

症癌與食飲常日

日常飲食與癌症



最近美國科學家報告說，日常飲食與癌症有密切關係。這項研究耗資一萬美元，檢討了近萬份論文，結果是發現人們日常食用的蔬菜水果，是最新對付癌症的武器。

研究指出，人們日常中的飲食，一些有足以增加癌症的危險，一些則減少這些危險。

其中一名研究員金寶在雜誌上發表他的看法。

金寶說：「最近有兩名英國研究員認為在所有發生的癌症中，因飲食而引起的佔去三成五。這個百分比只是籠統的估計，它可能只佔一成，也可能七成隨因飲食而起。但可以肯定的是飲食有關連很大，最簡單的說，有些食物可以推延惡性腫瘤出現的時間。」

「現時這中所指演的，這飲食在癌症中不能預知角色。但可以看到預防象是，如果體內脂肪增加，結腸癌、乳癌的機會就增加。證據包括：

金寶說：現在假設，兩者間的關係是很具說服力。」

多科學家都認為，其人體內已經有許多致病的物質存在，它們只是在等候時機，待一朝演變成爲癌症，不幸地造成癌病。體質的人DNA結合之時的活躍起來。大致來，這癌症細胞的初生

常食與癌症有密切關係。這項研究耗資一萬美元，檢討了近百萬份論文，結果是發現人們日常食用的蔬菜水果，是最新對付癌症的武器。

研究指出，人們日常中的飲食，一些有足以增加癌症的危險，一些則減少這些危險。

其中一名研究員金寶在雜誌上發表他的看法。

金寶說：「最近有兩名英國研究員認為在所有發生的癌症中，因飲食而引起的佔去三成五。這個百分比只是籠統的估計，它可能只佔一成，也可能七成隨因飲食而起。但可以肯定的是飲食有關連很大，最簡單的說，有些食物可以推延惡性腫瘤出現的時間。」

「現時這中所指演的，這飲食在癌症中不能預知角色。但可以看到預防象是，如果體內脂肪增加，結腸癌、乳癌的機

兒，最初時對人體無害，它只是存在它會厚積久發。天晚將可。可能是數年之後才特別活躍起來，然後它佈患者是染上癌症。金寶說：目前他們研究的重點是如何防止這癌症的發展，這些也是飲食能發揮它們的地方。

他說，飲食與癌症的關係是目前癌症研究中的新方向。有一點是科學家的重要點是觀察癌症是否因過量性病毒而起。

有一種預防癌症的方法，就是脂肪。有很多極定的說法，但在結構論上的話，我們發現到人們吸更多脂肪時，腺體便發出較多的類固醇。我們又是鼓勵這種類固醇是較毒性癌病發展者。我們曾建議這類物質，在一些已注入致癌物質的活動中，專注入這脂肪酸，結果它進癌症的機會高。」

全寶說，基於脂肪與癌症的研究，因此委員會方面已呼籲人們注意飲食。委員會建議在吸人脂肪方面，現在現時的總卡路里量上由四成減至三成。他說，甚至減為兩成也不該有其他問題。

他說，減少脂肪吸入不難，只要人們少吃些沙拉油、牛油、煎炒食物、肉類等。

委員會的報告建議人們多吃生菜葉菜類。全寶說，這類食物中有某種植物，它可減少患多種癌症的危險，此患多種癌症的植物，甜薯仔、白菜等類也適合。這類物質在體內轉化爲一種化合物，牠他可以防止癌症產生。他警告C對癌症也發現有防止的機會。

委員會也建議人們多吃穀類食物，它們含有豐富的能量，又不含脂肪。

最有名的冬臘動物，要算豬、雞和鴨。製鹹、鹽焗和作爲食物的歐洲產火腿，還在冷天產大，而當天氣比較暖，便吃起熱的，動只在較冷的地方，完全安全。

美國的火腿，也像燻鴨和熏黑那樣，只在較北的地區才冬天，到時候在兩穴穴大櫥根和同等的所在，如果因固有而存在食物，確的使不冬臘，雌的這時，通常被天自日春在鳥巢，就維持在春天，熊貓少在人畜集中牛產，多半向南方移動到海邊去。

有人問金寶，爲甚麼報告內不特別介紹個別的食品？他說，我們是希望有一個整體均衡的食譜，而不是糖果、穀類，但也忌絕果牛油、炸薯條，盡量就得矣。

兩尊卓別靈銅像



靈魂

人話

鄧斯塔西亞·金斯基是當代美女，五官充滿靈氣，與之相比，波姬小絲顯得呆木、幼稚及欠缺內容，歐洲女明星娜比·坎兒之姿態，實在不啻為「陰險」的毒藥，因略為厚脣，充滿情感而面型美，性感到得恰好處，總不能接受嚴格如軍車司機的女角。

金斯基的雙眼閃爍出共豐富的內心世界，許觀眾看到的只是假象，但已應滿足。

時尚雜誌上每登出她短髮的倩影，便驚聲美談與青春有不能分割的關係，但靈魂也是重要的。

小幽默

▲「老」說：「這個世界真是不公平，當他們年少時，人家要尊敬他老人家們的教訓。我如今老了，人家又說我應當依從青年人。」

▲「女士年約五十歲，往著醫生，要求全身檢查。」

「檢查完後，醫生先問她一些野人。」

「全副健康，因為他們都是反社會者，怎麼能？」

「你失禮了，些甚麼？」

「牧師太太因患感冒，沒朝丈夫宣道，丈夫回家，她問道：『你今晨那些惡舉？』」

「我說：『你怎麼不來？』」

「前晚能力」

勝任車蓬按裝廠
由你貨車轉賣為一
舊的車，有十二年
經驗，租
免費估價，
免費估價，
有車者
常伴。

FREE SPIRIT VAN
398 Kingsway Van. B. C.
Ph. 873-3361

劉富
承接裝修
油漆 土木工程
地址: 6-6 E. 1st Ave
新電話: 379-4389

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
修繕小窗柏文

麥秋油漆土木工程
PAINTING & DECORATION
屋頂內外、油漆裝修、
土庫間格、各式吊椅、
從優悠久、顧客信用。
下午六時后
電話: 874-1240

忠誠裝修
吳偉傑
電話: 255-3301
430-5061
承建新屋
土庫間格
陽台車房
內外油漆

水喉漏水
專門修理及安裝，
價格相宜。請電:
四三七—四四九六

整新裝修
內外油漆 土木工程、裝修
保養、水間屋頂、陽台車房
土庫間格、免費估價、價平
電話: 337-2533

奧林比亞電視公司
OLYMPIA TV ELECTRONICS
2303 E. Hastings
Vancouver, B.C. V5L 1V6
專售及修理
ZOOM TECHNICS RCA
電視、音響、錄影器材
PHONE 255-4543

英皇電器修理工程
合格牌照、新裝火、
免費估價、電器修理。
日夜應命。
電話: 九八—五八七八余國智治

平勝土木裝修工程
P. S. 承接
CONSTRUCTION
水庫間格、鋼筋內外、
水喉油漆、大小工程
價錢特平、工作快捷
電話: 五五五—四一五二
五五四—二二二

UNITED REALTY LTD.
3879 OGAK STREET
VANCOUVER, B.C. V6H 2M6

鄺敏達 **PETER WU**
BUS: 736-3831
RES: 261-6890
PAGER: 524-8581 No.1306

△八萬九千，現代時屋，兩房。
△新屋二睡房，二個半浴室，
3683±. 27。十四萬二千元。
△西區六睡房95X140廿九萬八
△九年新屋三睡房家庭房，一千
六百平方呎552X110.66±5
TODERICK 十九萬元。
△ 1768±.25 五睡房五十乘
一廿三尺雙車房，十二萬五千
有六萬五千十三厘四份三按揭
至八十五年四月。
△十五萬九千。八年新五睡房，
兩個半浴室，土庫完成。37X
130近2797W·KING EDWARD
△668W。五十四呎式三睡房
一十五呎56X17.6廿九萬九
△1796±.六十四，五睡房十萬
九千元。

陳 憲 明
STEPHEN CHEN: B.S.
住家電話: 325-6075
DOGWOOD REALTY LTD.
8377 Fraser St. Vancouver
B.C. V5V 4C2
876-8341

九月新盤

▲六萬多開價，屋主急賣，歡迎週
價，二房一廳，六街夾域多利，樓
會難逢，先到先得。
▲五年新，三房一廳，東十六街夾
菲沙，開價九萬三。
▲西區靚屋，三年新，四睡房，六
通方便，取價二十萬。
▲本拿比，十年新，三睡房，七萬
開價，有四萬銀則可接，近商場及
搭車。

 **梁紹禧**

ROY S.H. LEUNG.

Wolstencroft
Realty Corporation
110 - 1665 W. Broadway,
Telephone (604) 731-6131
Vancouver, B.C. V6J 1X2
住家電話: 324-4752

●本拿比京士威街角旺地，闊150呎，餐館生意120位連物業六十五萬。
●MARPOLE區十組柏文收入\$50500。要價三十九萬五。
●近UBC大學則師設計全新大屋二十四萬九。大平賣。
●西區中加式餐館，有長批，廚具全，有酒牌，十一萬五。
●DOWNTOWN CAFETERIA。座位一百七十，取價十二萬五。
●全加拿大連鎖性餐館，各省BCC及溫哥華FRANCHISE機會難逢。
●唐人街雪糕店，有長批，廉價急讓。
●東區十五街近RENNFREW ST上下層各三睡房，標準地盤，全新，八月底完成，取價十五萬九。



KAM LAI
Canada Permanent Trust
百萬能實業公司

賴錦泉公司 電話: 438-8161
住家 277-5623 傳呼機: 687711-7878

住宅生意

- ▲東區新屋，屋主特別設計，連吸塵系統，土庫完成，近六十二街，只十五萬餘元。
- ▲本那比存屋，有十萬元低息貸款，只廿廿三萬九。
- ▲東區近域多利街，卅五年屋，土庫完成，只售九萬!!!
- ▲ABOOTS FORD 1年新餐館，設備齊全，有酒牌，泊車，前最佳，開價九萬五。
- ▲梳利埠外賣餐館，只九千五元。
- ▲乾洗衣店，連自助機器，收入穩定，祇三萬餘元。
- ▲白石鎮遊客區果舖連實業，有住宅，低息貸款，售廿二萬五。

DOGWOOD RLTY 多活實業公司

公司電話: 876-8841 住家電話: 420-1851 254-4655

胡鶴洲 KEN WU



▲北雲大粵菜館，有酒牌三舖位，裝修靚，地點旺，急賣五萬五，機會莫失

▲西區地王咖啡室，夫婦公餘，前最佳，日營三百餘，三萬八。

九月新盤

▲乃磨夾百老匯街果舖，中西食品，生意好，地點旺日入六百，急讓三萬五，夫婦拍檔前最佳。

▲乃磨夾五街西班牙式新屋，樓上四房三廳，有二千尺，設備華麗，地點好，交通便，此大屋與眾不同！歡迎參觀廿五萬九千

▲五十三街八〇九號兩年新屋圓型樓梯面積一千六百尺，地闊屋靚，十六萬九千元。



DAVID TAM 譚弼華

達新實業燕梳公司

DASON REALTY ★ TK Insurance Agencies Ltd.

4510 VICTORIA DRIVE VAN.C.B (域多利夾項士域)

公司電話: 879-6331 RES. 437-1714
437-1719 傳呼機: 524-8581

PAGER No.2204

▲東區十一年三睡房靚屋，硬木地台，土庫完成住宅單位，開價十二萬八千元。

▲東區卅九街近域多利街，兩睡房，土庫完成住宅單位。

▲新屋三睡房，標準地段，近喜士定街，十三萬九千開價。

▲新屋兩間，三睡房，標準地段，雙車房，可完成土庫住宅單位，東區五十二街近域多利街。

▲東區兩睡房，有土庫房屋數間，開價由七萬餘元起。

▲街角興旺地區餐館生意，日做八百餘元，東主出國急售。

▲粵式急凍點心製造廠生意出售。工具齊備，包送貨貨車，潛力未盡。

▲北雲一年小型商場，全部租出，每年淨收租十二萬。

▲列治文區兩年新卅八組柏文，年收廿餘萬，有區息放揭。

▲代理 I C B C
●汽車保險

換領車牌 ●轉交燕梳

▲代理各大保險公司
房屋物業 ●生意燕梳

▲忠誠服務 ●價錢相宜

店側停車 ●無須久候

▲詳細解答 ●保險問題

▲請電譚君 ●或司徒太

BB
BLOCK BROS.
公司：273

巴售号

175-000 85-000 按揭13%三年
2·700 方呎

HOLIA CHOW

(周太)

住宅：271-7874

列治文

廿六年新入息仔屋，月入二千元，
 廿二萬九，西班牙式八年新屋，
 土庫完成，地 6,110.5 兩廳四
 房，十三萬五。

△位於機場側，地 4,530.3 房
 一廳甚大，大廚房售七萬五千九
 △觀區大屋，五房加大廚房，主人
 房及遊戲室特大，減售廿萬九千
 △全新高尚住宅區，兩廳四睡房另
 有麻雀房，名貴浴室，可換屋。
 △兩年新屋，土庫完成，六房兩廚
 房，三浴室，取價十三萬九。
 △兩年新，半仟屋一廳三房，取價
 七萬九。急售。

其他

△北盤那比觀區大屋一間上下六房
 地 6,013.0 滿鋪名貴地氈，要
 價十八萬九千。

△商業樓十間加樓上十柏文，僅數
 年新，入息好，切勿失之交臂。
 △專做西人生意唐餐館，生意穩定
 ，業主退休，割價出讓。

(聯邦及省政府房屋補助金詳情，請來電查詢。)

溫哥華

溫哥華中區
溫哥華東區
溫哥華西區
溫哥華南區
溫哥華北區

(張子喬)

住宅：271-3112

- △溫東區，上下裝修，煥然如新，溫東區，上下二廚房現代設備，出路方便，近京士威，要價九萬九。
- △溫東區，近巴士路綫，廿餘年屋保養好，硬木地板，土庫完成，地四十尺闊客廳有景，鐵價九萬
- △溫西區，地寬餘呎廿幾年屋三房兩廁，環境幽雅，減售十六萬九
- △溫東區，地卅五尺有土庫，出路方便，要價九萬二
- △溫東區，鄰近學校公園，交通方便，土庫高，要價八萬五千九。
- △溫東柏文樓，四年新，一房，按揭二萬九，月付三百三，利息十三厘二五，至八五年九月到期。
- △溫西區高尚住宅區屋，原價卅一萬，現減售十九萬九千，美觀客廳，大廚房，四廁所，主人房外騎樓外望，城市景色，一覽無遺