壞損髮頭 四大根源

美容專欄 余淑芬

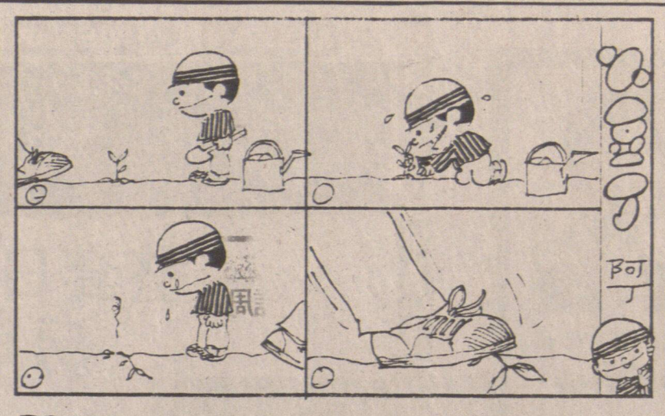
傷害頭髮的因素很多，最常見的有下列四種：

（一）乾燥——寒冷的天氣，暖房裏的乾燥空氣會嚴重傷害頭髮，健康、有彈性的頭髮含有充足的水份，如果水份不足夠，頭髮便會變得粗糙，其至分叉或折斷，不要用力梳頭，也不可過度使用吹風機。

（二）洗髮水、燙髮劑、染髮劑——使用不含髮質的洗髮水，會令頭髮受到傷害，很多人以為只要能把頭髮洗乾淨就好，但其實不是，如果選用不適當的洗髮水在任何性質的頭髮上，都會造成傷害。燙髮劑和染髮劑更是嚴重，因為這些藥品都是以化學方法合成，目的是引起頭髮的自然變化，如果不適合自己的髮質，實在令頭髮損害不少。燙髮或染髮，次數越多，頭髮所受的傷害就越大。

（三）紫外線——頭髮的皮層裏含有黑、棕、紅、黃、四種色素細胞，其中的黑蛋白色素遇到紫外線就會褪色，慢慢變黃，而日曬的熱力也會切斷蛋白質的供給，使頭髮變得脆弱，失去光澤。

（四）公害——油煙或廢氣都是很難洗乾淨的污染，這些污染附着後若不完全洗淨，會侵蝕頭髮。



不知是什麼荔枝

◀鼎羅▶

大約是由去年的冬季開始，到如今吃了幾次荔枝，由於自己對荔枝有感情，有偏嗜，見了生果攤檔有些擺出來，看了合眼的便買，若問所吃的是什麼荔枝？只有一句，不知道。

最近一次，賣荔枝的人說是：黑葉。心內為之苦笑，因為此時即使有荔枝，又怎會有黑葉？好在每磅只十元，但求是荔枝，那又管得是荔枝便是好，慰情聊勝於無，怎管得。

以前，荔枝只是中國有，只產於廣東，福建、四川三處地方，但如今，不少外國地方亦有荔枝來，否則，數九寒天之下，怎會有荔枝？龍眼，楊桃都有來路貨，荔枝有亦何奇？

對於荔枝，如若要求太高，非桂味糯米糍不吃的話，那有多少日子好吃？將就一點未嘗不好，揀飲擇食而至於荔枝，倒不如見了有便吃，會多吃一點。

產子之後

◀阿韻▶

西西為好友將西莉亞，但是人母，身材以恢復此時非常擔心日後身材難以恢復原狀。

西西莉亞本是身段極佳之人，正因如此，由剛懷孕開始經已擔心美好身段不可再有，她此種心態馬上成為衆友取笑的對象。

其實，產後欲完全恢復原狀，這幾乎是不可能的事，腰身較懷孕前粗一至二吋或以上，差不多是可以肯定的。但借助運動或一些措施和儀器，是可以使身型變得較均勻，不會「零零舍舍」突出一個肚腩，這卻是可以做到的。

方法有二，一是參加一些產後的減肥班，由專家來指導進行產後減肥；其二是購買一些減肥按摩用品，在家中自己按摩身體上因生產而造成肥胖的部位。二者當以前者效果較佳，但後者卻較經濟。

美容貼士

閒情雅趣

陸羽

是茶葉大發展的時期，這個時候北方飲茶之風，亦是從這段期間開始。

而陸羽《茶經》亦是在這個時間完成，有關陸羽的資料，史籍所刊不多，反而在民間有較多流傳。

他終年是七十二歲，在當年可算是長壽，陸羽又名陸疾，又稱桑苧翁，晚年稱竟陵子。

我國在唐代，可以說是茶葉大發展的時期，這個時候北方飲茶之風，亦是從這段期間開始。

而竟陵子之由來，乃因他是復州竟陵人，據說竟陵在現時湖北省天門縣的西北，這個地方因為出了陸羽，否則恐怕聲名早已湮沒了。

他的身世，始終成謎，他是被和尚從河邊拾得，帶回來撫養，是被狠心的父母所遺棄。

他的一生，充滿傳奇，嗜茶者無不以能結識陸羽為榮，稗官野史所載有關他的資料，亦並不可靠。

而竟陵子之由來，乃因他是復州竟陵人，據說竟陵在現時湖北省天門縣的西北，這個地方因為出了陸羽，否則恐怕聲名早已湮沒了。

▲子青

記者

▲尤美

記者生涯，過去只能夠從電視及電視片集中「欣賞」得到。但是京城採訪出現了咱香港記者的專業精神。他們冒槍林彈雨，把所見所聞如實報道。

有記者在局勢危急情況下，並沒有坐第一班撤退的飛回來。他所當時所想的是——盡量留到最後一刻，直至形勢不允許為止。因為，他們氣憤於受控制的傳媒那滿紙謊言。此刻，生命已經不是最重要，他們要說真話！

英勇頑強、出生入死的

女看男

武術最重母法，得母法而於行者明其變，已極可觀，此於實用言，確屬至理。是故求武術之真旨，宜於本身條件衡量，若得明師指點，一年功夫，已極可觀。

大醫生又云：「勁、速、變之方針乃各派之母法，實用者應依自己本性而入一派，如本性不入各大本性之大類，叫旁採合已者，乃可自成一派。

「然自己一派，若本性非多數他人所共有，則亦難為人學而流傳也。

「因此大門派多行着，為應多種稟賦之需要也，此其可成大派，然明之所知，行着不必全精，要者在盡展本能，而本能若能勝，則勝矣，武術亦可於今奧運之表現，得不少行着、心法之增益也。」

旁採合已者，李小龍堪稱最著。近世有不少自立一派，然終不能流傳，此即其本性非多數他人所共有也，又或其旁採僅止於想當然，終亦不能立足。

即強如李小龍，所遺截拳道以體系甚不完備，此其本性所善，而多數人不善，流傳有限，然其武道思想，於後世則有頗大影響。

自成一派

▲趙從武

武術與健身

男看女

英國有女士似女王或似戴安娜王妃，結果成為公衆偶像。其中似女王者更變了電影明星，頻頻上鏡。

講起世上最受注意的女人，瑪麗蓮夢露可說其中表表者，死了三十幾年，風頭不減，各地經常舉辦模仿夢露比賽。

美國有位小姐與夢露似八、九分，大受歡迎，風頭來得真容易，不過也後患無窮，不時受到恐嚇，有人說要殺死她。

後患

▲巫慈

常春藤

煮食四招

●煮豬肉時，在每斤豬肉裏放入三塊山楂片，豬肉熟得快，而且味道更鮮美。

●煮豆腐時，若在豆腐下鍋前用開水泡一下，可以去掉泔水味。

●煮麵條時，如果先放一點鹽在沸水中，麵條就不易煮爛了。

●煮海帶時，先把海帶放在鍋裏加水煮開，然後加進少量食醋，海帶就變得鬆軟好吃了。

孫邦摩

中國大預言家 左筆權 現寓溫哥華
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 2V3.
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

紐約人壽燕梳公司
NEW YORK LIFE INSURANCE COMPANY
專誠服務
徐君榮 LYMAN CHUI LICENSED REPRESENTATIVE
TEL. Home: 327-6383 Office: 685-7364
・財務計劃
・財產置業計劃
・個人保險
・商業保險
・退休金計劃
・RRSP及養老金（年金）
NEW YORK LIFE INSURANCE COMPANY
2000 - 885 W. GEORGIA 市中心滙豐銀行總行大厦

何桐攝影院 HO TUNG STUDIO
19 E. Pender St.,（中華文化中心對面）
電話：688·2933 681·5848
一張好相去代留傳 百萬家財雲煙過眼
樓上影院特備各類佈景拍攝結婚，家庭，學生，藝術人像，貨辦，廣告等相，別俱風格，新款婚紗免費借用，特技翻影舊相，紀念磁碟，
入籍護照相即影即有
入籍相（黑白）4張7·20
三人以上 護照相（彩色）4張8·80
（逢星期三休息）
惠顧金額滿十元者 免費泊車1小時
主理 何桐 英國皇家攝影學會會士 B.C.省國際沙龍評判員 曾獲 香港冠軍獎（64） B.C.省冠亞軍獎（71）

爲你保留好時光
金寶貝 一小時冲印
特價 彩色 入籍相、護照相 各兩張 $9.95 送回相底
一小時有取
凡冲晒菲林 送5"×7"一張
冲晒時 多晒一套
24張 只收1.99
36張 只收2.99
溫哥華 唐人街 NOVA SCOTIA BANK 隔隣
433 COLUMBIA ST.
電話：688-8148
（國泰用戶，另有特價優待）

若禾大戲院
319 MAIN ST., VANCOUVER, B.C. TEL. 683-8888
片長二小時十分鐘每晚七點半準時開場
成龍梅艷芳 領銜主演
成龍 導演 監製 武術指導
奇蹟
吳耀漢 歸亞蕾 董驃 午馬 柯俊雄 呂方 呂良偉 葉蘊儀 羅烈 樓南光 許冠英 火星 倪震 田豐 田青 方剛
同加場映 再見王老五 鍾鎮濤 張曼玉 鄭丹瑞

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・外埠郵寄算命三十元・結婚擇日、移居入伙、解簽酬照超幽、招魂、解除災難・祝星末運・七天候教・在住宅
467 PRIOR ST. 及 JACKSON ST.
電話254·2862 V6A 2G3
467派亞街 夾積善街
中山安堂 林健龍 占卦算命

修理各種彩色電視機，免費上門估價，電話：327·2257

HAIDA THEATRE
3215 KINGSWAY • 435-2333
即日放映 成人電影 出售錄影帶
性感●香艷●新潮●刺激●
加拿大首創情侶廂座乾淨的戲院
每星期有新戲放映
警告：兩部電影全部與性愛有關性感的電影
Red HEAT 18 Adults
Plus 2nd EROTIC FILM SEXUAL ODYSSEY
SHOW TIMES: 11:00 am, 1:45 pm, 7:15 pm and 8:30 pm (LDB)
** Balcony for couples only **
18+

Blackjack ★ Roulette ★ Sicbo
MAGNOLIA CASINO
娛樂場 冷氣開放・免費地下停車場
Royal Mandarin Centre
611 Main Street (& Keefer)
Vancouver, B.C. 文華二樓
下午六時至凌晨二時
（每星期7天營業）
Government Control Sponsored by your Local Charities
詳情請電：253·4263 24小時
SUPPLIER VANCOUVER CASINO SUPPLY INC.
如團體有興趣舉辦 CASINO
請電：253·0013
文華二樓
地方更闊大 燈色更光猛
歡迎各界人事參觀

華安書店
VAN-CHINA TRADE CENTRE LTD.
223 KEEFER ST., VANCOUVER, B.C.
CANADA V6A 1X6 TEL (604) 681-8531
新英漢詞典（三聯版）
特價八折，賣完即止！

插花招生
一技傍身商業或自用襟花花球花園花藍日本式等早晚及週末有班電327 7128黎太。

邵氏遠東戲院
德寶院線 684-7733
八月十七日（星期四）隆重獻映
八九年驚喜劇新品種
一部唔講得笑嘅電影！
提鬼大師
影之傑製作公司繼「猛鬼差館」「猛鬼學堂」後又一千萬票房驚嚇特技喜劇
蕭嘉榮 羅文
蕊韻 梁・詩 陳奕・詩 陳百祥・鄭則仕・馮淬帆・張學友
副片 福星臨門 張學友 劉嘉玲 吳君如 陳美詩
午夜場優先獻映 11:45PM（八月十八、九日）
單身貴族 德敏王・友學張・玲裕鄘

新聲戲院
150 EAST HASTING STREET, TEL: 688-3868
伴我闖天涯
千里共嬋娟
鍾楚紅 主演 周潤發
副片 雄同講 許冠文・許冠英 張文蕙・盧冠廷

龍城戲院
1660 EAST BROADWAY TEL: 872-7171
福星闖江湖
五福臨門・齊齊精！
賽友！刮友！盤友！
餐友！電友！
皆因佢哋都係
大富豪！！！
吳耀漢 苗僑偉 曾志偉 馮淬帆 劉嘉玲
主演
華線午夜場 8月18、19日 我本版年
溫碧霞 袁潔儀 李麗珍 陳加玲
副片 江湖接班人 莫少聰 苗僑偉

FOX Cinema 18+
Main at 7th Ave. 874-3116
成人電影院 有冷氣
35 MM 彩色電影
兩部成人電影 Graded XXX
ENDLESS LUST (Gena Lee)
NAKED STRANGER (Grade XXX)
WARNING COMPLETELY CONCERNED WITH SEX
B.C.DIRECTOR
放映時間由上午十一時至深夜
特別 成人 $5.00 老人 $3.00
雙人座 夫婦 $8.00
五時後免費泊車在戲院後面