## 聯婚喜慶不忘慈善
## 黃陳親友大力捐輸

一雲訊：僑商黃名臂伉儷長公子有成，與港商陳煊邦伉儷長女公子雪英，於十月六日上午十一時半，假座西人協和教會，舉行結婚典禮，中西親友到場觀禮者頗衆，伴郎黃亦就，陳思勇，盧仕凌，蘇約翰，伴娘陳芬英，陳芳英，節儀 馬瑞冰，由西人牧師証婚，禮畢拍照

黃病伉儷於同日下午六時半，在金延酒家 設喜筵數十席，歡宴親友，中西男女嘉賓，翩翩莊臨，喜氣盈堂，非常熱鬧。

宴會秩序，由黃文生司儀，介紹新翁，新姑，新郎，新娘，各伴郎，伴娘，

新郎叔父黃名鼎伉儷，二姨母林留智夫人，坤丈盧煥銘，家姊美愛，美蓮，胞弟亦就，及由港趕來主持其女公子婚禮之陳煊邦伉儷，新娘胞弟思勇，胞妹芬英，芳英等起立，與衆相見，繼由黃望俠宣佈宴會旨趣，並讚新翁姑教子有方，新郎年少英俊，聰敏能幹，新娘秀外慧中，賢淑大方，一對新人，可稱璧聯璧合，佳耦天成，隨由省議員麥當拿致賀詞，莊諧並茂，衆皆鼓掌，繼由黃本生致謝詞，一對新人同切喜餅，分餉親友，旋即出菜，大家開懷暢飲，酒數巡，主婚人等偕新郎，新娘輪席敬酒，彬彬有禮，賓主歡洽。

十六席，出席宴會貴賓有桑領事，本省省長代表史密斯夫婦，新民主黨黨領已偉夫婦，城市市長米曾楊夫婦，省議員紹啓勝夫婦，巴爾巴夫婦，漢森夫婦，域多利大學教授王健，蔡全恩倆夫婦，黃教授，溫教授，皮爾遜大學陳慰中教授，三位中國留學生，本埠僑社代表出席的有中華會館劉遠堯夫人，民治黨魏華貴先生，達權總社林樹森夫婦，當近華僑公所譚有安夫婦，台山總會館黃保華先生，陳新民夫婦，陳福綏夫婦，中山福善堂黃鳳娟女士，禺山分所劉炯球夫婦，鐵城常義文會徐坤先生，廣樂會黃仁挺先生，李先生，黃江夏堂黃藻齡先生，人和會館魏戊秀夫婦，黃湘健身院黃湘師傅，馬氏公所馬保信夫婦，馬策逸夫婦，中華聯誼社周福新夫婦，閒樂羅景培夫婦。

今年慶祝國慶宴會由王健教授主持，宴會於當天下午六時入席，六時半在高奏雄壯的中加兩國國歌開始，由王健致歡迎詞，先後請桑領事，省長代表講話，繼而介紹貴賓和各代表與大家認識，隨着就是宴會，整個慶祝宴會都充滿着友誼的，歡樂的氣氛。中西朋友，男女老少，共敘一堂，大家都爲偉大祖國繁榮昌盛，幸福富强，中加兩國人民友誼長存而乾杯。

主持慶祝國慶活動的華僑聯誼會，其經費來源一貫都是從熱心人仕的贊助，這次的活動得到大家支持，熱烈捧讚，而收受了二千五百多元捐款，本會同人衷心向熱心者表示感激云。

## 中國建國三十週年
## 域埠舉行熱烈慶祝

一域埠訊 域埠華僑聯誼會和加中友好協會慶祝中華人民共和國成立三十周年，此次的慶祝活動，都是採取聯歡宴會形式，向外公開銷售席券，今年購票者非常踴躍，席券不過幾天，就售完，這說明大家對這樣的活動的關心。於九月三十日下午三時，聯誼會設酒會招待，當日六時於番美酒樓舉行二

# 生衛與康健

## 七種維生素B的功用

維生素B是品種較多的一種維生素，下面是它們的來源和功用。

**B1（又名硫胺）**

來源：經加工的穀物（像麥片之類），麵包和其他以麵粉為主的食品，魚，瘦肉，肝，牛乳，豬肉，家禽，所有粒狀穀物。

功用：心臟和神經系統正常功能的必需品（這種維生素不足的早期現象包括食慾減退，便秘，失眠和煩躁等）。預防脚氣病。

**B2（又名核黃素）**

來源：經加工的麵包和穀物，多葉的綠色蔬菜，瘦肉，肝，酵母粉，牛乳和蛋。

功用：健康皮膚的必需品。促進及維持身體組織的要素，幫助預防眼睛的光敏感。

**B3（又名煙鹼酸）**

來源：經加工的穀物和麵包，蛋，瘦肉，肝和酵母粉。

功用：使食物轉變為精力的必需品。輔助神經系統。幫助預防食慾減退。預防頑皮病。

**B5（又名泛酸）**

來源：差不多所有植物和動物組織（作食物用者）都有。

功用：身體使用碳水化合物，脂肪和蛋白質時便需要它。

**B6**

來源：所有粒狀穀物，麥芽，蔬菜，酵母粉，肉食和蕉。

功用：對牙齒和牙床的健全，紅血球與神經系統都重要。

**B12**

來源：以動物做主料的食品，瘦肉，肝，腎，牛乳，鹽水，魚和蝦。

功用：幫助預防某類型的貧血症。對神經系統的健全和兒童的正常發育有益。

**BC（又名葉酸）**

來源：多葉的綠色蔬菜，食物酵母和肉類。

功用：幫助預防某類型的貧血症。在維持腸道功能方面有所裨益。

# 爲什麼會發燒？中藥能否退熱？

## 血氣補參人
## 宜適要用服

台大醫學院藥學系教授孫雲蕭表示，人參也是一種藥品，不應隨便服用，否則劑量過高或服用者身體不合適，皆可能造成危險。

加州大學一項研究發現，長期食用人參，對健康有顯著危險。

浴杉磯加州大學藥學院的精神病學及生物行爲系教授席格爾說，估計美國有五百萬至六百萬人食用這種藥草。

席格爾在四月十三日一期的美國醫藥協會刊物上，發表一篇研究報告，在兩年期間研究一百三十三名人參食用者的情形。

人們服食人參已有數千年歷史，尤其在東方，視人參爲一種恢復元氣的滋補品及治療劑。在今天的中國，將人參用爲一種興奮劑，可增進新陳代謝，並調節血壓及血糖的功能。

在美國，人參被確認的唯一藥效用途，只是作爲減輕痛苦的疲膚藥膏。然而，近年來人們對此種藥草的興趣日增，在食品店，市場及藥店都可買得到。

人參被宣傳爲一種滋補品，興奮劑及補腎劑。人參通常吃其根部，味道甜而芳香，有點像甘草。

席格爾說，他發現一些慢性失眠，神經質的病人於服用人參後有中毒現象之後，開始進行此項研究。

研究中說，大多數長期服用者報告有興奮及激發作用，有些人變成高血壓，神經質，失眠，皮膚出疹以及早晨腹瀉。少數人報告有水腫現象，四名婦人有月經難。二十二人有高血壓問題。

在心理方面的影響，則是一種陶陶然的感覺，好動，振奮，以及失眠。服食高劑量者變得沮喪，有行爲失常的感覺。

席格爾指出，食用人參的影響既非普遍不好，也非能普遍預測。

## 發燒有好也有壞

發燒對人體的影响，應該從兩方面看：一方面可以說發燒對機體是不利的，特別是發燒過高或遲延過久時，由於蛋白質，維他命等物質的過度消耗，和致病刺激物的作用，而出現消瘦，營養不良，以及各個重要器官和系統的形態與功能上的嚴重改變。但另方面發燒也是機體抵抗疾病的一種手段，同時也是機體有良好反應能力和物質貯備的表現。一定限度內的發燒，有利於機體恢復健康，戰勝疾病。所以，我們對於發燒也無須過於緊張，尤其是生理性所引起的發燒，如運動劇烈後，太陽晒後，婦女排卵期和姙娠期等。

## 人爲什麼會發燒

人體在正常的情況下，總是暖和的，體溫保持在華氏九十九度左右，這是因爲人身體一方面能不斷產生熱量，另方面又不斷通過皮膚表面的血管，出汗和呼吸來把多餘的熱散發出來。身體裏熱量的收入和支出是平衡的。管這項平衡工作的是腦子裏的體溫中樞神經部分的。

假使人生了病，不論是傷風感冒，痢嘔腹痛，發瘧疾，長痱子，甚至是過度的緊張和驚慌等等，此外，細菌在人體內活動，散毒，體溫中樞神經一受到細菌毒素的刺激，管理熱量收支平衡的調節工作就給攪亂了。這時候，皮膚表面的血管收縮，汗眼緊閉，多餘的熱散不出來，身體裏的溫度升高了，人自然就會發燒，這就是人生病發燒的道理。

## 不要隨便退燒

正常人的體溫和一般發燒，多數是早晨較低，如果早晨反比傍晚高，稱爲顚倒熱，無生理性可言，多爲持久性敗血症，或結核病等。

有沒有發燒，一定要用體溫計來測量，用手摸是靠不住的，如果用手摸病人的額頭，已覺得熱燙燙的，那已經是燒得相當厲害了。醫生常常要給病人量體溫，把體溫的高低作爲判斷病情輕重的一個根據。如果正發高燒，說明患者得的是急性病，或者原病轉惡化。

中醫認爲發燒分兩大類：單純的體溫升高是由於身體受外來熱量的影响引起的，如中暑，爲外熱，由疾病而引起久熱不退和陰虛潮熱則屬內熱。久熱不退的病因是勞倦所傷，脾胃虛弱所致。久病多虛，原因就在這裏。

香港中國針灸學會主席盧明醫師認爲：引起發燒的原因很多，因此首要的不是在處理發燒本身（退燒），而是明確截在它後面的疾病。只有祛除病原才是根本解決發燒的辦法。不過，病人發燒以後，覺得身上怪不舒服，高燒的，還會引起不安、失眠、頭痛、幻覺、譫妄、驚厥、或是口乾口燥、頭暈腦脹，實在不是滋味。

盧明和胡文佩醫師都指出：可用手力擦法緩解症狀，如以手指推擦眉頭「攢竹」穴腦後「大椎」竹穴「太陽」穴，鼻旁「迎春」穴二十多次，或用手掌推擦背部肌肉隆起處，可減輕發燒引起的頭痛，肌肉痠痛等症狀。

盧明

胡文佩

## 中醫治發燒特點

人生病後都可能發燒，但是生的病不同，發燒的情況也不完全一樣。比如關傷寒病可以連續發一個星期的高燒，發瘧疾，冷過以後才發燒，肺痨病人午後和夜裏發燒，傷風感冒可以發高燒，也可以發低熱。一般來說，病得越重，燒得越厲害。

現代醫學認爲：除高燒或久燒不退，一般不採直接降溫措施，只有高燒時爲防抽搐或昏厥，才會考慮冷敷頭部，酒精擦澡或退燒藥物。但這些均爲解之法。而中醫往往是透過藥物降逆，對症施治的同時，連到清熱解毒，或扶正過熱。如久病，除虛潮熱，元氣大損而熱不退，以「補中益氣湯」却能取得良效。

張天驥

香港中國針灸學會副主席張天驥醫師指出：夏季暑熱多屬虛證，常引起口渴，口苦，肩背痠痛等，可飲「老葛水」（分葛二斤洗淨連皮切成塊，老陳皮二錢，加水煲三小時）消暑解熱，預防中暑。

## 高燒昏迷用犀角

發高燒，燒得太久，對病人身體不利，應採用降溫措施，不論是物理降溫，或是藥物降溫都很必要，就算送院途中，也應作適當處理，以免發生抽搐和昏迷的危險。吳鍔醫師認爲：高熱昏迷採用犀角，羚羊磨冷水飲，服後能迅速退燒。而夏德建醫師從經驗中指出，針刺放血，效果也相當好。

吳鍔

## 感冒發燒最常見

中醫有史以來，對治療高燒昏迷，採用「安宮牛黃丸」、「紫雪丹」、「至寶丹」等名貴中藥，療效令人十分滿意。

夏德建

不過，這裏要提醒大家，高燒經久不退，應速送醫院，免致病人因抽筋引致牙關緊閉，咬損舌頭，或因昏迷休克而發生意外。

女中醫師梁佩珍談到發燒原因的正確診斷時指出：「風熱感冒引起燒最多見。「內經」說：「風爲百病之長，容易引起感冒。而感冒又有寒、熱之分，寒宜散，應發表，「桂枝湯」類爲主，熱宜解，「銀翹散」辛涼解毒，服後見功。

梁佩珍

由風濕引起之發燒，也分風、寒、濕三種，關世耀醫師强調，風濕引起的發燒，當祛風除濕，應用獨活、桑寄、木瓜、加皮、防巳、千年健、寬筋藤、川芎、松節、地風藤爲主，偏熱者加清熱藥，按實際隨症加減。

關世耀

李錦儀女中醫則認爲：因跌打而發燒者不小，驚恐可致發熱，瘀血鬱積亦可引起發燒，傷口感染更易發燒。小兒驚厥，常出現發燒，且多爲人所忽視。

李錦儀

夏漢雄醫育會主席夏國瑋醫師亦談到香港人多吃肥滯原味或凍飲瓜果，引致濕熱內積，加上風邪侵襲經絡，使氣血不通而發生痛風，痛風急性發作，常出現發燒症狀，只有炎症消退，發燒才會自行消失。

要明白發燒的眞正原因，要依靠詳盡的病史，和配合各種檢查，自己作無根據的論斷，是錯誤的作法。在診斷未明確前，切忌隨便服用退熱藥抗菌素之類的藥物，以免掩蔽疾病的自然過程，而給診斷和治療帶來困難。

發燒時要保持安靜，注意營養和水份的供給。最好的食物是富於維他命和碳水化合物的流質，因爲這些食物最容易被吸收和利用，可以供給熱量，並彌補機體蛋白質的過度消耗。

夏國瑋

## 海龍小肚湯

海龍爲海生動物，色白帶淡黃，呈角質形態，頭和軀幹爲五棱形，尾部收縮，成四棱形，體形長細。中藥舖面常有凍死海馬，海龍，而海龍功效倍於海馬「中藥舖鑑別手册」紀述：「咸甘，溫。補腎壯陽。治陽萎，不育。」每次用量二錢，研末，放入豬小肚內（豬小肚一個洗淨）再用綫把豬小肚小古扎緊，放進瓦煲加水三碗，慢火燒三個小時。每晚睡前連湯連渣吃之 可放少許鹽佐味）。

此湯有海龍補腎壯陽，加之小肚起引經作用，對男性虛弱，腎虛冷痛，夜尿多，甚至時有滑精情況有滋補治療作用。豬小肚爲中醫常用治夜尿多，遺尿之引經藥物。


香港市場有限公司
265 E. Hastings Van. B.C. V6A 1P2
TEL. 669-5840, 669-5913
大量進口
薄利批發
嘉頓牛油旦卷
嘉頓脆皮椰子糖
嘉頓花生威化餅
嘉頓利是糖
美國合桃酥
統一即食杯麵
生力麵
辣味牛肉麵
日本新水冬菇

電視自動控制器，令你享受更多電台節目。
每具由 $28.95至$150.
本公司代理名廠電視機、唱機、電爐、雪柜、洗衣機等。
精工修理各種電器，承接大小電火工程。
美聲電器公司
SOUND & MUSIC CO
434 Columbia St, VAN B.C. V6A 2R8
電話：六八四九九三六

忠許
876-8042
專按裝

雙重鋁窗門窗