手術割治 僅除病果

盧勝

談雜餘診

許多人有一個不正確的觀念，以為開刀割治某些病，割治之後就一了百了，不會再發。其實，開刀割治，一般只是去除病果，如果割治之後，不尋求其病因，將自己的生活，飲食等習慣加以改善，則不久之後，仍有再發生類似疾病之可能。

例如：患腸癌，通常是由於平常少吃蔬菜等富含粗纖維的食物，常吃煙薰燒烤食物，經常便秘等所引致，假如腸癌發現得早，將生癌的一段腸割去，應可無事而治愈，但如割治之後，仍不改飲食習慣，少吃蔬菜和煙薰燒烤食物，則再生腸癌之可能性極大，因為只是將腸癌病果除去，而未將腸癌病因除去也。

又如生痔瘡。痔瘡之原因為何？那是由於經常久坐久立，或經常便秘，缺乏運動，尤其缺乏彎腰運動，以致直腸肛門附近的靜脈叢血擴張而形成痔瘡。假如你以為將形成的痔瘡割去，以後就永不會患痔瘡，那就大錯特錯。筆者就見過不少割了痔瘡仍再生痔瘡的人，為什麼割痔瘡後再生痔瘡？主要就是割治後上述形成痔瘡的原因仍未去除，於是，另一條直腸肛門附近的靜脈又叢血擴張，久之便形成新的痔瘡。

又例如生膽石，把整個膽囊割去，那該不會再生膽石了吧？的確，膽囊已切除，沒有可能再生膽石。然而如果形成膽石的原因未消除，患者肝內的膽管仍可再生結石，引致肝膽部位疼痛。這樣的病例筆者亦見過。現時已知，缺乏維他命B六及鎂質，容易生膽石。因此，即使割了膽囊，仍要注意改善飲食。

再如婦女子宮生腫瘤，將整個子宮割除，這該不會再生子宮腫瘤了吧？當然，不會再生子宮腫瘤。但是，子宮之生腫瘤，必有其原因，此中醫學上所謂「邪之所湊，其正必虛」。假如割子宮後，不注意改善飲食、衛生及不良之生活習慣，則很可能在身體別的部位再形成腫瘤。

以上的隨手拈來的幾個例子，相信已有足夠的說服力。因此，凡是動手術割治的人，手術後應全面檢討自己飲食，生活習慣等各方面，加以改善，以求消除病因，乃可保健康。

醫藥新知

麥胚中最富維生素E

吳華

英國自一八六〇年引用磨製純白麵粉的機器，當時出生率為千分之卅六，至一九四〇年，生育率下降至千分之十四。兩次世界大戰帶來很大災難，但也帶來一些好事，譬如外科學就突飛猛進，戰時的麵包，被強行規定保留了大部分麥胚，生育率幾乎即刻上升。

用單獨缺少維生素E的飼料餵雌性動物，則動物不易受孕，受孕後胚胎易被吸收或流產，假其生殖功能，在補充維生素E後，可以恢復。而雄性動物長時間接受此種飼料，可致生殖上皮凋萎而不育，不能治癒。在這一方面，實驗的例子很多，缺少麥胚與綠葉素，對流產與不育，影響甚大。

婦女如果經常吃富含維生素E與複合維生素乙的食物，其更年期可不知不覺的度過。對更年期徵候羣，用維生素E有效。戰時菲律賓集中營裏，許多婦女為更年期徵候羣所苦，沒有內分泌藥物，醫生用麥胚油使潮熱、多汗、抑鬱與恐懼消失。

黑痣忽然生產變化 可能是皮膚癌先兆

專家教你檢查身上每一粒痣

生活情趣

現在絕大多數人都知道應多留意自己身上的痣，因為它們如果突然起變化，例如流血、流水或發癢，都可能是早期皮膚癌的警告訊號。這種叫黑瘤皮膚癌如果及早發現，幾乎百分之一百可以醫好。

一般人身上平均有二十五粒痣，分佈在不同部位，由頭皮到脚板底都有可能。它們的位置、大小和形狀不同，要一一記清楚可能比較難，附圖和下面介紹的方法將有助你進行檢查。

首先檢查一遍你身上每一粒直徑超過三毫米的痣（直徑小過三厘米的痣可以不理），然後在附圖記下它們的位置，最好還是逐一編號。再用另一張紙記下每粒痣的下列資料：

㈠大小；㈡顏色——棕黃、褐、黑、灰、藍、紅等；㈢形狀——圓、橢圓、不規則、平坦或隆起。

生在背後、脚板底或頭皮上的痣是我們自己看不見的，可以借助鏡子或請朋友帮忙。

這項檢查應每年進行一次，如果個人或家人有患黑瘤紀錄者，專家說則最好每三至六個月檢查一次，年齡在三十五歲以上者更宜每年去看一次皮膚病專家。

美國皮膚癌基金會主席羅賓斯話，如果你注意到自己身上任何部位的痣突然起變化，或是立即去看醫生，及早發現的黑瘤通常可以用簡單的手術割去。

電腦人工心臟

裝上人工心臟的實驗動物，在其運動或作其他活動時的血壓，及脈搏之控制，是一個難題。現代專家們利用電腦已可以解決這一問題。電腦可隨體內之變化，而控制心臟之活動。

這種完全自動的人工心臟，用於小牛身上，已可能取得半年的生存。將來對無法進行手術的嚴重心臟病人也可使用了。

醫藥與健康

生活上多加注意 無病長壽有保證

喜妍

研究證實，退休老年人心血管疾病的發病率比在職人員低百分之十一，運動系統疾病低百分之七。說明退休對老年人是有益的。但老年人機體各組織衰退，欲保無病長壽，還須在生活上各方面多加注意為是。

不抽煙，少沾酒是首要注意的事。煙草中有尼古丁，苯并安、一氧化碳等毒物，它們傷害人體的呼吸系統、神經系統、消化系統、循環系統的功能，還能誘發癌症。酒精進入人體之後，對各組織細胞起損害作用，使體質下降，加速衰老。連年過節偶而小飲猪可，如果成癮天天喝，對健康很不利。

進餐不要過量，吃時要多嚼慢咽；老年人的消化功能減弱，腸胃蠕動功能減慢，消化分泌液減少，所以强調進餐要定時定量，即使自己最可口的食物，也只吃八成飽為宜。多嚼慢咽是補消化能力差的不足，多嚼能咬破植物性食物的細胞壁，從而提高食物的營養價值，增加吸收量。

注意運動鍛煉，適合老年人運動的項目，如早晚慢跑、打太極拳、練氣功、散步等。並須持之以恒。但運動量要適當而不能過勞。日本的一位醫學博士說：「過勞是多種疾病的誘因，是長壽之敵」。

室內保持空氣新鮮；一個人一次吸空氣約五百毫升，十二小時約吸入空氣五—六立方米，從其中約攝入氧氣二三萬毫升，產生二氧化碳十七萬毫升。如果室內空氣不新鮮，影響人體對氧的需要。所以睡覺時有空調最好，無條件的應堅持開窗睡覺，冬季至少也要在窗戶上留通空氣或安裝風斗。但應避免冷風吹到人身。

用鼻呼吸好處多，鼻腔粘膜上有許多毛細血管，血液循環旺盛，對吸入冷空氣起加溫作用，經鼻腔吸入肺內已接近體溫水平。鼻毛和鼻粘膜上的粘液，對吸入空氣起過濾作用。鼻粘膜上有無數根纖毛，能自動清除污物。

知足常樂，笑顏常開；家庭團結和睦，生活無憂無愁，重視文娛、書畫，旅遊活動，知足常樂，笑顏常開，精神保養得好，可保無病長壽。

生活衛士

頭屑過多如何防治

喜妍

頭皮屑過多，平時「如飄白雪」，落在身上成屑，有礙美觀，也不衛生，令人煩惱。有時奇癢難熬，常因抓癢而導致皮炎。

頭皮屑過多的原因有：睡眠長期不足，過多地吃刺激性食物，頭髮分泌脂肪不正常，比較乾燥，梳頭髮經常梳得過緊。

頭髮比較乾燥頭皮屑多的女士先生們，如果在夏季或運動時多出汗，頭皮屑就會減少，甚至能恢復正常。運動出汗，既能增進身體健康，又是防止頭皮屑過多和出現頭皮炎的好方法。

具有治療頭皮屑過多和頭皮炎的洗髮水，牌子是很多的。這裏恕不一一介紹了。

中醫有幾種療法：取羌切成片，用水煮，待其稍涼後把洗髮水洗淨蔥汁輕擦頭皮屑多的地方，隔一天洗後可除去頭屑。

日常洗頭時選用的洗髮素，要根據各自頭髮的型類而定。如果是乾性頭髮，請用含有蛋白的洗髮水，如果是油性頭髮，請用含有檸檬的洗髮水為好，如果是中性頭髮，則應選用含有蘋果酸的洗髮水為宜。

梳子或頭擦，要硬度適中而不宜太硬、太軟。過硬則容易損壞髮根，太軟則難以擦去頭屑。

藥膳與食療

大芥菜保菜蕃薯

趙仲素

春天容易生病。這幾天患了感冒，吃的全是白粥、米粉。也吃了一頓大芥菜煲番薯。

你吃過大芥菜煲番薯嗎？這是舊日農村及窮人家生病的食品。過去孩子病了，不能吃飯，哪有現在那麼多雜糧供選擇！那時候沒有通心粉，沒有米粉，桂花粉是較為高級的了。通常是吃兩頓大芥菜煲番薯，餓兩天清清腸胃，病很快就好了。

雖然現在可供選擇的代飯品很多，但感冒或腸胃積滯生病，吃一碗大芥菜煲番薯比其它食品更有幫助清腸胃的作用。因大芥菜中沒有脂肪質，氣味辛温，具有柴胡的功用，故對於治療感冒很有幫助。用大芥菜配以白心番薯同煲。煲的方法是大芥菜切成一片片，番薯去皮切件，煲半小時左右即可。食時加少許鹽調味，連湯一起飲。不過，味道不大好，當作藥一般食吧。

大芥菜就是用來醃鹹酸菜那種，不大容易買到，如街市無大芥菜，可用小芥菜代替。

防止心肌梗塞有新藥

美國賓州藥劑師茅于璋

心臟內血管被血塊栓塞，是造成心臟病的罪魁。市面上已有一種抗血塊的藥物，如鏈激酶（Streptokinase）等。但也有一缺點，是用一導液細管注入動脈血管系統，使病人易發生內部出血，且藥性久不散，易生危險。現有一種新藥，名組織纖維蛋白溶酶原活化劑（Tissue Plasminogen Activator簡稱TPA）。此藥物在人血內，碰到另一種蛋白，能產生纖維蛋白溶酶。

這種酶素可以使血塊的凝素溶解。它是由病人胃腸上的靜脈血管注入。如注射及時，可以防止心臟血管栓塞。好處是於半小時後，即在體內失效，不會有引起內出血危險。近來心臟研究會報告，有百分之七十一的成效。在美國心臟學會，也有類似的報告。這個TPA原是人體內產生的一種蛋白質，有時量微，需補充，現在加州遺傳工程公司名Genentech，Inc.已能人工製造。正待食藥管制機構批准。

醫藥新聞

海口供銷社增出口產品 解決合資企業所需外匯

【本報訊】海口市供銷社成立了供銷貿易總公司，與香港環球公司合資經營一家電子電器製品廠、一家裝修設計工程公司和一家承担海口—香港貨車運輸業務的運輸公司。去年八月開業以來，生意不錯。但進口原材料所需的外匯問題日益突出起來。實踐使他們認識到，如果不解決外匯來源問題，合資企業就會成爲無源之水，無米之炊。於是，決定發揮本地的自然優勢，利用合資企業的有利條件，組織港澳市場需要的農副產品出口，換取外匯。經海南區有關部門批准，從去年十一月份起，他們先後辦起兩個創匯產品生產基地：一是辦起一間水產品加工廠；二是與郊區菜農簽訂購銷合建同，立出口瓜菜生產基地。爲了增加出口貨源，他們還派員到毗鄰縣，與菜農簽訂代種包銷出口瓜菜合同，並向菜農提供技術指導和供應優良菜種服務。對生產基地生產，加強肌肉張力。在這些病人中，心絞痛者顯著進步堪稱痊癒的有百分之五十二，百分之四十四明顯進步，風濕性心臟病之百分之五十三幾達正常，百分之四十三緩和，高血壓性心臟病者，百分之四十二進步得多，百分之四十三進步。

麥胚對於肌營養不良，纖維組織炎之治療效果，屢見報告，且有助於弱智兒童，延緩衰老過程。適當的運動加麥胚，對靜脈炎、靜脈曲張都有好處。對於風濕性關節炎者，麥胚可使之減少甚至停用可的松。

你或你的家庭成員如果容易患傷風咳嗽，先不要伸手到藥瓶中去，或求助於補品。問問你自己餐桌上的蔬菜與水果夠不夠？蘇格蘭有諺語：「麵包越白，死亡越近。」你經常吃的麵包？

大自然巧妙的將胚種植入麥粒，不是為了商人的謀利目的將它與麵粉分開。

醫藥聞近

墓祖始回族安惠 閩「石獅公墓」重修

【中國新聞社福州電】福建省惠安縣的回族始祖墓——「石獅公墓」，已由省、縣有關部門撥款重修。近年，不少海外回族僑胞回國省親時，常來拜謁。惠安縣東園鄉是回族聚居的地方。他們的始祖郭仲遠是元末明初由泉州遷入的伊朗後裔，迄天已繁衍後代二十二世。

郭仲遠死後葬於泉州灣北畔龍頭山之陽，因其地形似獅，故郭氏子孫尊稱「石獅公墓」。其墓是伊斯蘭的塔式墓蓋（石棺）、墓室及其周圍花的崗石上雕刻文《古蘭經》章句拉伯文，此墓已歷時五百五十多年。

特稿

韓素音談中國

穆原

每一刻都在變化

「中國在這三十五年來可說每一刻都在變化，而且變化是很大很快的。我於去年參加了國慶的盛大慶祝典禮，隨後往長沙探訪朋友時，便發覺這城市與兩年前的印象已不一樣，發展快得令人差點也記認不起來了。」爲了能深切了解和追及認識中國的發展變化，韓素音目前每年都會到中國訪問兩次，她補充說：「每年只到中國一次肯定會失掉許多認識見聞，但現在我經然每年兩次，也覺得對於要了解中國還是很不夠的。」

談到中國近年的農村改革時，她表示，沒有任何政策是可以永久不變的，新政策應能按着不同的環境而實施。於解放初期的中國，進行集體所有制改革確能促進生產力與經濟的發展，但至某一階段時，農民的積極性便需要再作調動，因爲「農民就是農民」，不能永遠只要求他們爲集體犧牲，而不爲自己着想，目前的改革與「包產到戶」，就是新形勢下的新步驟，它仍然是集體所有制的一種。

韓素音說，中國領導人去年十月接見她時，指出現行的新改革進行得很好，但同時也承認是會出現不同富裕級別的人民，重要的是仍然比較貧困者，他們的生活也是比以前有所改進和正在不斷改進中。

真正爲人民着想

比較自七六年以來中國人民生活水平的發展，韓素音認爲許多人都已有了很大的改進，尤其在北京，對於房屋重建的成績，她更感到驚奇，因爲這期間北京所新建的房屋，已相當以前舊有的總和。

「究竟這龐大的建築經費是從哪裏來的呢？」韓素音解釋說：「原來這些經費主要來自削減軍隊的開支，當全世界國家的國防開支都不斷增加時，中國政府這做法確實反映了她是真切爲人民着想的，我對此是十分尊崇。」

偉大人物毛主席

韓素音繼而談到對已故主席毛澤東的看法，她說：「我始終不會改變一直來對毛主席的看法，就是他是一個偉大的人物，沒有他，中國可能仍處於過往的黑暗痛苦裏。當然，任何偉人都會犯錯誤，現在要全面評價他的功過也許還是太早。」

對於過往許多有關中國的作品，她深信仍是寫出了當時的真實情況的。她堅持自己不會改動其中任何一個字。她表示，自己已有五部作品譯爲中文於中國大陸發行，他們的評價都是很好的。

流的是中國人的血

究竟是什麼因素令韓素音如此熱愛着中國呢？她爽快地答：「因爲我身體裏流着的也是中國人的血，我是屬於中國的，我不理會中國是否承認我，也從不希望於中國能得到什麼，我只願能看到她不斷從過往的痛苦裏改善與發展過來，我會感到非常高興快樂。」韓素音的父親是中國人，母親是比利時人，出生於北京，曾在燕京大學與布魯塞爾大學受教育，也許這些背景就是她那對中國深厚感情的主要基礎吧！

韓素音最後說，許多人總愛挑剔中國的缺點、錯誤而往往忽視情況的另一面，就是：中國三十多年來，不斷發展的總趨勢。她深信中國以其深厚的文化和人民的無窮智慧，必能取各國之長，走出自己的新路。

台山開展尊師活動

組團慰問教師 鼓勵教師做好工作

【本報台山專訊】在著名僑鄉廣東省台山縣裏，尊師重教的新風尚正在全縣興起。教師有史以來最受黨政部門、社會各階層人士、華僑港澳同胞、家長和羣衆的崇敬和尊重。與其他地區一樣，該縣的教師也曾有被稱爲「臭老九」的一段歷史，對教師很不尊重，使教學質量大爲下降。今年二月，該縣同時轉發了廣東省委對《關於開展尊敬教師活動的通知》，全縣各區鎮鄉村和單位隨即響應，掀起了人人尊敬教師熱，許多人爲教師辦好事，使他們能安心搞好工作。今年春節前後，該縣開展了一系列的尊師重教活動。縣領導一齊出動，組成了七個慰問團分別到台城地區各中小學開座談會和慰問教師。縣政府還發給全縣每個教師慰問金。全縣二十四個區（鎮）也到鄉村學校熱情慰問教師和發慰問金。許多廠礦和企業單位，也常常鼓勵和慰問教師做好工作，並且經常捐款贊助學校開展有益於師生身心健康的各種文娛體育活動。台山縣日用電器廠，還照顧了二十名教師的子女在該廠就業，解決了這些教師的後顧之憂。四九區五四鄉旅美華僑黃禮義，最近匯回美金一千五百元分給五四學校的教師，白沙區旅外華僑也寄了港幣共六千多元鼓勵教師教轉學。該縣還出現了一些專業户富了不忘教師傳授知識的新聞。白沙區茶園鄉塑料專業户黃洪標，最近他共捐贈四千元給自己曾經就讀過的白沙作新小學、台山培英中學和台山一中三所學校的教師作慰問金，和給白沙區教育辦召開茶話會慰問全區教師。

爲了更進一步調動廣大教師的積極性，充分發揮教師的聰明才智，縣準備在今年經費節約開支部分，撥款三十萬元在台城鎮興建教師住宅。

開平大鐘樓

心贊助下，開平縣城新建成一幢九層的大鐘樓已正式啓用，爲人們準確報時。（李思泉攝）

在港澳同胞熱烈響應倡議。市委書記林錫榮、市長鄭睦鑫等黨政機關負責同志，帶頭捐款。副市長黃志騏捐了一萬元。他們說：「這是我們尊師重教的一點心意。」黨政機關、廠礦企業、農村街道的六十多個單位，也先後捐資贊助。香港知名人士李嘉誠先生、莊靜庵先生，已經接受邀請，榮任教育獎勵基金委員會的名譽主席。

改善經營和培訓 人工場扭虧爲盈

【本報訊】廣東省普寧華僑場改善經營管理，加强對工人的技術培訓，使「三來一補」企業越辦越好。去年獲純利十四萬七千港元。

普寧華僑場於一九八二年八月起先後由港商引進外資、設備，辦起了毛織廠和服裝廠，爲港商加工各式毛衣、毛片、服裝、玩具等。開頭，一些企業由於管理不善，職工勞動紀律鬆弛，非生產性費用多，造成虧損。去年以來，場部與廠簽訂經濟合同，擬定承包條款，並落實廠長負責制，這樣有效地調動了職工的積極性。一九八三年虧損了近二萬元的毛織廠，從內部管理上進行了一系列的改革。全面實行計件工資制度，多勞多得。還注意做好職工的技術培訓，提高技術水平，促進生產的發展。

由於加强了對來料加工業的領導和管理，企業規模越來越大，生產蒸蒸日上。

潮州教育獎勵基金 獲海內外人士捐資

最近已籌集逾廿四萬元

【本報訊】廣東省潮州市設立教育獎勵基金，籌款獎教獎學，得到了各界人士的大力支持。最近，已籌集人民幣逾二十四萬元。

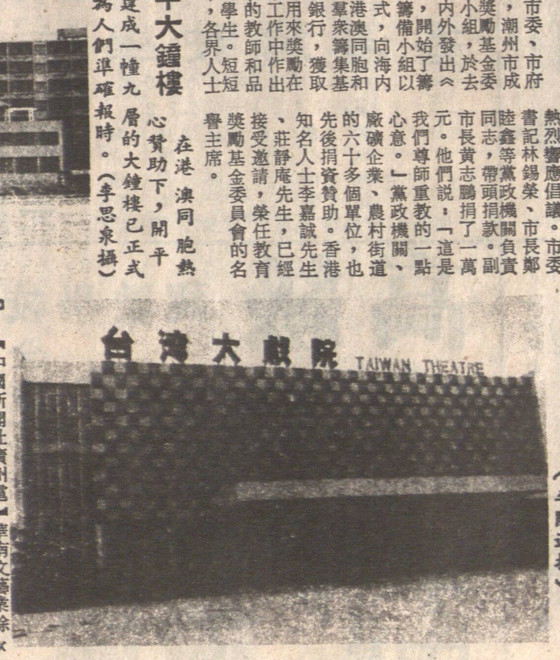
在潮州市委、市府的支持下，潮州市成立了教育獎勵基金委員會籌備小組，於去年底向海內外發出《倡議書》，開始了籌備工作。籌備小組以贊助的形式，向海內外僑胞、港澳同胞和廣大幹部羣衆籌集基金，儲存銀行，獲取利息，將用來獎勵在教育教學工作中作出顯著成績的教師和品學兼優的學生。短短幾個月來，各界人士熱烈響應倡議。市委書記林錫榮、市長鄭睦鑫等黨政機關負責同志，帶頭捐款。副市長黃志騏捐了一萬元。他們說：「這是我們尊師重教的一點心意。」黨政機關、廠礦企業、農村街道、單位，也助。香港嘉誠先生已經任教育學兼優的名譽主席。

華南文藝業餘大學 歸僑杜埃担任校長

【中國新聞社廣州電】華南文藝業餘大學於四月二日在廣州成立，王屏山副省長担任名譽校長，菲律賓歸僑、廣東省文聯副主席杜埃任校長。

該校暫設文學、美術、戲劇、音樂四個系，校址暫設在廣州起義路華僑中學內。

華南文藝業餘大學是一所新型的業餘大學，是當前中國高等教育改革的一種新的嘗試。它的宗旨是提高廣東省現有文藝工作者的素質，爲本省的文藝事業培養新生力量。



福州市最大戲院 台灣大戲院建成

【中國新聞社福州電】一座總面積達六千多平方米的台灣大戲院在福州建成，四日特邀香港青年演唱團前來進行首場演出。

台灣大戲院座落於福州熱鬧的五四路，南靠閩江飯店、外貿中心，北臨華福賓館、温泉大廈，佔地十六畝。戲院有一千二百個觀衆席，還設有十四個豪華的雙人和多人包廂，休息庭院寬敞，有停車場和假山、水池、花圃、小橋，還有貴賓接待室，是福建省目前最大的戲院。

圖爲新建成的福州市台灣大戲院，裝飾美觀，設備現代化。（李開達攝）