳細檢查。最後診斷為"腎血管性高血壓"。其實，腎血管性高血壓並不罕見，其發病率約佔全部高血壓之百分之五，如能早期診斷，合理治療，手術的治療率可達百分之四十七至六十五。

好轉率可達百分之二十五至三十九。

本病之好發年齡常在三十五歲以下，其病因與外報道是以腎動脈纖維肌層增生為多見，常無家族高血壓史，如年齡在五十五歲以上者，常為腎動脈粥樣硬化斑塊所致。有家族高血壓史，其血壓較年青者為高，且伴有心、腎、眼底等器官的損害。這兩類的高血壓佔腎血管性高血壓之百分之九十五。而穩定，最近突然加劇，進展迅速。有部分病例在發現高血壓前，有明顯腰痛史（腎臟突然因腎血管拴塞；而缺血梗塞）。再一個特點是病者作靜脈腎盂造影，可發現病腎比健腎明顯縮小。如作腹之動脈造影更清楚確定那一側那一段腎動脈出現狹窄。腎動脈狹窄引起高血壓的病因是由於腎臟缺血後，刺激腎小球旁細胞分泌腎素增多，再通過腎素——血管緊張素系統作用，結果使全身細少動脈痙攣，又再刺激腎上腺物質分泌醛固酮增多和水鈉潴留，那麼血壓之增高就更鞏固。以後，由於血壓長期增高，可導致細小動脈硬化又使腎缺血更加重，血壓升高就更持久了。

本病以外科治療為首選。因它不但可降低血壓，且能使患腎增大和改善腎功能。手術包括做腎血管旁路移植術、腎切除術、自體腎移植術等。最近國外試用經皮膚穿刺股動脈插管至狹窄的腎動脈進行腔內氣囊擴張術，有十分令人鼓舞的初步效果，術後血壓迅速下降，這種手術創傷少、簡單、價廉、值得試用研究。不能手術的病例，也應積極內科治療。努力降低舒張壓在九十毫米汞柱以下，這樣可大大減少併發症和死亡率。

所以，凡是難治性的高血壓病者，必須找醫生確定診斷，以爭取及早治療之機會。

小兒氣質各有不同

沙玉如

育兒室

有的小兒好領，吃飽睡足了見人就笑；有的小兒難帶，天天無緣無故地哭好幾次，一哭就不停，抱他去檢查醫生又說沒有病。是什麼原因呢？這與小兒的氣質有關。氣質即小兒與環境相互作用過程中的情緒反應或行為方式，它既受遺傳的影響，又受機體或熱過程的作用，分為以下三種類型。

一、容易型：即人們所說的"乖"。小兒個性較安靜，睡眠、飲食和排泄有規律，對新的食物、玩具和人容易接受和親近，對改變的環境容易適應，對新鮮事物有興趣，情緒愉快，與人友好。

二、困難型：多動、吃、喝、拉、睡不定時，睡覺前常哭幾分鐘，睡覺時常翻滾，晚上醒好幾次，給他沖涼時亂踢亂濺水，對新東西畏畏縮縮或不理不睬，對新小朋友不易親近，對新環境不易適應。

三、中間型：介於容易型和困難型之間。

據學者研究，容易型佔小兒總數的百分之四十，困難型佔百分之十，中間型佔百分之五十。請家長們仔細觀察自己的孩子，如果你的孩子屬於困難型氣質，不必憂慮，應注意教養和訓練，提供一個溫暖、家庭氣氛融洽的環境，循循善誘，並以自己的言行影響孩子。若仍不見好轉，可請醫生給指導，使孩子健康地成長。

內服外用兩相宜的糖

余少強

中藥是中國傳統的醫藥理論指導下應用的，以植物藥為主，包括動物、礦物藥及部分加工品、化學製品和外來藥。因此，糖亦為中藥之一。

中醫傳統上認為紅糖有益養血、健脾暖胃、驅風散寒、活血化瘀的功效。

民間常用紅糖來治療婦女月經不適、腰部痠痛等，被人們譽它為婦女懷孕、哺乳期的特殊補品。

此外，胃腸道疾病、消化不良、脫水、營養不良時，喝些糖水或加鹽的糖水，還能起到補液的作用。

人體所需能量的百分之七十是由糖氧所化供給，所以糖不僅是一種具有重要藥用價值的良藥，而且是機體主要的能源物質。

最近，南美的阿根廷醫學專家通過對一百二十例傷口感染患者的臨床實驗觀察，認為用高濃度的普通糖能殺死許多類型的細菌，並能在傷口形成保護層，防止感染，促進傷口的愈合。其療效可與其它抗菌素和外用消炎藥相媲美。

通常的情況下，在傷口感染患者的化膿病灶中，生長着大量的葡萄球菌、鏈球菌、假單胞菌及結核菌等，用紗布擦乾傷口，敷上普通糖粉三天後，便發現所有細菌都已喪生。為什麼糖粉有這麼奇特的作用呢，這是因為高濃度的糖能改變了細菌菌體中活性和水分的比例，。抑制了細菌生長的緣故。此外，糖能促使大量的巨噬細胞從血液中遊出，吞噬大量的細菌，如結核菌和痲瘋桿菌。

這時糖還繼續在傷口形成一種含百分之八十五至百分之九十蛋白氮的膠原保護層，並通過增加血痂厚度和機體抵抗力，防止傷口再感染。

海底微生物藻類可減少二氧化碳

這是海底的微生物的藻類，它會利用海水中的二氧化碳製出石灰的殼。

地球溫暖化的原因之一在二氧化碳增加，這微生物消耗二氧化碳，對人類是一大有益生物。

張超

少女初潮需親人體貼

祝岩

餘瀾斯

月經第一次來潮——初潮是少女正常的生理現象，也是一件有特殊意義的事，說明少女的身心發育已開始成熟。

在中國，由於封建殘餘意識的影響，多數做父親的對女兒的月經不過問或甚關心，甚至有貴備女兒將月經帶或底褲不晾在暗處的事。這種錯誤的態度損傷了女兒的自尊心，在女兒的心靈深處投下了陰影，影響身心健康。

少女初潮，前無經驗，如果事先沒有得到指導和幫助，做好準備工作，一旦初潮來臨，必定手忙脚亂，悄悄處理，對受累受寒及個人衛生等有關身體健康的事就無法顧及，往往產生恐懼、厭惡之感，甚至出現情緒消沉、自卑，有時會導致痛經或月經失調。因此，少女最親近的人——母親，在女兒初潮將來臨之時，應該主動擔起這種特殊責任，幫助女兒過好這一關。

中國女性的初潮年齡平均為十三—十五歲，女兒十三歲時，做母親的就要有效、有步驟地向女兒講解有關月經的知識，最好能買一些有關女性青春期衛生和月經常識的小册子。同時，要早為準備好女兒的月經用品。初潮來臨就有備無患。一旦發現女兒月經來潮，立即給予幫助，不僅要為女兒準備營養豐富的飲食，還要關照她多休息，防止受寒受累，料理好個人衛生。

少女初潮時，需要親人的體貼照顧，能得到精神上的支持比之物質上的幫助更為重要。這一點應該引起做母親的重視，要對自己的丈夫做好宣傳工作，使丈夫和自己一起關心女兒從而使其愉快順利地度過初潮。

中山安堂
林健龍
占卦算命
467 派亞街 倉善街 貨積 橋面 利 左邊
能知過去未來，一生人財福占卦五元，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、解籤酬照超幽、招魂、解除災難，祝星求運，七天候教，在住宅
467 PRIOR ST. 夾 JACKSON ST.
電話 254-2862　V6A 2G3

余景煇會計師
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

註冊
明德託兒所
（特設託兒補助金）
可申請政府免費或津貼及接受本所補助，負責接送幼稚園兒童。
所址：715 Victoria Dr Van.
報名電話：二五五·四二五一

周愛權 周慶偉 視光博士
驗眼配鏡專家
精配隱形眼鏡
DR. RAYMOND S. CHOW
DR. JACK K. CHOW
OPTOMETRISTS
TELEPHONE 685-8231
632 MAIN STREET
VANCOUVER, B.C.

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
公平妥當
專人指導
歡迎垂詢

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
雲秘書賓路蔡根埠根遠立正

雅梨廊韓國大餐廳
아리랑
ARIRANG HOUSE
KOREAN RESTAURANT
AUTHENTIC KOREAN CUISINE
• BBQ KALBI • BUL-GO-KEE • SUSHI BAR
正宗韓國名菜
馳名BUL-GO-KEE
上自燒海鮮全餐
七營天業
正高麗人參鷄湯 $13.95
壽司BAR
溫哥華最大韓國餐館
二百座位適合大型團體
2211 Cambie Street
Vancouver, B.C. V5Z 2T5
甘比街2211號（近甘比橋脚）
MON-FRI 11:30AM-11:00PM
SAT. NOON-11:00PM
SUN. 5:00PM-10:00PM.
電話：879-0990, 879-0989

中國大預言家 左筆權 現溫哥華
前主講華僑之聲電台命相人生，命理信箱節目
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

英語教師
資深教師改進你的會話及聆聽能力，拼音文法及TOEFL個人或小組電
929·8803

BUY-SELL
卑詩省免費廣告報紙
免費刊登售物小廣告
請電280·1000
欲購平靚貨品請閱本報
逢星期四出版
BUY & SELL: 5791 No. 3 Road Richmond B.C. V6X 2C9
行政部電話：(604)273·1571
歡迎刊登付費商業圖片廣告

北園
NORTH PARK RESTAURANT
特價海鮮席
$188·00
彩虹大拼盆
上湯焗龍蝦
紅燒三絲翅
北京片皮鴨
生菜包鴨鬆
玉蘭炒雙蚌
椒鹽焗中蝦
當紅炸子雞
清蒸游水班
楊州炒飯
蓮子紅豆沙
合時生菓
993 GRANVILLE STREET VANCOUVER B.C. V6Z 1L3
PHONE: (604) 688-8828

漢宮大酒樓
KINGSLAND CHINESE RESTAURANT
987 Granville Street Vancouver, B.C. Tel: 687-6675
〈增設日日新鮮例湯〉
59·00（六位套餐）
西柔炖鴛鴦腎
蝦子海參鴨掌
冲油脆皮鷄（半只）
玉蘭炒雙蚌
椒鹽焗中蝦
豉汁蒸生蠔（六只）
絲苗白飯
奉送：糖水、生菓
特價海鮮席
彩虹大拼盆
上湯焗龍蝦
紅燒三絲翅
北京片皮鴨
生菜包鴨鬆
玉蘭炒雙蚌
召鹽焗中蝦
當紅炸子鷄
清蒸游水班
楊州炒飯
蓮子紅豆沙
合時生菓
188·00
貴賓席
生猛龍蝦大沙律
蟹汁鮮蔴鮑
雪裡影紅梅
御品鷄係翅
缽酒焗鶴鶉
生炒桂魚卷
碧綠翠珊瑚
黑椒野鴨柳
八寶荷葉飯
肆式美點
椰汁炖雪蛤羔
388·00