胃寒

立冬節令剛過，寒涼之天氣逐漸降臨，這對於年老脾胃虛弱之人來說，無形中就多了種威脅。此話何解？原因生冷冰凍之食物他們可以忌食，但外界寒邪之侵襲則避無可避，除非是脚不出户，要不，就算在屋內稍有不慎，又或者站立户外片時，被那寒涼之氣吹鼻吹口而入，很可能就因之直中腸胃肺臟，想不發着胃痛、咳嗽都難。此所以不少腸胃病患者，根本不關乎食錯物而發，竟純由感冒風寒、身體抵抗力不足所引起，其中緣故就在於此。

說起老年之人，本身氣血原已算弱，皮毛腠理也較疏，一有寒冷之刺激，難免令其血脈凝澀，汗毛倒豎，外顯雞皮疙瘩，其內臟也隨之緊抽，而停滯於腸胃中之食物，也就欠缺血液、消化液之伴潤而難於消化，運化也就無從說起，是以變作積滯脹滿、隱隱作痛，人人俗稱之爲胃寒；病者之手指、脚趾、腹部都感冰涼，要是能用熱水袋按之或稍爲揉之就會稍舒一口氣。食慾方面自然是口淡淡、舌澀澀，其上舌苔多白厚、脈也虛弱。對之中醫古醫書已有較明確記載：所謂形寒飲冷則傷胃是也。還有"臟寒生滿病。"及"寒氣客於胃腸之間、膜原之下，血不得散，小絡引急，故痛。……"

治療就須掌握和了解腸胃之特性，腸胃作爲五谷之府，職使傳化物而不能太過滿塞，也有稱作倉廩之官者、營養出焉。它猶如人體專職營養之出納員，有出有納一切順差自然身健體壯。反之若自亂其職或只出不納，或只納不出，一切失卻平衡，人體也就多病痛。而其正常之消化機能端賴於有規律之飲食習慣，不太饑不太飽，也不吃難消化或太過刺激性之食物，還需有充足之休息時間，才能保證不犯病。若是工作過於緊張，或食不定時，又不知節制，勞逸又不得法，自然會妨害到腸胃之消化、吸收功能，輕者營養不良，重者氣血大虧致危。用藥就須溫中卻寒理腸胃，絕不可寒上加寒、虛上加虛，令陽氣被奪，消化更差，營養之源也就出現問題。從之也就變生多端了。

治一年老病者，其媳婦兒皆稱其作伯爺公者，其活力可不減當年，一日貪得意，不考慮腸胃之是否受得，在寒風勁吹之時，尤學年輕人飲汽水食雪糕，事後搞到脘腹脹滿，腸胃中之氣上不得上，下不得下，想打噯突都打不上來，氣虛不得接續是也。想放屁也放不出，也無一點大便之意，整天抓着肚皮，不知饑餓也不想飲食，可知其寒邪內盛，胃腸受伐；即開附子理中湯：白术、附子、黨參、甘草、乾姜，加入白豆蔻、良姜、枳實，得藥脹滿除大便通。即癒。■

眼皮邊緣反覆發生腫粒

一般人所說的眼皮，在醫學上叫眼瞼。眼瞼的邊緣名瞼緣。瞼緣有外稜和內稜。外稜長有防止異物沙塵入眼的睫毛。內稜是瞼緣的向眼球那一面的邊緣，其上瞼板腺的開口。瞼板腺一如皮脂腺一樣是分泌脂性物質的，只不過比皮脂腺較發達，是高度發育的皮脂腺。眼瞼有上下眼瞼之分。如果瞼緣上的瞼板腺爲細菌侵入而發炎，就出現粒狀腫起，現代醫學上叫麥粒腫，俗稱偷針眼。

麥粒腫又可分爲內麥粒腫與外麥粒腫二種。內麥粒腫是瞼板腺感染發炎。外麥粒腫則是眼睫毛毛囊附屬之皮脂腺感染發炎。

何以會感染而發生麥粒腫呢？常見的原因是用污穢不乾淨的手擦眼，或用不潔的巾擦眼，以致化膿性細菌有機會進入瞼板腺或睫毛毛囊附屬的皮脂腺，而當時身體的抵抗力又低，未能及時將入侵的細菌消滅，於是就發炎化膿而腫起。因此，要預防此種眼病，首要注意眼的清潔衛生，不要用髒的手或巾擦眼睛，其次要注意增强身體之抵抗力，不要過度疲勞。

麥粒腫有什麼症狀呢？

如果患的是外麥粒腫，初起時可見瞼緣外稜處出現紅腫脹痛或兼癢，按之稍硬，用力閉眼或低頭時痛加重。三至四天後成膿，在睫毛根部出現黃色膿點，形如麥粒；稍後破潰流膿。如果是內麥粒腫，則在瞼緣內發生上述症狀。

不論患的是外麥粒腫或內麥粒腫，切勿用手去擠壓它，以免將大量細菌擠入血流，細菌就有可能隨血流進入眼眶或頭顱的重要部位，引致嚴重的併發症甚至敗血症，這就有性命的危險。

患了麥粒腫而身體抵抗力低，麥粒腫就不易完全消除而反復發生，名爲復發性麥粒腫。西法治復發性麥粒腫除用抗生素外，還動手術切開排膿，但亦常不能根治。中醫治復發性麥粒腫，如能用攻補兼施法，則可根治。所謂攻補兼施，即既用抗菌中藥，又用增强身體抵抗力的補益中藥，就可將入侵之細菌完全消滅。

時常感冒可能白細胞減少

如果你的感冒治好了沒有幾天，又再次感冒，或者口內經常反覆發生口瘡（俗稱生飛蛾），或者皮膚反覆發生小膿瘡，或者時常反覆發生泌尿道感染，又或者時常發低燒，盜汗等情形，而且也時常服某些化學藥物，那麼，就很可能是"白細胞減少症"。

白細胞是什麼細胞？它是人體抵抗外敵（如病菌、病毒之類）的重要防禦力量。白細胞分爲二大類：一類是細胞質內含特殊顆粒的名"粒細胞"；加一類不含特殊顆粒的名"無粒白細胞"。健康正常的人，在安靜時每立方毫米血液中含白細胞總數是在四千至一萬之間，如是在四千以下，便是白細胞減少症。如果每立方毫米血液中白細胞總數在二千以下，尤其是其中的粒細胞更極度減少，則名爲"粒細胞缺乏症"。

由於白細胞是人體抗菌抗病毒等外敵的重要防禦力量，故白細胞數減少時，即會出現上述容易反覆感染的種種病。要確知是否白細胞減少，是驗血檢查白細胞數。

什麼原因會引致白細胞減少症？最常見的原因是服食化學藥物。例如西醫常用以退熱的多種退熱藥，常用以治療發羊吊（瘧痢）的藥如苯妥英鈉、三甲雙酮等，多種抗高血西藥、利尿藥、治過敏的抗組胺，治療細菌感染的多種抗菌藥消炎藥，治糖尿病的降血藥、一些抗癌的化學藥物等等，全都能引致白細胞減少症。

化學藥物引致白細胞減少症的原因，有的是由於人體對這些藥物發生過敏反應，有的則是由於這些藥物能直接抑制骨髓內的白細胞生成。由對化學藥物發生過敏原因引致白細胞減少症，通常是在第二次或多次服同樣藥物後才發生。

此外，感染細菌或病毒，放射綫照射過多，也可引起白細胞減少。

中醫學上沒有白細胞減少症的病名，但從白細胞減少症患者的種種感染病易一再發生的情形看，應是屬於中醫學上的虛症。中醫學上說："邪之所凑，其氣必虛；正氣存內，邪不可干。"白細胞減少症患者常反覆感染病，可見其正氣虛。

甜美保健佳品蛋白糖

郎福田

蛋白糖是八十年代問世的低卡高强度、美味營養型甜味劑和增味劑。蛋白糖在六十年代被偶然發現後，經聯合國世界衛生組織和糧農組織兼屬的食品添加劑專家聯席委員會以及美國等國對耗資上億美元歷時十多年的百多項安全性試驗的毒理學研究報告進行審核評估後，確認爲安全可靠品味上佳的A（一）級食品添加劑，已有五十多個國家和地區正式批准使用。

蛋白糖屬二肽類甜味劑，與天然存在的蛋白質一樣是由氨基酸構成的，在人體內代謝不需胰島素參與，糖尿病患者可以盡情享用，蛋白糖由聯合國世界衛生組織歸類爲營養型甜味劑，按需要量攝取對人體是有益的。蛋白糖呈潔白針狀晶體，其甜度大約是食糖的二百倍。獲得同等甜度，蛋白糖的需要量及其在體內放出的熱量都大約只有食糖的1/200。如前所述，食用蛋白糖可以避免因攝取過量的食糖而引起的營養過剩、肥胖臃腫和代謝紊亂等所謂"富貴"病，以及由此而引起的肥胖症、高血壓、心臟病、糖尿病等疾病。

蛋白糖的味質極佳，與天然精製食糖難分伯仲，恰似一對學生姐妹。這是帶有令人不快的苦味、金屬味、化學味、中草藥味等不佳餘味的低卡强甜味劑（如糖精鈉、甜蜜素、甜菊甙、甘草酸鹽、羅漢果等）所根本無法比擬的。用蛋白糖代替食糖可以大大降低（特別是少年兒童的）齲齒發病率和控制齲齒病情。

蛋白糖還具有增味、矯味等獨特性能，並能與其它糖類或非糖類甜味劑混合使用，因而，蛋白糖可廣泛地用於保健飲料、保健食品、專用食品、美容化妝品、日用化學品、中西成藥等方面，爲少兒、婦女、中老年人以及糖尿病、肥胖病、心血管病、齲齒病患者帶來了福音。在人類向着現代化小康生活邁進的文明進程中，蛋白糖爲之增添了品種繁多的甜美佳品。

醫藥信箱

敏陳

答良樹讀者：夏熱炎炎，容易中暑。如果出外旅行或工作，烈日當頭，出現頭昏頭痛、出汗和全身無力，甚至惡心嘔吐，可能是中暑的先兆了。如果繼續下去，可能出現體溫失調，表現爲發熱、呼吸急促或昏倒，這就是中暑了。

中暑的原因在於體內產熱和散熱過程發生失調，例如：在此時活動過度、產熱增加；遇上天氣炎熱、濕度大或風小的天氣，不利於體內熱量的散熱，結果產熱大於散熱。中樞神經失調了，發生了中暑。

預防的方法：①烈日當頭，不宜長途徒步，旅行時帶遮、帽和太陽鏡。②要帶備足夠的飲料，即使白開水也要備上一壺，途中活動量不宜過大，適當休息多次。③一旦發生中暑，立即抬到陰涼的地方。用涼水擦身，但不能用冰水，在降溫時適當補充水分和鹽分，如果有呼吸困難，要立即送入醫院治療。

答C、K讀者：龜頭經常出現發炎，如果是斑狀紅疹，經常脫皮，有疣狀物，要警惕陰莖癌。本病多發生在四十五歲以上的男士。主要原因是包皮垢長期刺激龜頭引起。全世界唯有猶太人不患陰莖癌，因爲他們在出生後十天的嬰兒，都要行割禮；實驗証明，包皮垢有致癌作用，並能使動物誘發癌症。所謂包皮垢，就是藏在包皮裏面的分泌物，是灰白色、粉渣樣、鱗片狀或麵團似的。到了春夏，不經常洗滌還會發出臭味。所以，在冠狀溝處易發生癌症。最有效的方法是進行包皮手術。凡是包皮過長，而又不能上下翻轉者，應當毫不猶豫地進行手術。

杏林 龍門陣

金敏生

潰瘍病因新發現

十二指腸潰瘍症的病因，一直被認爲酸度太高之故。在「無酸無潰瘍」的信條下不論內科或外科治療的目標是將十二指腸內的酸度取消，藥物也好，手術也好都是向這個方面發展。

在他驗的過程中的確証實病灶的酸度是高的，也有不少病例，其十二指腸的酸度屬正常，他們也患了潰瘍病。這又作怎樣的假設，此後也有不少的病因研究與假設，真正的病因，仍屬不明確。

一九八三年，華倫醫生（J.R.WARREN）發現在胃粘膜上有一種不知名的曲形細菌，狀似螺絲釘，此後在培養基把這種細菌分離開來。跟着有許多研究者証實這種細菌便是潰瘍病的病因，將細菌定名爲幽門螺旋形細菌，（HELICOBACTER PYLORI），最近世界胃腸病學會肯定了細菌爲潰瘍病多種病因的主要病原。

研究所得螺菌祇能在胃與十二指腸粘膜內寄生發育，其能分泌一種强力的尿素酵素（UREASE）將胃粘膜內的尿素轉變成氨，把周圍的環境變成碱性，螺菌因此被保護着不受胃酸侵襲。後來螺菌發育成熟分泌許多其他酵素，促使該處呈酸性，於是粘膜因炎症而成潰瘍。

英國里茲一家醫院已開始用新方法治療十二指腸潰瘍，實驗証明祇需用三種藥物即可把十二指粘膜潰瘍內的螺菌消滅。

（一）COLLOIDAL BISMUTH SUBCITRATE（一百二十毫克每日四次（二）METRONIDAZOLE 四百毫克每日三次（三）AMOXYCILLIN 五百毫克每日四次連服兩個星期潰瘍可獲根治。每個病例，均在十二指腸鏡中觀察到，潰瘍病確已消失。

注意燒低

發燒，那可算是身體發出的一種警號，提醒當事人，身體發病，應要加以照料了。發燒有高燒和低燒之分，也有長短期之分。三十八點五度（攝氏）以上者，可算是高燒，高在三十七點三到三十八度之間者，則可視之爲低燒了。

發高燒，可使人頭暈惱漲，混身不適，故多會引起注意，而且也會急急找醫生作診治的。至於發低燒，它引起的不適，在程度上是沒有那麼厲害，但得小心，在其前後，往往會顯示着有重要的巨變存在，尤其是長時期的低燒，那就更要加倍注意了。

以往比較多見的低燒，是爲肺結核（俗稱TB），所謂午後潮熱，有一點兒咳，但又不嚴重，似乎沒有什麼不妥，但它又總是存在，故常給人帶來困擾的。而慢性肝炎，有時也有低燒的，一方面人已感到疲倦，食欲又差，再加上這種低燒，人消瘦了，你就不能不注意了。婦女多見的附件炎，那是屬於生殖系統的炎症，也是有低燒出現的，你就不能低估它，它拖的時間會很長，麻煩不小的。最爲可怕者，當然就是腫瘤了。有時當其他炎症還未有明顯表現之前，低燒往往是先來的一個信號，最要留意的。

低燒尤其是長期低燒，無論如何你也不能粗心大意的。

夏日中暑預防法

龜頭發炎應警惕

身體不適，體溫升高。處理之方法，輕微者會在頭上放冰袋或冰墊，另方面則是看醫生服藥。這都是家庭內常碰到的問題，但是，現今醫學界提出，是敷上冰袋或冰墊以降溫的方法，是否真有實效，那是值得懷疑云。

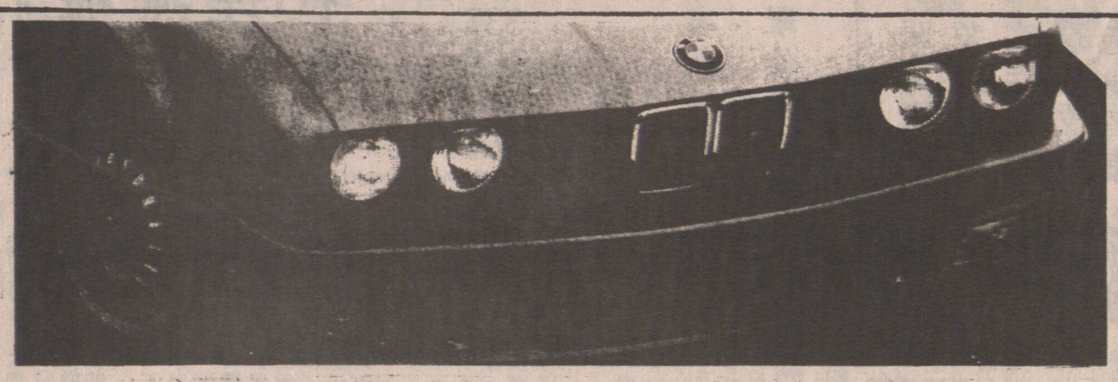
人類體溫調節，有一個中樞，位置是在下丘腦之內的。當人類受到細菌感染時，細菌之毒素常可刺激下丘腦，而其反應，就是使身體體溫升高了。這身體的發熱反應，一方面是一個警告訊號，使患者知所警覺，要注意調理身體。另方面則是體溫升高之後，也是有利於產生抗體的。

有文章提到，用體外敷冰給真正發熱的病人降溫，這根本是不合理云。不合理之處，一是體溫降低，只是一種假像，對病情並無大幫助。另方面則是會使原來就比較高的新陳代謝，再度增高一些。第三方面，發熱反應，也是體內產生抗體，以對抗疾病的一種表現形式，你勉强的將其壓抑下去，這也未必有利的吧！

服退熱藥和用敷冰袋方法以降溫，何者較佳呢？這是較難下結論的。但以效果而言，則服用退熱藥肯定地是有更佳之明確效果的。至於對身體之影響，那就難於作出比較了。

小記大夫 ·佳佳·

題問袋冰



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

**全部汽車已經過安全檢查

**可提供延長保證期

RICHMOND AUTO MALL

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

BMW

VANCOUVER POLICE

ASIAN CRIME SECTION 亞裔罪案調查科

ROYAL CANADIAN MOUNTED POLICE

撲滅罪行·人人有責

維護社會治安，有賴警察與市民的合作。警察撲滅罪行的工作必須得到廣大市民的支持及協助，也只有這樣我們才能建立美好、舒適而安全的生活。

一九八五年，由溫哥華警察局與皇家騎警聯合成立了亞裔罪案調查科，專責調查亞裔社區的犯罪活動。過去幾年，在警民緊密合作之下，多次成功地打擊罪犯，成績斐然。

近年低陸平原地區罪案又見日增。如果閣下不幸成爲罪案的受害者，或者掌握着任何有關犯罪活動的資料及線索，請即與所屬區內警局聯絡或致電亞裔罪案調查科。爲確保閣下人身安全，一切均絕對保密處理。

亞裔罪案調查科緊急電話

660-6440 或 660-6430 廖永源警官

ASIAN CRIME SECTION
COORDINATED LAW ENFORCEMENT UNIT