磨牙、夢遊與做夢相關

「做夢」是非常態睡眠

△有人認爲，睡眠時說「夢」話，「夢」遊症和磨牙齒，都和做夢有關。

台北中興醫院內科醫師林景福，說，這些現象都屬於「覺醒障碍」。睡眠時雖然神智未醒，但是器官、肌肉受到外界刺激，產生反應。

另外，磨牙齒與所謂的精神衰弱也沒有直接關係，只是牙齒肌肉的作用。

長庚醫院精神醫師李世模說，睡眠可以分常態與非常態睡眠。進入非常態睡眠時，眼球會作快速轉動，這時就容易做夢。

一般而言，在睡著一個半小時以後，就會進入非常態睡眠狀態。一個人做夢的時間大約佔睡眠時間的五分之一。林景福說，以一天睡八小時計算，三十歲的人，就有兩年時間在「做夢」。

有些老年人感歎自己進入「無夢」的年齡，事實上也是如此。一方面老人睡眠時間減少，一方面腦波也比較遲緩。根據外國研究，鳥類以上的動物才會做夢，一般低等的動物都是「無夢」的。

在色彩上，林景福解釋，所謂「彩色夢」，並不是電影的「新藝綜合體」，而是醒來後，記得其中一部分的色彩而已。一般從事繪畫、攝影藝術工作的人，比較容易產生彩色夢。

林景福認爲，夢在醫學、心理學、社會學的研究上，都相當有意義。但目前在國內的精神醫學研究以藥物治療爲主，仍缺乏這方面的研究。

至於男性的陰莖勃起，事實上與做夢沒有直接關係，而是睡眠時自然發生的生理狀態。

長庚醫院精神科醫師李世模指出，男性如果沒有做與性有關的夢，陰莖也會勃起，但是在夢的影像刺激下，更容易勃起。

根據研究，人在做夢時，生理上的變化，最明顯的就是眼珠快速轉動、血壓升高、脈搏加快、胃酸分泌增加、心臟運動加快、腦波發生特殊變化等。

一知集

▲噴嚏以時速一百哩以上的速度通過口腔。咳嗽則以時速七千五百哩通過氣管，不過，當經過喉核時，速度已減至一百哩，穿過口腔時僅十五哩而已。

▲反射作用是腦部以高速下達應變命令的結果，速度大約是時速三百哩。

▲一枝普通的HB鉛筆，可以劃出七千呎長的線。

▲世界上以手指做食物工具（即用手指把食物塞入嘴巴）的人，共有七億四千萬，大多數住在非洲、亞洲和大洋洲。

▲委內瑞拉的卡羅尼河的天使瀑布，是世界最高者，高三千二百〇二呎。

Leisure Tourex Travel Ltd.

快意旅遊公司

參加快意，舒適滿意！
參加快意，事業勝意！
參加快意，萬事如意！

請參加本埠唯一由華人主辦之豪華巴士
迪斯尼樂園
三藩市旅遊團

出發日期：
一九八一年十一月十四日
十二月十九日
十二月廿六日

詳情請向各大旅行社查詢

勝華酒家

禮聘香港名廚主理
特別介紹經濟和菜
四和菜 $24.00
六和菜 $41.00

營業時間：逢星期二休息
星期五六延長至十二時
每日由上午十一時半至晚上十時

酬賓席（足十位用）八十五元
甜品
楊州炒飯
清蒸海上鮮
鐵板牛柳
羅漢扒鴨
葱油淋雞
時菜鮮尤
雙菇蝦仁
雙寶會燕窩
海鮮燴蹄

地址：百老滙東近菲莎街
652-654 E. Broadway St. Van. B.C.
定座電話：879-0021
（舖後有免費停車場）

長城公司
GREAT WALL CO.
336 E. Hastings Street
Van. B.C. Tel. 669-0833

最新運到
江蘇大紅鹹蛋
糯米
豬仔薯片
惠州梅菜心
排菜片
甘蔗干
零沽批發 無任歡迎

T. P. Y. Travel Service
71 PENDER STREET EAST
VANCOUVER, B.C.
V6A 1S9
PHONE. 683-5656
Agents for Orient & Pacific Lines

太平洋旅行社遠東旅行團
由雲埠一九八一年十月廿四日起程。旅程包括泰國曼谷，新加坡，印尼巴里島，香港，台灣等各地。
回程於一九八一年十一月十一日經夏威夷返回雲埠。
詳情請打電話太平洋旅行社 683-5656詢問

聯合駕駛學校
UNITED DRIVING SCHOOL
地址：823東喜士定街（近唐人街）
電話：321-3371曹先生或
253-1333（24小時自動錄音電話）
本校教師經驗豐富講解詳細，收費最平免費接送，時間任擇捷法速成專醫肥佬絕不拖鐘。
▲特價課程8小時連車考路試只收$150▲
歡迎補鐘租車考牌並有筆試速成班中英文教授筆試及的士牌，歡迎查詢，假日照常明課。
▲高薪聘請經驗男女教師多名▲

通用電器行
742 E. Hastings Street
Vancouver, B. C., Canada
Telephone: 255-7431
各款地燈，新舊冰櫃，電爐，乾洗衣機等。修理，價廉，工精。

華安公司
VAN-CHINA TRADE CENTRE LTD.
550 Main Street Vancouver, B.C
681-8531
大量進口：人參煙
採用：上等菸葉 吉林人參 科學方法 配製而成 尼古丁少 清涼暢喉 香醇味甘 歡迎選購

加拿大 雲高華
金利源興記
GIM LEE YUEN HING KEE
75 East Pender Street
Vancouver 4. B. C.
Phone: 685-9743
直接進口
地道藥材 馳名丸散
各江海味 罐頭雜貨
瓷器籐器 精工藝品
批發零售 一律歡迎

庚利公司
GANGLEY TRADING LTD
Import-Export Wholesale-Distributors
777 BEATTY ST. VANCOUVER, B.C.
Phones—687-2651—687-2652
專營國產商品
大量進口批發
全加總代理：
中國冰霜大明蝦
梅林牌罐頭磨菇
象山牌罐青刀豆

COLUMBIA COLLEGE
1619 W. 10th Ave. VANCOUVER B. C.
TEL:733-9151
哥林比亞學院
歡迎外國及本地學生
○外國學生特別英文課程。
○可讀高中第十一及十二年亦可修大學一二年級課程
○學分可轉給其他大學承認
○政府註冊立案學校。
○逢元月五月及九月開始每四個月爲一學期，另有兩個月課程 五月六月一次 七月八月一次
請洽洽 袁麗君教師 MRS. YUEN
電話 七三三九一五一

水電暖氣工程
專門按裝，修理，冰喉電火，暖氣工程，價錢相宜。
電話：298-8924張
D. KEMBLE
藝術鋼琴導師，個別教授各程度學生，聯絡英文三五一—三六六〇，中文二五五—三九四九

歡富豆腐日
YET CHONG CO.
溫哥華跑馬街三四八號
電話：二一七二・一八六
歡迎光顧 香滑可口 質美味佳 營養衛生 機器製造 純正石膏 上等黃豆 所用材料 日昌豆腐

本報廣告 效力宏大

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 Gore Ave. Vancouver, B.C. Tel
Tel. 689-7324
燒臘肉食 撚手鹵味
中西什貨 新鮮瓜菜
代理台灣頂好牌：
冷凍包點餃子、梅菜包等 即蒸即食佳品。
樽裝罐頭、辣椒蘿蔔、榨菜、鹹酸菜等 價廉物美食品。
多倫多、滿地可、溫地爾、點間頓、卡技利 各埠均有代售。
歡迎零沽批發

華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
1490 FRANCES STREET, VANCOUVER, B. C.
唐山什貨 罐頭海味
代理香港 新華海產
冰霜凍蝦 各種魚類
專營荷蘭 風車生粉
酒樓用具 應一俱備
地址：加拿大溫哥華法蘭士街一四九〇號
電話：二五五—六〇一〇
二五五—六五七一
二五五—六五七二

華聲錄影有限公司
CHINESE VIDEO SYSTEMS LTD.
HEAD OFFICE
337 GORE AVENUE
VANCOUVER. B.C. V6A 2Z3
二十四小時電話服務 (604) 682-5725
二周年大減價一個月
徵求會員 免入會費
會員租帶每條約收四毫
平過飲咖啡
RCA
專售電視機・錄影機・錄影器材價錢特平
每盒每日租金2.00起
VHS及BET均有錄影機由695.00起
租套視聲帶 放入錄影機內 公仔會在你家裡的電視機跳出來

中藝公司
China Arts & Crafts Ltd.
33E. Hastings St., Vancouver, B.C.
V6A 1M9 Tel. 681-4916
特價
江山如此多嬌（中文畫冊）$29.00
中國工藝美術（英文畫冊）$25.00
新到
一套二十件茶具
一套十五件茶具 各式茶杯湯飯碗
九折
中國音樂盒帶 手工刺繡台布
手工繡花絲質女襯衣
中國風格男女服裝
歡迎訂閱國內中英文雜志