津津有味譚

肺病療養之道

陳存仁

中國的藥品繁多，在肺癆病進行期中，有許許多多枝節的小症候，中醫要完全顧到，認爲不可以不加理會的。

譬如咳嗽，有一大羣藥品，可以應付。吐血又有許多藥品，可以治療。盜汗有討厭的潮熱，也有方藥去治理。盜汗有幾種藥品，可以達到止汗的目的，所以並不主張用一種單純藥品，強制連服數十天或幾個月，一切咳嗽，吐血，潮熱盜汗，完全置之不論，那是認爲很不妥善的。

肺癆病者，有一潮熱等證象，耗損體力，何等重大？即如每晚出一些汗，日子稍久，也能使病者無法支持。中國傳統的方法，祇用一些草藥，如售價極廉的浮小麥紅棗之類，可以能使汗停止了。

中國的藥物和食品，種類繁多，要將許多零零碎碎的破壞症候，透個制止和消滅，這些方法，都是性格和緩的營養療法，或間接療法，或培元療法，或是對方面同時並進的綜合療法。奏效不求速捷，不圖取效一時，要從根本上助長天然抗病機能，恢復他的天賦能力爲目的。肺癆病的進展，全由天然抗病機能戕賊而日益加甚，所以中國的藥品，能把肺癆病人治愈，而治愈率也相當高的。

肺癆第一期容易被忽視

爲了要介紹肺癆的食療方法，應先講明肺癆病的病情過程。醫生的診斷方法，本文置之不談，祇將病者的自覺症狀，叙述如下：

（六九）

看跑馬與賭馬以及其他

于立

在舊日上海有「看跑馬」這句話，當民初已相當流行。上海有三個馬場，兩個在郊區，一個在市區，後來僅存市區那個，即以市區那個論，也比香港的跑馬地大得多。在上海，馬場稱「跑馬廳」，市區那個「跑馬廳」，大陸變色後改爲「人民公園」了！

「看跑馬」，以去市區那個「跑馬廳」爲主，大家盛裝以赴，有錢佬每「圍第光臨」一，一家之主還偶然下注，其眷屬，是百份之百的「看跑馬」。民初，北里名花輩，逢賽馬之日，心去「跑馬廳」。枇杷門巷，本近中區那個「跑馬廳」，即逢郊外的「跑馬廳」一賽馬，她們也坐「野鷄汽車」趕往，不去「看跑馬」即不够時髦了。

北伐前後，「看跑馬」與賭馬、中國人大增，也都是穿得十分整齊，確有裙屐翩翩之盛，四十年前，筆者隨家人住「看跑馬」時，祇感到「跑馬廳」座上十分豪華，後來以爲與托爾斯泰及尼拉華爾的馬賽，相差也正不遠呢！

把跑馬視爲人的體育運動，以看跑馬與賭馬爲副是正確的，騎師本係業餘，所謂體育運動是指他們的體育運動，而非爲的體育運動，香港電視方面的「體育節目」中插入賽馬可以，但論馬而不及人，似乎成爲爲的體育運動了

舊日上海騎師，以「小開」居多，所謂「小開」即的東階級，他們的父親有錢。有些「小開」身强力壯又受洋派教育，鑒於自己體型小，則設法做騎師了，他們從事其他體育運動都不相宜。

今日此間的外省中年人，年老人二十年前南來後，感到香港不同於上海日多，騎師與足球員，亦其主要者，畧有不同？此地也不便談了！

其實更不同的是馬迷，香港的馬迷賭馬爲主，有些甚至不「看跑馬」，專賭外圍馬了，馬迷又普遍於各階層，「普羅」者佔絕大部份。二十年前，香港的上海舞女羣，賽馬之日必盛裝去馬場，她們「看跑馬」賭馬外現展覽自己，以作廣告，情形如舊日上海的交際花與北里名花，近況，香港舞場水平大跌，外省有錢佬，絕足舞場已有十年的舞女往馬場雖仍不少，且以賭博爲主，賭外圍者則嫌過於馬場內了。

在香港，又照舊日上海流行一樣「談跑馬」，普遍於各階層，在賽馬前一二日與賽馬日之夜及其後一日更甚。不能「談跑馬」即被時代落伍者，筆者本人便係其一，因此賽馬之日，絕對不去理髮店，由於理髮師每屆馬迷，上海理髮師有數衍主顧的傳統，他與我「談跑馬」而我無法應付，彼此都感沒趣味呢

三一比輕易取勝南華打跨了東方

中圈開波不久，陳錫祥一記低線傳中，陳志偉竄入空檔，迅捷起脚發射，應聲入網，二比一。

到下半場九分鐘，曾鏡洪一記遠射，何保繼誤以爲出界，不予理會，結果從外角入。南華以三比一告捷。

（下）

承接修改修整工作

各項木工，三合土工程，與水喉等工作，改造或修改廚房浴室等，免費估價，與 M. Cardoso 洽商。日間電話 876-7565, or 879-5647

宜經驗送飧兩名

月薪三百八十元，有意者請來華海飧廳或電話三二四、二二九六

光猛大房出賃

近華埠，適合夫婦或單身居住。電話：二五四、三五四八

新屋睡房出租

交通方便，近市場，合單身仕女環境幽靜。電話二五三、八三八七

價目必定 平的唯一宗旨

貨眞價實，童叟無欺。
陸海軍公司貨價，比任何人相宜。
貨物包君滿意，不然原銀奉回。
本公司曾替華埠華友服務四十餘年。

本公司
爲加國百貨公司
貨價折扣制始祖
本公司折扣價時常爲全市最「廉」
現款交易節約之道
無利息及遞送費用

Army & Navy Undersells Everybody

ARMY & NAVY DEPT. STORES

25 W. Hastings, Vancouver　608 Columbia, New Westminster

△代東
本支社謹擇於十一月十五日（星期日）下午壹時舉行成立第五十二週年紀念典禮敬治潔茗茚于同日下午五時半假座喜臨門陶陶兩酒家寅具薄酌屆時統請
洪門民治黨駐美洲總部
加總支部暨各支分部
達權總社暨支社及洪門各級機構叔父昆仲
嬸姆姊妹駕臨助慶指示禮儀曷勝榮幸
雲埠達權支社全人敬約

DART COON CLUB, 116 E. PENDER ST., VANCOUVER 4, B. C.

△代東
訂十一月十五日（星期日）下午二時
四週年紀念慶典禮成茶會
七時敬備菲酌
候光
黨總支部暨各支分部並
支分社洪門所屬大小機構及
義姊義妹僑界友好賁臨歡叙
勝翹企
多城達權支社同人敬約

Dart Coon Club, 436 Dundas St., Toronto 133, Ont.

殖館及貨倉生意出賣

各樣齊備，舖尾有房屋住，因年老而迫要割愛，如有同胞欲經營斯業者，面商面議，均由尊便。

Sunrise Cafe, Kelvington, Sask.

埠仔獨市唐番餐館連實業廉價出賣

本殖館四年新樓，樓上有住房四個，另廳，廚房，厠所，每年生意四萬五至五萬餘元，有來去水，地氣，最合家庭式或兩股份，本人因有別業無法兼顧，如于出賣，如有親朋欲營此業者，電話函商或面議均可。

本館主人啓
Glens Cafe, P. O. Box 100, Rockyford, Alta.
電話 533-3787

旺區中型菓舖連實業

包括三組及兩間住宅，有生意做，有得住，兼有租收，一舉兩得，適合夫婦經營，詳情請問陳健鏞
電話 住宅：255-0010 公司：324-2441
Rutherford Thompson McRae, Ltd.

亞省中西餐館出賣

位在亞省南部，有好中西殖館出賣，股東因事割愛，有志斯業者，勿失良機，函商面議，均由尊便。

地址：210 South Railway St, Medicine Hat, Alta.

業主自賣新型住宅

睡房大廳厠所全新，六十六尺夾一百三十尺，有大空地做菜園，坐落神你比區 Norfolk 街，煖氣車房，近巴市站及學校，售價式萬五千五百元，銀期好商量，電話六八壹、壹七二八。六八五、〇七壹九。與呂君接洽領看。

雲埠海晏公所召開實業部股東會議啓事

敬啓者：本公所經於十月四日舉行全體都備會議，議決通過調整業務，定期十一月八日（星期日）午十二時，在本公所禮堂召開股東會議，商討發還股本事宜，屆時恭請各股東蒞臨指示，共策進行爲要，倘有不到會者，依照會議通過論，幸勿棄權爲禱。

雲埠海晏公所實業部謹啓
一九七零年十一月二日

全新孖屋 週末開放

一點至四點

957 & 959 Sperling Ave., Burnaby, 近賓市定街，交通便，環境優美，近學校，每邊三睡房，土庫另有二房裝修完好，每月收租六百，詳情請電話 434-8886 楊定國

樓下全層出賃

三房廚房浴室，七壹壹奇化街。電話二五三、壹九七八

樓下全層出賃

近展覽會，有意者請於晚上七時至九時電話二五四、四四八四

翠華園食府

Pavilion Garden
[Restaurant]
509 Main St.,
Vancouver 4, B.C.
電話 687-2628

殖館的靈魂在招呼……
殖館的心臟在美饌
殖館的精神在裝飾

翠華園高級食府
具有二者的合體
迎賓水準的烹飪
現代的價格
親切的服務

誠將全部獻給關心生活，品酒，美食的人士享受。

穎脫而出 別饒風味

陳健鏞 Kinson Chan

The Gallery of Homes
公司 324-2441
住家 255-0010
Rutherford Thompson McRae Ltd.
1445 East 41st Ave.,
Vancouver 15, B. C.

▲西區，近柏文區街角菜舖連實業及兩間住屋出賣，生意旺，每日約三百張有租收，證舉兩得，勿失良機，只七萬式千五。

▲夫李沙三七一八，近廿一街，一廳兩房新士德古，住屋十庫有聯房出租，五十式尺濶，街角孖屋地，交通便，取價式萬叁千九。

▲古佬敦六四八四號，近乃路，拿主用上等材料，自建六大廳房住屋，十庫全部完整，如五廳房及有自用各設備，可作出租，街角地，晒台孖車房，近交通學校，取叁萬五千五。

▲前舖後居，證券兩房，中型菓舖連磚墻實業出賣，位Isaweasson 住宅旺區，做獨市生意，每日約式百五十，舖面光猛濶大，裝具新淨，商業地，濶一百卅尺，前面可泊十五部車，最佳夫婦經營，近學校，只六萬五千元。

活活百貨公司
WOODWARD'S

Vancouver Downtown Store Only

域多利　雲埠市中心　蔬菜部

華瓜菜人 平賣三天

ON SALE Nov. 5, 6, 7,
Thur. Fri. Sat.

十一月 五日 六日 七日
星期 四 五 六

豆仔	三磅壹元		
白菜心	兩磅三毛	五	
紹菜	兩磅二毛	五	
白菜	兩磅二毛	五	
芥菜	兩磅二毛	五	
椰菜耳	兩磅三毛	九	

Block Bros Realty Ltd.
華人營業代表
韋傑 CHICK WEI
電話：住宅261-4364
公司431-1471

△唐人街殖館出售　地點適中，裝飾美觀，座客常滿，取價一萬餘元。

△東區六睡房土庫有聯及二睡房　電梯，屋內美觀，祇數年新，近巴士站及學校，取價二萬八千九百元，一萬二千元可成交。

△四十一街夾乃路新屋六廳房、用料上乘，交通方便，取價叁萬五千餘元。

△東區孖屋　每層三睡房，土庫二睡房，十一年新，取價四萬五千元。

△東區菓舖連實業，年做約七萬元，獨市生意，取價四萬九千五百元。

△東西區加舖柏文，八組八萬式千元，十一組十叁萬餘元，廿組廿四萬餘元各商業樓數間由四萬元起，請電話詢問。