體位影響膽固醇與血脂檢驗

列權 華盛頓大學心臟病專家肯尼迪教授認為，其中百分之八十八有輕度心絞痛的患者根本不需要也不應做這種檢查。若醫者建議所有心絞痛患者都去做，只會使他們感到不必要的不適和花費很多金錢。

血管造影術除了用於檢查心臟和冠狀動脈情況外，也可看患者能否適合做心臟搭橋術。但除了少數左心室或泵血室嚴重受損的心絞痛患者外，用外科手術不能改善患者的存活率。所以他建議，輕度心絞痛患者若醫生推荐他們用血管造影術檢查時，應要求改用其他方法，如超聲波、放射性核素等。

目前，有許多醫生在診斷一個人能否患有冠心病的危險，大多檢驗其血液中的血脂和膽固醇脂蛋白等的濃度。然而，人們在抽血時的體位，如站着或躺着，會使檢驗結果出現很大的差別。這是美國健康研究所、德州大學健康科學中心某單位專家對四十一名男女患者用上述兩種體位做抽血檢查後所作出的結論。

這些單位研究人員在美國《預防醫學》雜誌上發表他們有關研究報告說：「我們的發現表明，抽血時的體位會大影響血脂和脂蛋白含量。由於檢查結果不同，使醫者診斷一個人能否得冠心病的危險性就不同了。」

過去，專家業已發現，人們在受到外在因素，如季節的變化，運動和體重降低等均能影響血液中膽固醇和血液的含量。

上述研究人員認為，當人們站立時，血液濃度更大，而當人們躺下時，血液濃度會減少。這種變化可改變血液中可測量的脂類物質濃度。

最後，該研究報告認為，不論在何時，檢驗一個人血液中的血脂和脂蛋白以及其他與含蛋白的血清和血漿含量時，體位、體位的持久時間、血液標本的存留時間都是需要考慮和適當控制的重要因素。

此外，專家認為，目前血管造影術在檢查冠心病方面有濫用現象。血管造影術是檢查冠心病、心絞痛的常用方法。此法要用一根導管通過冠狀動脈來檢查心臟情況。它常使患者不適，費用昂貴且有危險。最近，有些專家認為，大多數輕度心絞痛患者根本無須接受這種檢查。

在美國，估計每年均有四萬五千一級和二級心絞痛患者接受血管造影術檢查，但一千名患者中約有一人會因此而死亡。

針灸治療頸椎病

李文華

新法療針

「你在歐洲九個月，遇到那一類病人最多？」這是我近來常遇到的問題。

這個問題不難回答，因為在歐洲已遇到過同樣問題，而且已在醫學研討會上做過解答。

從症狀來講，最多見的是偏頭痛、耳鳴、耳聾、眩暈、視力衰退等。為什麼這些病人會比較多呢？因為絕大部分這些病人都是當地醫生治療無明顯效果才介紹來的，而針灸的療效却高達百分之九十以上。例如一位六十幾歲的女士，患右耳鳴，聽力減退，經常頭痛，耳朵專家認為是由於她年紀大了，耳朵機能衰退所造成的，所以無法治療。

第一個針灸療程之後，病人聽力測定證明有了進步，可是耳朵專家却認為是偶然現象，或許是心理作用。但兩個半療程之後，病人耳鳴消失，聽力明顯改善，這時才激起了專家們的好奇和興趣。另一位四十二歲患者，也是女性，左臉顴骨處疼痛兼輕微頭暈，她在三個月之內，找過許多專家，用過各種辦法，最後把牙齒拔掉幾個，仍然不解決問題。三次針灸之後却獲痊癒。接二連三的驚人效果，致使許多醫生覺得針灸已經不是醫術，而是魔術。

在為當地醫生開設的針灸課程中，解答了一連串的問題之後，他們又驚訝地感到，原來針灸是那樣的，而針灸的療效却高達百分之九十以上。患右耳鳴，聽力減退，經常頭痛，耳朵專家認為是由於她年紀大了，耳朵機能衰退所造成的，所以無法治療。

醫藥音樂與長壽

仲英

音樂家長壽者很多。著名的《茶花女》作曲者威爾第享有八十八歲高齡，「世界圓舞曲之王」施特勞斯活到八十五歲，有「交響樂之父」之稱的海頓活到七十七歲，蘇聯一個民間歌舞團的演員，平均壽命竟達九旬開外，尤其使人驚異的是法國女鋼琴家瑪格麗特·普勒沃特，她在一百零四歲時還能無琴演奏。

現代科學告訴我們：音樂的節拍、旋律、優美悅耳的樂聲，能使大腦出現興奮灶，使人忘記勞累，精神振奮。讓老年人聽聽自己年輕時熱悉和喜愛的歌曲，聽聽自己結婚儀式上或者戀愛時唱過的歌曲，能使他們回憶起青年時代以至童年時代的歡樂往事，在心理上變得年輕。

美國加利福尼亞大學醫學教授唐納德·阿特拉斯研究了三十五位已故交響樂隊指揮的健康狀況，發現他們的平均壽命比普通美國男子的平均壽命長五年。他還發現：世界上八、九十歲高齡而仍活躍在樂壇上的指揮也不乏其例。

西洋參清熱生津

余永銳

中醫所用的藥材習稱中藥，絕大部份都是土生土長來自本國，但其中亦有一些是入口自外國或引種移植自外國的，例如西洋參即是。

西洋參又名花旗參或洋參，又名廣東人參，主要來自北美洲的美國與加拿大，但中國江西亦有引種。

西洋參性味苦寒微甘，入肺胃兩經，功能補肺滋陰，清火生津。

凡肺陰不足的咳嗽，胃燥傷津的煩渴，都宜服食此藥。一般肺陰不足，總是由於內傷，虛火上逆，或熱邪傷肺所致。其治法宜潤肺清熱。對此西洋參可配合其他養陰潤肺清熱藥之用，如麥冬、石斛、沙參、玉竹等。肺燥陰虛發熱，咳嗽見血，可配合沙參、麥冬、川貝、知母等等，療效很好。

暑天汗多渾身倦怠，可用白米一小撮炒成微黃色，加西洋參五錢，紅棗十枚，煲成清茶三碗，日間可當茶水飲服。

不讓霍亂蔓延 人人講究衛生

黎力

真是不幸，本港又被宣佈為霍亂疫埠了。至今為止，經已增至十多宗霍亂症，如果再不設法遏止，那就不僅疫埠之名難除，患上霍亂症的人勢必有增無減。

其實，要不染上霍亂，應該說，並不是太難的事。只要人人講究個人及環境衛生，霍亂是無法蔓延的。

首先就是重視預防，特別是要經常外出公幹或旅行的人，最好去接受預防霍亂針，與此平行的是注重衛生——緊記「病從口入」，講究飲食衛生，一定要去除「大菌食細菌」不科學的想法。家中如果有人一旦出現上吐下瀉症狀，除了患者應該盡早求醫隔離之外，病人的糞便和所用的食具、衣被都要嚴格消毒，忌食生冷；飲水要煮沸，吃生果之前要洗燙，最好是用一比五千的高錳酸鉀溶液浸泡二十分鐘之後，再以冷開水冲洗之後再吃，不吃腐臭的食物；買餸菜時千萬別貪便宜，必須買新鮮的，而不要買腐爛的菜蔬和魚、肉。廚房厠所最易藏垢納污，一定要重視打掃、洗滌，做好清潔工作，別讓蒼蠅、甲由有機可乘。日吃一、二粒燙洗乾淨的生大蒜，也可助你增加抵抗病菌的能力。

本身的營養也是很重要的，夏天由於天熱之故，多半的人胃口都會欠佳，那就不妨吃些清淡的，却不可因此而不吃，營養足夠，身體才會强健，抗病能力才會增强。

從事鍛鍊（不要因為天熱而不願意躍動）。因為只有重視鍛鍊，才能提高身體的抵抗力。

納偉旅行社
Love & white travel 無遠弗屆 無微不至 加拿大連鎖
來回港台及東南亞 推荐移民特價機票 特價機票歡迎垂詢 國內外及世界各地
Room 110-539 Main St., Vancouver, B.C. Canada
加拿大三九號110室
dba Singapore Malaysia Thailand (HK) Tours
電話：(604)689-0501
本旅行社 代理加航，日航，星航，韓航，菲航，馬航，香港國泰航空公司來回雲哥華及香港機票，由雲哥華直飛香港，中途不停站，特價機票，歡迎垂詢
1986年韓·港·台·中山·珠海·澳門·11天精選遊·$1488·00
◎暢遊漢城之景福古皇宮。韓國民族博物館。南山公園。一九八八世界奧運會場。華克山莊之巨形歌舞。台北之故宮博物院。忠烈祠。中正紀念堂。野柳之情人石。仙女鞋。女王頭石之維妙維肖奇景。台中之日月潭。文武廟。德化社·玄奘寺。高雄之春秋閣。澄清湖。佛光山。影化八卦山之大佛。龍潭之小人國等名勝地。並前往—珠海—翠亨村—中山溫泉—夜遊石岐—長江水庫—長江樂園—澳門等地遊玩。
◎包來回機票，三餐膳食。住宿一流酒店。
◎代辦手續。華人領隊。散團後。可往香港。回程可停夏威夷。
◎全程11天可延期回程。機票一年有效。
◎出發日期：1．九月廿七日 2．十月四日、3．十二月廿日 4．一九八七年一月十七日

開心旅遊
HAPPY TIMES TRAVEL
開心旅遊送保險·旅遊安心更開心
◎域多利拔卓特花園一日遊：$60（包晚飯）
◎亞省班芙世外桃園六天遊：$319至$359
◎西雅圖中國古玩工藝傢具展銷會一日遊：由八月開始出發。
（加西唯一總代理）成人$37元12歲以下$35元
◎美加東岸十日遊。豪華飛機團$1·299·00
溫哥華EXPO博覽會住宿。每人每晚由$20起直接包辦房間住宿。供應房屋一切傢私。爐頭。雪櫃等。設備及專人清潔服務。地點適中。近會場。平過住酒店。
中國之旅 精選 全程廿二日 溫哥華華人領隊$2788
出發日期：八六年九月廿日。十月十一日
行程：香港·廣州·桂林。杭州。蘇州。南京。上海。北京。西安。
代訂香港中旅社中國九至廿四天長短綫團。香港天天出發。華僑配額。在加訂位。付跟香港一樣。
榮獲中華人民共和國駐溫哥華總領事館特許代辦簽證
溫哥華華埠新馬可勃羅大厦二〇五室
PHONE：604-685-9366

跌打風濕
周頸堯教授白鶴內外功拳郤病益壽神效傷捕奇難疑難免費治
東15街 649號
電：872—8720

雷大偉搬運
五噸二十尺長貨車·司機和車有特價·及碼頭貨運移民行李各等請電下午五時後
二五四·五六九一

李偉運輸公司
專運送象辦理香港移民出入口行裏包裹，並家具什物搬運·有大棧房代客存貯
晚間電話：二五四·三〇六二

御達勝旅運中心 IATA
TECH TRAVEL SERVICE LTD.
536 MAIN ST.（維爽奇化街）VANCOUVER B.C. V6A 2T9
電話：(604)685-5263
＊代理各大航空公司機票往世界各地。
美加內陸特價票，港、台、星馬團體票，歐陸包機等
＊代訂各地旅行團，如賭城，夏威夷迪士尼樂園等 PACKAGE TOUR
＊無論移民探親，假期消遣，商務，旅遊，專人為您悉心妥當安排。
營業時間：週一至週五：早上九時至五時半·週六：早上十時至二時·

廣告傳單 街知巷聞
藝峯廣告公司 全面廣告服務 669-3711
業務包括：報刊廣告設計 設計海報、傳單、文件、名片、商標 公司年報編印
書畫、日曆編繪 商業、沙龍攝影 婚誌、社團外影 逐戶派送傳單 代理各類印刷
Pender West Advertising Inc. 669-3711
108-119 West Pender Street, Vancouver, British Columbia V6B 1S5

英華旅行社
GALAXY TRAVEL AGENCY LTD.
片打東街150號
電話：(604)669-6412 681-3816
＊巴士團：
1）BANFF及EDMONTON MALL 六日遊FR$379
2）大溫哥華一日遊FR$39
3）域多利一日遊FR$63
4）西雅圖一日遊FR$39
5）卑詩省內陸三日遊FR 199
6）美國西部十二日遊FR 669
7）迪士尼。三藩市·賭城十日遊FR$559
內陸機特價機票
卡加利或點慢頓單程FR$99·來回FR$119
多倫多單程FR$344
滿地可來回FR$374 紐約來回FR$398
三藩市來回FR$188
羅省來回FR$242
檀香山來回FR$349
＊韓國台灣遊FR$1288
＊中國團：華東·北京 桂林遊FR$2950
＊絲綢之路FR$3350
＊長江三峽遊FR$3380
＊香港六晚酒店FR$1629包怡東或百齡一流酒店。包機場酒店接送每日早餐及觀光。

安全快捷，服務第一
代辦一切旅遊業務，酒店，簽證，豪華或廉價機票，代理中國及世界各地旅遊觀光團。
來回香港及溫哥華機票，價錢特平。
假期回港，請早定座，歡迎駕臨
電話：六八八—七八八六

美景旅行社
MY-KING TRAVEL LTD.
204-10 East Pender Street Vancouver, B.C. V6A 1T1
Telephone: 681-0611
超值中國遊覽團
華人領隊、每月均有團出發 住宿香港三晚及中國一流酒店 有多種行程選擇：
□香港、廣州、桂林、杭州、上海、蘇州、鎮江、南京、北京、廣州、全程廿三天 只收$2900 九月三十日出發
□香港、廣州、桂林、北京、南京、無錫、上海、杭州、廣州全程廿天。只收$2790
紀念薛覺先·粵劇渡假遊
□香港·廣州·海南島·湛江·恩平台山·開平·新會·中山·廣州。全程21日費用$2400 十月廿六日出發
代訂各地旅行團，及安排一切旅程·價錢實平
代理各種特價機票
□香港直航機票
□香港包六晚一流酒店$1089
□加拿大及美國平價機票
□賭城(RENO)七天豪華巴士團$159 每星期六均有團出發
駐溫哥華總領事館委託代辦簽證
歡迎各下查詢

中國遊 $3150 全程21天
····不到長城非好漢····
香港②廣州②桂林②杭州②上海②蘇州②南京②北京④廣州①
出發日期：八六年4月13、5月18、6月22、7月13、8月3、9月7、9月28、10月19
三峽遊 $3399 全程23天
兩岸猿聲啼不住，輕舟已過萬重山
香港②廣州①昆明③成都②重慶②三峽②宜昌①武漢①北京③桂林②廣州②
出發日期：八六年5月17日、6月21日、9月6日
●由經驗領隊丘錫環先生FRED YAU主理●全部一流酒店：香港—富豪、廣州—中國、南京—金陵、北京—香山●每日包三餐膳食●在香港部份亦包旅遊節目●出發前有晚餐聚會講解●代辦手續並代申請旅遊完畢後之延期停留●機票有效期為一年，可提前出發，可延期回程，
主理 丘錫環先生 (MR. FRED YAU)
環球旅行社 WANKOW TOUR & TRAVEL
258 EAST PENDER ST. VANCOUVER B.C. CANADA 溫哥華片打東街258號 電話684-2341
6340 NO. 3 RD. RICHMOND, B.C. CANADA 列治文第三路6340號 電話278-4401

快意旅遊公司 溫哥華華埠片打東街125號 電話
Leisure Tourex Travel Ltd. (604)669·4165
＊溫哥華＼香港來回機票包一晚酒店 特價$999.00（雙人房計。一年期機票）
出發日期：一九八六年十月十八日。十月廿二日
＊BC內陸三日遊$153-$183（五月十七日，八月二日，八月卅日）
＊BANFF及愛民頓六日遊 $309-$379（六月六，廿一，廿八日，七月，八月逢六出發）
＊西雅圖一日遊$39（逢六出發）
＊迪士尼樂園三藩市十日遊 $399-$559（六月六、廿八日，七月八日逢六出發）
＊美國黃石公園十二日遊 $599-$669（五月廿五日，七月廿日，九月七日）
＊域多利一日遊$63（日日有團）
＊溫哥華/香港來回超值機票$1050（可免費停留三藩市，夏威夷，東京及台北一年期）