春申舊夢

文：老海 畫：李袁裕

你叔父熟睡如死

「發了寶貴以後？」

「因此我要住到香港，阿文：我對老話所謂『夫妻本是同林鳥，大難臨頭各自飛』不同意，何況亦無大難祇爲我在香港也有麻雀搭子，在金戰中認識的。」

「你也炒金——香港叫炒金？」

「我悠紮穩打，搶到些輸子。」

「大衞呢？」

「他不炒金，大衞遇到朋友，他們計劃開望膠廠，這是實業，我會投資。」

他們在大餐間吃了五十分鐘，小張告辭，在離家一英里，他遇到白月琴與一個穿解放裝的年輕男人走在路上，當然爲之不大高興。

明天早晨，小張下樓遇到寶寶，彼此招呼後，寶寶對他道：

「你叔父熟睡如死。」

「我知道了。」小張即想到那件事。

「知道什麼？」寶寶笑得很鋼：「眞壞！」

「昨夜他拚老命！」

「是的，我不能不敷衍他。」

「你滿足嗎？」

「你才能滿足我。」

小張聽了有些害怕，走得快，出大門，跳上一輛三輪車抵「小江南」。他關照堂倌要一碗餛飩肉麵，這是「小江南」的新猷，有人製餛飩肉了。小張立刻打電話與白月琴家，是月琴本人接的，道一聲「早」，他道：

「我昨天遇到你。」

「我的老朋友從蘇北回來了。」

她說。

「你們是什麼關係？」

「過去是朋友，未及于亂。眞的！」

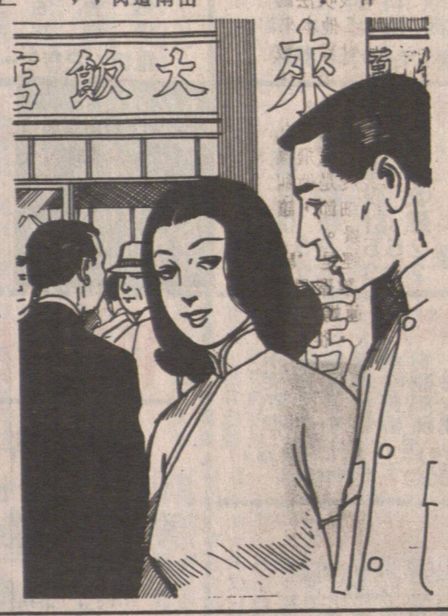
「現在準備亂了？」

「不可能的，我幾時帶他到『小江南』來給你們介紹，他姓黃。」

「不必了。」

「小器！」

（二一五）



二一三：師出無名

無論如何，我應該對她更好一點，她是應該有所報得的，這樣才公平。——關樹峰在心裡對自己說。

翌日是星期天，關樹峰睡到晌午才起床，盥洗完畢，他就打電話給蒙莉。

「中午一起吃飯好嗎？」他問。

「不，我想休息一下。」蒙莉說。

「那麼，吃晚飯吧，我晚一點來接你。」關樹峰又說。

「還是改天吧，今天我眞的不想出來了，我想自己一個人在家裡靜一下。」蒙莉的聲音很低，好像很疲倦似的。

「那好吧，我明天再給你電話。」關樹峰只好收綫了。……

一直到星期二，關樹峰才再見到蒙莉，她答應了他一起吃晚飯。

在餐廳中，關樹峰把準備好的一件禮物遞給她：「我送給你的，看看喜歡嗎？」

「平白無故的送什麼禮物呢？」蒙莉反問。

「這禮物也非得找個理由不可嗎？」關樹峰笑了。「你看看再說吧！」

蒙莉拆開小紙包，裡面是一個首飾盒子，再打開一看，是一顆燦燦生輝的鑽石戒指。雖然只是一個碎石鑽戒，但蒙莉估計，那也得花好幾萬元才能買得到。

「我不喜歡師出無名的禮物，你收回去吧！」蒙莉把首飾盒合上，還給關樹峰。

「如果你眞的不喜歡這戒指，我不勉强你；但如果你喜歡，我就希望你收下。」

「這戒指我喜歡，可是我不能收。」

「爲什麼？」

「你一定要送的話，留着明年當作我的生日禮物吧！」蒙莉說。

迷霧 宋清泉

二一五：我投奔你大感郎心

爲了快見效，外客到港，只可用短線投資。午後返到海濱酒店休息——「從來沒走過這麼多的路？你？」壽民已忍不住抱住她問。姬娜啜他道：「現在沖沖涼，我眞的一身汗了。」——「你磁型胖了少。」她啜咬他道：「浸浸溫湯！」放入缸中兩粒日本綠色香丸，滿盆水變成碧綠的香湯，雙雙浸入談話。

「我有止經事告知你，親愛的！」她手爲他輕輕地揉着：「我要求你爲我辦香港居留；第二，你我必須有個小家庭，不必用女傭，洗洗用機器，我自己做。小時房，二人負責！我要一個我自己二人之家！」壽民輕輕在香湯中撫玩她那長大一倍的玉桃問道：「作長期打算？」——「你不談形式，只是我心已全向了你，我這回飛來是投奔你的！」說到這個動詞，她哽咽了，竟止不住落下淚來。

「爲什麼？忽然傷心，我現在不是你的人麼？我要忠樣表示我愛你呢？我的心肝！」他啜她的兩隻鴛鴦極了的杏眼說。姬娜回吻了他：

「我怕，我怕你會嫌我成了你的累贅，我這就坦然告知你：在曼谷兩間銀行，你同我去的，我將巴黎存欵，調來了一半，眞的一半！我公寓長久收入的存欵，有三年的租金；我的版稅——不少喲；和我作女司機的積蓄。」

她由水中坐起來道：「在沙發上靠一會，我要休息，眞的累了。」他忙扶她出浴乾身，只披上空洞的浴衣，兩人並着倒下，開了冰凍啤酒慢慢對飲。——「總數是美元不到三百萬；瑞士金法郎、馬克大約一共有五百萬。」

「怎麼湊出這麼多？五六千萬港元？」——「不止，曼谷銀行兩家給的現金存欵單，都可以在這裡由憲豐和法國國家銀行支付。不是定期，所以利息小，但活期有利，是論遇計的，按月息，也很不少了。夠我們小家庭開支太有餘了——二萬美元？或者……？」

「那應先辦一個每年一換的簽証！明天我就請漢芳代辦簽証，公司出一聘書給你，歐洲的受薪商務法文秘書，而且你暫時交出一個小數目美金，作爲委託華泰存欵——可收入月息三分半——即一萬收三百五十利息，不論任何外幣單位——此地銀行叫外幣存欵，是一個月、三個月疊積利的！」——「華泰可出這麼高，百分之三點五？」他爲她解說「資金在市場運用的道理，這必須大學學經濟得碩士才弄得明白。我的一個同學，華人已做到紐約華爾街銀行外幣第一副經理了！」她一下撲到他身上吻住他：「你可不要無端拋棄我？我體諒你一切！」他啜住她的金溝表示法文的「徵」（也是）！

二一五：有出來滾

醫莎曰：「占哥，你爲也對我咁好？」

阿占曰：「你放心喇，我不是追你，討好你，我要對付林華，拯救將再昇佢傳染愛滋病之可憐女性。」

醫莎曰：「你眞唔話得！」

阿占曰：「的而且確係咁，你不可懷疑我。」

醫莎曰：「如果佢話要提名我參選，咁又點應付好呢？」

阿占曰：「你照去，但不必接受佢同你遺錢，因爲一受錢財，就會好慘，好多事跟尾，你明冇？」

阿占授以機宜之後，叫醫莎返屋企。

醫莎詫曰：「占哥，咁早，你不必我陪？」

阿占笑曰：「不必，第一，我並非來尋開心，第二，我有出來滾。我送你返屋企，或者送你去第二處亦得。」

兩個一齊行去雜車，阿占送了醫莎返屋企，再趕去與發仔會合。

發仔正在收料，原來林華去過夜總會，有法子搵到麗莎，於是叫了一個叫蒙妮坦的小姐坐枱。

阿占曰：「佢兩個跳緊舞？」

發仔曰：「然也，剛啱上枱而已。」

不久，林華同蒙妮坦跳完舞埋位，林華笑曰：「靚女，我哋出去傾下偈好嗎？」

蒙妮坦曰：「你帶我出街？」

林華曰：「然也，買嘢成晚。」

蒙妮坦曰：「你想帶我去邊啲？」

林華曰：「吓？去邊都要問？」

一〇〇：一心向着梁永年

那永年呀！的確了不起，他在船廠機房學一年師，便掌握整套的造船技術，他利用晚上的時間，去學英文和電機工程。

我爸爸愛才，很快升他做機房主任。後來，我爸爸和媽認他做義子，然後送他去日本深造一年。

他回到香港，爸爸放手他做船廠廠長。

他有了學問，有了技能，在造船方面起飛。憑着我爸爸對他的信任，馬上改革船廠，實行大量製造電船仔，也開始製造遊艇，掀開了本港製造遊艇業的第一頁！

他，憑兩三年工夫，把船廠業務搞得蒸蒸日上，由小船廠，變中型船廠。他多麼受到我爸爸的器重呀！

我當時在讀書院，親眼見爸爸帶他到船廠，又見爸爸帶他回家，認做義子，要我叫他一聲「哥哥」。

當然，我也目睹他發揮自己的才智，把船廠弄得這麼好。由于歲月積累，我的心已漸漸愛上這個哥哥。

德曾，後來卜萬昌進入船廠做副經理，沒多久就升做正經理，他一向鍾情于我，向我展開追求，但我的心已向着梁永年。

一趟，我忍不住跟爸爸關門談話。我懺媽似的向爸爸說：

「爸爸，你可以不再讓我和永年做兄妹嗎？」

爸爸奇怪地呆望我，他不了解我的用意。

「雅鳴，你——」

「我不要和永年做兄妹！」我說。

「你不喜歡他？」

「太喜歡了！」

「雅鳴，你愛上他？」爸爸盯望我。

我點點頭：「我要和他做夫妻！」

爸爸哈哈大笑起來，我說：「爸爸，你笑我不切實際？」

爸爸收斂笑容：「不，我一直以爲你喜歡萬昌，你時常和他一起去玩。」

「一起去玩，不等于愛情，我既敬佩也深愛永年哥！」我說。

一：重會舅母話當年

在童年時代與少年時代，我最崇拜的人物就是舅父，他練得一手好槍法，在村人狩獵黃麞時，他道個神槍手就崩出本領，常常可以分得那隻黃麞頭，這是給第一槍射中黃麞獵人的獎勵，由此足以証明他的百步穿楊神技。

而且，當年村人所用的獵槍，還是用火藥與鐵砂的呢。

那時還是抗日戰爭時期，舅父去了臨時省會昭關讀高中，大概還不到一年，回來之後，就參加了游擊隊，利用他打黃麞的槍法，改打日本侵畧者。

舅父是在游擊隊中結識舅母，兩人是戰友，也是同志。

最近我回過一次鄉，才知道，舅母參加抗日戰爭，比舅父還要早呢。

可惜的是，舅父死得早，在解放初期，他就給那可怕的癌症奪去了生命。

一直以來，我都存在着一個心願，那就是，把舅父、舅母那一個年代的青年，投身抗戰，保家衛國的英勇事跡，好好地紀錄下來。

最近，保衞釣魚台的活動，在香港、台灣以及海外，風起雲湧，此起彼落。我與舅母經過一番詳談，對這一對青年男女，當年如何投身抗日隊伍，了解更加多了。這就是我寫「青春的足跡」的原因。

青春的足跡 王方

二一五：拓忌心有故理

「你呀你——」他說不下去，因爲不好意思，於是想出另一句話來，「她會想到我們要結婚嗎？」

「哦——」娜塔莎這時才恍然大悟，臉上頓時通紅起來，「你眞壞，竟然想到這方面來了！阿遠沙啊阿遠沙，我們又怎會這麼快就結婚？更何況想到要生孩子這麼多爲情方面呢！」

「既然一切都平安了，卡遠娜嬸嬸又不起疑心了，那我就眞正放心了！」王家山終於鬆了口氣，「可是，醫生說還要觀察你好幾天，到底又是什麼意思？」

「可能是爲了研究我貧血的原因。」她隨口應道，「要知道，她對我是特別關心的。我們是同胞嘛，一般都較關心的。啦，在這方面，你可不要拓忌了好。」說完，她嘻嘻地笑起來。

「我是沒有資格拓忌的。」王家山苦笑着，「你又是專家的女兒，身份特殊，因此區別對待，對你關心也多些，是理所必然的事。」

「聽你這口氣，已有妬意了。」她故意逗引他，「不過，不妬忌才是反常的，所以我決不怪你。」

「不過，不妬忌才是反常的，所以我決不怪你撒異的問題。阿遠沙，她們不好意思。算了，別談這些令人費解的問題。」

王家山聚到又好氣又好笑，但又拿她沒辦法，只好改變別的有趣問題。

醫理淺釋

江雪梅小姐：

來信詢問有關高血壓可否吃補藥的問題。在中醫的理論上，是要根據個人體質的實況，找出引發高血壓的主因，分辨出患者的體質是屬於何種類型，才可以決定可否吃補藥。我們體內由心臟泵出來的血液，衝擊到動脈血管壁而產生的一種壓力，就是我們所指的血壓了。血壓高是指收縮壓高於一百六十毫米汞柱，舒張壓高於九十毫米汞柱，兩者有其中一種情況確定，便是高血壓。成年人及中年人的正常血壓，一般收縮壓是九十至一百四十毫米水銀柱之間，舒張壓是六十至九十毫米水銀柱之間，雖然血壓是隨着年齡而增長，但中老年人收縮壓最好維持在一百四十以下，舒張壓維持在七十五至八十五之間較爲理想。工作長期處於緊張繁忙，特別是腦力勞動者和情緒經常不穩定的人，發病率都會較高，因爲大腦皮質若經常處於緊張狀態，都會導致血管舒縮的正常調節失去作用，使全身小動脈痙攣而引起血壓升高，更年期內分泌功能出現障碍，身體過胖，吸烟、吃太鹹的食物過多，以及遺傳的因素等等，都和高血壓有一定的關係。

令壽堂年過七十，相信高血壓不會突然而來的，有些人雖患了血壓高，但會無任何自覺症狀一直持續多年，直至發展爲中度高血壓時，部份患者才會出現頭痛、頭暈、失眠、耳鳴、心煩等症狀。有些患者稍有輕微的血壓升高，便會出現很明顯的症狀。有個人對高血壓的耐受力都不同，所以應定期去測量血壓，及早預防爲要。

中醫學認爲導致高血壓的主要原因，是機體內陰陽平衡失調所致，長期不加理會，一定會發展爲肝腎陰虛，早期的症狀多見肝陽上亢，即見頭痛頭脹、口乾、面紅眼赤、便秘、易發脾氣等，可用中肝降火的中藥，如夏枯草、黃芩、鈎藤、天麻、菊花、決明子、川芎、牡蠣、龍骨等。若見有頭暈眼瞶、心煩、失眠、口乾等症狀，便要用滋陰潛陽藥，如當歸、生地、杞子、白芍、麥冬、石斛、仙靈脾等。令壽堂帶回來的補藥，如夏枯草、石斛、牡蠣、棗仁、柏子仁等，婦女高血壓，多發生在更年期，長期內分泌失調，造成腎陰及腎陽虛弱，要功用是補氣虛、固表止汗、托瘡排膿、治療一切陽虛自汗，中氣不足，精神疲倦，虛瘧潰瘍不收口等。還有能加强毛細血管作用。對白喉桿菌、金黃色葡萄球菌、溶血性鏈球菌、肺炎雙球菌與及痢疾桿菌等，具有抗菌作用，配合其它藥物，可起到一定的治療作用，例如，配合鳶參，可治療腎炎患者的蛋白尿症。假若你媽媽有高血壓的食療方有很多，但不一定適合自己，要根據自己的體質來選用。如夏桑菊冲劑，對肝熱引起的頭暈頭痛的高血壓有效，黑木耳、白木耳煲湯服食，對血管硬化引起的高血壓有效，山楂煎水代茶，可降脂降壓。蘋果煲淡菜湯，連渣吃，適用於動脈硬化及見煩熱。馬蹄、海蜇、瘦肉湯，有降壓清熱痰作用。新鮮蘿蔔汁、蜂蜜冲飲，可治療便秘頭痛之高血壓。芹菜、粟米鬚煲水代茶，可降壓利尿除煩。日常燴菜適量吃些洋葱，對預防血管硬化有幫助。見頭暈耳鳴等肝腎陰虛症狀者，可用杞子或枸杞、杭菊煲鮑魚湯飲用。市面上出售的豆漿大豆，有軟化血管、降壓作用，不過價錢太貴，可用化生或大豆加米醋自己動手炮製，每天吃數粒，也有同等效用。

日常飲食的調理，對防治高血壓非常重要，高蛋白、低鹽、低脂肪，控制體重和過量糖類的攝入，可減低血管硬化。高血壓患者要多吃含鉀、鈣多的食物，水果中如香蕉、蘋果等，高鈣的食物如黃豆、魚類、貝殼類、牛奶、蛋類及加一些醋來煲的骨頭湯等。含鉀的蔬菜如菠菜、菜心、莧菜、薯仔、番茄、蘑菇、韭菜、椰菜、蒜苗、具有强心、利尿和降壓作用，配合相應藥物治療虛性的腎炎水腫和高血壓很有效，但患實熱及陰虛陽亢者不適宜用。其主要向醫生講個明白，醫生會愼重處理，或者服用一些抗酸劑，或者選用一些壞胃作用較少的藥物給你。否則，引致不良效果之時，你固然是受害，而醫生也不想這樣做也。爲人爲己，將情況講得越清楚就越好。

上次我介紹給你服用的那種抗風濕藥，其對胃之損壞作用，也是比較少一些的。但是否適合你目前之情形來使用，例如，胃病，而又因有風濕痛作用，配合其它藥物，可起到一定的治療作用，最好是與醫生協商一下。

來信提到你脚指公腫痛，這看來又可能與風濕有些分別的。這種情形，依我的推測，可能是爲痛風症而引起的。

痛風症是屬於一種代謝性疾病，古稱之爲帝王病，因昔日之帝皇，食得好，住得好，又時常飲酒作樂，平時又少運動，食物又是以肉類爲主。於是引起代謝失常，使體內的一種名爲尿酸的物質代謝失常，產量過多，又或者排泄不暢，於是就會沉積於一切關節之中，最易發病者是爲遠端關節，故脚指關節首當其衝，這些沉積物會成結晶，壓迫那裡的神經。你聽過十指痛腳心這句話嗎？痛風之「痛」，就正是如此的。當然，症狀上是較重之分的，嚴重之痛風，其痛確是難抵的。

痛風症也是有藥物可作治療的，就我曾給你介紹的那種藥物，亦可用來治療痛風的。但若是以急性之痛風症來說，秋水仙碱是效果很好的一種藥物。

你是否眞爲痛風，那是可以作化驗檢查來作確証的，辦法不難的，抽血液作尿酸含量檢查，即可咎知其一二的了。因此，你應與醫生商量，檢查清楚，再用藥物，相信就能解決問題的了。（梁醫生、新九一四七〇）

名人軼事

剪掉鬍鬚改短服裝 彼得大帝移風易俗

自古以來，俄羅斯人就崇拜鬍鬚，認爲這種「上帝賜予的飾物」是俄羅斯人自豪的標誌，寬闊密實而且完整的一部大鬍子，也是威嚴和端莊的象徵。當時的一個大主教說，人不留鬍鬚就成了公貓、公狗和猴子，宣稱禁蓄鬍鬚是大逆不道、違背民族傳統。彼得全然不顧這些反對與不滿，强烈要剪掉鬍鬚。有一次，在大臣們爲他舉行的歡迎儀式上，他突然叫人拿來剪刀，親自動手剪掉大臣們的鬍子，隨後宣佈剪鬍子是全體人民的義務。對不剪鬍子的人一律納稅：富商每年爲一百盧布，領主和政府官員每年六十盧布，市民三十盧布。留鬍的農民進出城每次要納一戈比稅。爲此還特地製作了一種金屬小牌，作爲鬍鬚稅的收據。留鬍子的人祇有把這種小牌掛在脖子上才可自由走動。

傳統的俄羅斯服裝寬鬆肥大，綉花襯衫，綢緞上衣，外罩長袍，長袍上面又套着一件又長又大的天鵝絨無袖袍，從上到下扣着一大排鈕扣，此外還有高聳的天鵝帽子。這是冬季服裝。天氣暖和時，就改穿皮領大袍，長及脚跟，袖子肥大，帶有四角可以折疊的領子。這些傳統服裝祇適合游手好閒之人穿着，不利於辛勤勞動。

彼得下令不准穿古式俄羅斯服裝，改着歐式短裝。法令剛出就遭到大貴族的反對。彼得決定教訓一下這些貴族。在一次宴會上他拿起剪刀就去剪身穿傳統服裝者的袖子，一邊剪一邊說：「長袖子這玩意實在礙事，到處撞禍，不是拂掉了玻璃杯，就是釀到湯裡去，剪下來的袖頭還夠縫雙靴子。」

此後，彼得强令全國上下都穿西歐服裝，爲此還專門發佈了告示。爲使告示不被撕掉，特派衞兵保護。（凱民、新九一四二四）

名人軼事

鍾阜龍蟠石城虎踞

繁多 古蹟 名勝 南京

都之王帝是曾派氣偉宏具素

名勝古蹟

通天曉先生：

下個月我準備到大陸的南京市旅遊，多人口了，歷代相傳着。另外，太平天國在南京建都，至今仍留有壁畫和石舫。還有安葬偉人的民主革命先驅孫中山先生遺體的中山陵，也是遊客必遊之地。（曉闌、新九一四八四）

想請您在服務版裡先爲我介紹一些有關南京的古今之何平

何平先生：

南京，是明代取的名字。諸葛亮在談到南京的地勢時，說了八個字「鍾阜龍蟠，石城虎踞」。鍾阜說的是紫金山，是南京最主要的山；石城即石頭城，是孫權建都南京時所建的，所以後人常用龍蟠虎踞來形容南京。李白有詩曰：「龍蟠虎踞帝王州，帝子金陵訪古邱」。毛澤東也有詩曰「龍蟠虎踞今勝昔，天翻地覆慨而慷」。

由於地形和歷史的原因，許多朝代的帝王都曾經在南京建都。戰國時，這裡是楚國的金陵邑，秦代時稱爲秣陵。公元二二九年，孫權遷都來後改稱建業。東晉時稱建康，南朝的宋、齊、梁、陳，均沿用舊名。五代十國的南唐時，這裡是江寧府治。明朝初期，太平天國及辛亥革命，也都建都在此。從一九二七年到一九三七年，一九四五年到一九四九年，都是蔣介石的統治中心。

南京幾經改建、重建，明代時已具備周長六十六點八里，空前的宏偉氣派，至今歷經六百多年的風風雨雨，建築物大部份保存完好，也是世界上少見的。

南京的名勝很多。孫權時代的石頭城，遺址尚存。六朝時代陵墓前的石獸，身上有翼，形態特別，是中西文化交流的結晶。明孝陵是明太祖朱元璋的墓地。明故宮現雖然已大部份蕩然無存，但仍可見殘留的午朝門、東華門、西華門和內外五龍橋、玉帶橋，人們不難從大體上想像得出當年富麗堂皇的景象。明代遷都北京後建的皇城，就是以南京的名勝爲藍本的。南京市內的鷄籠山上，北極閣，是明代觀象台故址，這座觀象台比英國的格林威治觀象台要早三個世紀。玄武湖和莫愁湖更是引人入勝。莫愁湖的名稱，宋代已有了。明太祖朱元璋和大將徐達曾經在此對弈，傳說園裡的勝棋樓就是他們當年下棋的地方。有關莫愁女的美麗傳說故事，更是膾炙人口了。

憑情辨症

痛風症不同風濕症 可作化驗以資確證

通天曉先生：

小弟是一個七十四歲老人。以前我有脚痛及其他痛症，先生教我服食一種藥丸，服後甚有療效。不過我近數年來有胃出血病歷，醫生給我長期服用胃藥，但現我脚指公腫痛，先生以前教我不要服食風濕藥，而往看醫生之時，切記起胃出血，要立即赴醫院治療的。

這裡面也給我們一個提示，如果自己是患有胃病，而又因有風濕痛作用，配合其它藥物，可起到一定的治療作用，例如，配合鳶參，可治療腎炎患者的蛋白尿症。假若你媽媽有高血壓的食療方有很多，但不一定適合自己，要根據自己的體質來選用。如夏桑菊冲劑，對肝熱引起的頭暈頭痛的高血壓有效，黑木耳、白木耳煲湯服食，對血管硬化引起的高血壓有效，山楂煎水代茶，可降脂降壓。蘋果煲淡菜湯，連渣吃，適用於動脈硬化及見煩熱。馬蹄、海蜇、瘦肉湯，有降壓清熱痰作用。新鮮蘿蔔汁、蜂蜜冲飲，可治療便秘頭痛之高血壓。芹菜、粟米鬚煲水代茶，可降壓利尿除煩。日常燴菜適量吃些洋葱，對預防血管硬化有幫助。見頭暈耳鳴等肝腎陰虛症狀者，可用杞子或枸杞、杭菊煲鮑魚湯飲用。市面上出售的豆漿大豆，有軟化血管、降壓作用，不過價錢太貴，可用化生或大豆加米醋自己動手炮製，每天吃數粒，也有同等效用。

日常飲食的調理，對防治高血壓非常重要，高蛋白、低鹽、低脂肪，控制體重和過量糖類的攝入，可減低血管硬化。高血壓患者要多吃含鉀、鈣多的食物，水果中如香蕉、蘋果等，高鈣的食物如黃豆、魚類、貝殼類、牛奶、蛋類及加一些醋來煲的骨頭湯等。含鉀的蔬菜如菠菜、菜心、莧菜、薯仔、番茄、蘑菇、韭菜、椰菜、蒜苗、具有强心、利尿和降壓作用，配合相應藥物治療虛性的腎炎水腫和高血壓很有效，但患實熱及陰虛陽亢者不適宜用。其主

日常須知

最爲夫丈厭討

通天曉先生：

小弟是抗風濕藥物的患者，余文提示，如果自己是患有胃病的人，服用藥物給你。否則，引致不良效果之時，你固然是受害，而醫生也不想這樣做也。爲人爲己，將情況講得越清楚就越好。

上次我介紹給你服用的那種抗風濕藥，其對胃之損壞作用，也是比較少一些的。但是否適合你目前之情形來使用，例如，胃病，而又因有風濕痛作用，配合其它藥物，可起到一定的治療作用，最好是與醫生協商一下。

來信提到你脚指公腫痛，這看來又可能與風濕有些分別的。這種情形，依我的推測，可能是爲痛風症而引起的。

痛風症是屬於一種代謝性疾病，古稱之爲帝王病，因昔日之帝皇，食得好，住得好，又時常飲酒作樂，平時又少運動，食物又是以肉類爲主。於是引起代謝失常，使體內的一種名爲尿酸的物質代謝失常，產量過多，又或者排泄不暢，於是就會沉積於一切關節之中，最易發病者是爲遠端關節，故脚指關節首當其衝，這些沉積物會成結晶，壓迫那裡的神經。你聽過十指痛腳心這句話嗎？痛風之「痛」，就正是如此的。當然，症狀上是較重之分的，嚴重之痛風，其痛確是難抵的。

痛風症也是有藥物可作治療的，就我曾給你介紹的那種藥物，亦可用來治療痛風的。但若是以急性之痛風症來說，秋水仙碱是效果很好的一種藥物。

你是否眞爲痛風，那是可以作化驗檢查來作確証的，辦法不難的，抽血液作尿酸含量檢查，即可咎知其一二的了。因此，你應與醫生商量，檢查清楚，再用藥物，相信就能解決問題的了。（梁醫生、新九一四七〇）

九種類型妻子

柯太：

九種類型妻子最爲丈夫討厭，女人婚後可以此作爲參考，有則改之，無則加勉，以期永久快活地生活下去。

一、浪費——她們要耗費你所獲的每一分錢。

二、不善理家——「我的妻子理家不清潔。」「妻子們沒有爲她們的丈夫預備早餐。」「她們草率地處理完家務，就出外閒逛」。這是許多做丈夫的對妻子的意見。

三、過度縱樂——「她們常常打牌，不注意她們的子女。」「我的妻子每夜要我同她出去跳舞或者看電影。」

四、空談——「她們過份連用她們的舌頭。」「打電話時講話太多。」「她們講起關於她們朋友的故事會使你頭髮倒豎。」「我的妻子有高、巧的技術，會歪曲別人所說的事實。」「她每天能虛構許多事情。」

五、自私——「她從來沒有想到我的舒適，只顧她自己，」「我的妻子利用許多時間來打扮自己，以至延誤和朋友們的約會。」

六、不關心家務——「她們把家務都交給別人去處理，自己毫不過問。」「妻子們忙於自己，不關心家中的老年人。」

七、專擅作主——「她們過問男子們的事情就像她們自己的一樣，結果兩者都失敗。」「她們常常講鄰居們做些甚麼，現在又計劃着甚麼。」

八、不修飾自己——「她們一結婚，就發胖，就不愛乾淨。」「我的妻子不夠吸引人。」

九、招蜂引蝶——「她對許多別的男人發生興趣。」（半島、新九一四三九）

醫藥新聞

通天曉主辦

高血壓患者如何進補

刊登 何平 江雪梅 余文 柯太 楊光友