偏頭痛應怎樣治？

中醫隨筆

林仁生

偏頭痛屬於血管神經性頭痛的範圍，頭痛的特點多偏於左側或右側，發作時頗為痛苦，消失時又一如常人，多種原因的刺激又會使病情反覆發作，以致影響睡眠，精神疲倦，脾氣暴躁，工作效率下降。

病理研究認為：偏頭痛的原因是血管神經活動不穩定所致，對照中醫的理論，用瘀血阻滯血脈來解釋偏頭痛的病理，與西醫說法雖然不同，而所用藥物的治療目標，都是在於調整血管神經的不穩定，改善腦血流量使之平衡，達到止痛目的。

能調整血管神經不穩定，改善腦血流量的中藥，中醫稱為祛風止痙，活血化瘀，各種證型偏頭痛都可以用做基本治療，方劑：當歸頭五錢　丹參五錢　桃仁三錢　延胡索三錢　川芎三錢　白芷三錢　五味子三錢　天麻三錢　川烏三錢　每天服一劑，連服三天，劇痛時第一天可以連服二劑。

中醫傳統上治療頭痛只注重於平肝祛風，忽視了活血化瘀，以致不能從改善血管神經功能和腦血流量方面消除病理因素，療效自然不很理想。當歸頭、丹參、延胡索、桃仁、川芎都是活血化瘀作用顯著的藥物，是血管神經性頭痛所必用的。常用多用也不會有副反應。失眠及情緒波動也是偏頭痛復發的重要原因，在止頭痛的同時，用藥也要兼顧寧心安神藥，可以增進睡眠，常用藥如棗仁五錢　五味子三錢；疏肝解鬱藥可以安定情緒，常用藥如柴胡三錢　鬱金三錢，將兩類藥物合用收效更佳。

特別是頭痛緩解之後，服藥預防復發時，這個治法更重要。

偏頭痛貴在預防，對於用腦勞神，生活節奏緊張的個人來說，每星期服食下方一劑，預防效果良好：當歸頭五錢　棗仁四錢　五味子三錢　黃精三錢　川芎三錢　白芷三錢　丹參三錢　鬱金三錢　天麻三錢，石菖蒲三錢，晚臨睡前一小時飲服。

逢星期四出版

「肩周炎」的症狀及治理

蔡燕

上了四十歲以上的中年和老年人，肩膊頭痛，手不能高舉，不能梳頭，不能穿衣，這是患了「肩關節周圍炎」（下稱肩周炎），又叫「凍結肩」或「五十肩」。

因上了五十歲的老人常患本病而命名。

本病的發病原因是因肩周組織如三角肌、肩胛下肌、冈上肌和小圓肌及其聯合肌腱的肩袖，肱二頭肌的長短肌腱、滑囊和關節囊等發生非細菌性、慢性損傷性或衍性炎症。可因外傷、慢性勞損或受風寒等誘發而發病。其病理變化是肩關節周圍軟組織發生充血、水腫、滲出、粘連等導致肩關節活動功能障礙。

本病之臨床表現有如下特點：①本病發病年齡在四十至五十歲左右，原來身體比較健康。

②肩部疼痛逐漸加重，痛可向頸、背、上臂和手放射。往往在夜間疼痛加劇。嚴重者，患肢稍不小心觸碰，便劇痛揪心。

③隨着病程進展，肩關節活動更進一步受限制，在下列區域會有明顯壓痛點：肱骨大結節與肩峰下、肱骨結節間溝、肩峰後小圓肌附着處、喙突與肱二頭肌短頭肌腱、肩胛骨內上角與內側緣、肩胛間區等。

④疾病晚期，肩部肌肉稍萎縮外，而無其他病態表現，若照×光片，多無特殊發現。有時可見肩部骨質疏鬆或骨皮質邊緣硬化，肩峰下區有鈣化影等。但這些都是非特徵性的。

本病在治療上應注意以下幾點：一、功能鍛煉是本病治療上十分重要的措施，應積極主動地活動肩關節，作外展、內收，在彎腰垂臂姿勢下划圓運動，逐漸增大活動幅度。

二、可作按摩、推拿治療，以加強血液循環及肌肉鬆弛，以恢復功能。

三、針灸療法，理療、磁療、拔火罐、電興奮等可以選用。

四、中醫中藥上可應用小活絡丹、舒筋散等。

下面介紹一方「舡蛇益肩湯」：舡蛇一條，黑皮芪一兩、元胡索五錢、白芷三錢、臭尿茉莉根二兩。八碗水煎成二碗（慢火煎）。每日一劑。病情未超過半年者服三劑，超過半年者要服上十多劑。舡蛇以新鮮最好，如無，則舡蛇乾亦可以，海味店有售。本方高血壓者勿用。白芷犯胎，孕婦勿服，肩周炎嚴重者應找醫生治理。

調節生育的抗激素

王華

科婦

在妊娠的諸多必備條件中，激素的作用是很重要的一環。雌激素與孕激素直接作用於子宮內膜的器官，由於它們的作用，生殖年齡的婦女與有排卵月經週期，都為孕卵準備了種植條件，以後妊娠的維持，尤其要靠孕激素。這些激素的適量的產生，要人體內分泌系統精細協調；在它們所作用的器官上，要有內分泌受體。內分泌與受體結合，才能起到應有作用。

自二十世紀五十年代開始，產生了一種抗雌激素的物質，經證實為大鼠的抗生育劑。以後又發現了抗雌激素的克羅米芬（今日已普遍用於促排卵），二者均未能在人體起到抗生育作用。最近又發現了抗孕酮物質，稱為抗孕激素，如RU486，並成功的合成了抗促性腺激素釋放激素，簡稱抗GnRH。再次使抗激素物質，有望發展為避孕藥。

理想的這類抗激素，必須只結合到需要被阻滯的受體上，必需與這些受體有高度親和力，且無不良反應。

抗孕酮激素RU486，並不完全符合上述條件。但孕酮只在特定的時間發生和起作用，其受體又幾乎全部集中在生殖器官上。如果抗孕激素能搶先在孕酮之前與其受體結合，可防孕卵種植。RU486　試用於此項目的，已獲一定成果，但必需與前列腺素合用。

用RU486　加前列腺素終止早期妊娠，在法國已廣泛應用，內地也已試點應用，在懷孕七至八週以前者，取得百分之九十五的有效率，其缺點為流血量及時間均較手術流產者稍為多而長，尤其是懷孕了八週以上的婦女。

從性腺激素（GnRH）能誘發分泌促卵泡激素及促黃體生成激素，二者能調節女性卵巢功能，促進或抑制雌、孕激素的產生。抗促性腺激素阻滯了促性腺激素寺，排卵可被抑制。

抗GnRH尚只用於猴實驗。GnRH的激動劑，已用於人類。後者本可促進促性腺激素的分泌，但長期應用反起抑制作用，它可有效抑制排卵，但副作用為引起月經紊亂。

無需為斑禿發愁

祝岩

斑禿是一種常見病，表現為頭髮成片脫落，從一厘米到幾厘米或更大的範圍，呈圓形或橢圓形，有的病人甚至在短期內頭髮會全部脫落，極個別病人竟能連眉毛、鬍鬚、腋毛、陰毛等也會脫落，使病人在精神上受很大的壓力。

機體的毛髮分為兩部分，皮膚外是毛幹，皮膚內是毛根。毛根在毛囊內，合稱為毛球，是毛髮的生長處，毛髮是由毛球細胞核的分裂而發生成長的。毛球細胞核的分裂需要養料和氧氣，由突入毛球底部的毛乳頭供應。如果影響了毛乳頭毛細血管正常的伸縮，即可造成斑禿。故凡精神創傷、思慮過度、驚恐、極度悲傷等均可造成毛乳頭的毛細血管發生萎縮，導致毛球的養料和氧氣供應不足，從而發生頭髮脫落。

常有學生在高考或期末考試時由於極度緊張而發生斑禿；其他如甲狀腺疾病，某些皮膚病、貧血等也可伴發斑禿。

防治斑禿的關鍵，應生活有規律，精神愉快，勤梳洗頭髮，同時保證要有適當的營養。

一旦患了斑禿，不要過分緊張，應處之泰然。經過治療，絕大多數是可以治愈的。

中醫認為，斑禿為血虛，風，係血虛腎虧之故，宜補腎、養血、祛風。常用藥為神應養真湯、養血生頭髮丸。

含有多種維他命及礦物質的「愛髮達片」——美國樂滿家出品也有助於新髮的生長。

局部治療主要在於改善脫髮區的血液循環，以增加對毛球細胞的養料和氧氣的供給，促進毛髮生長。其他如對頭皮做按摩，氦氖激光照射，以及用鮮生薑塗擦局部患處等。另外，用斑蝥酊、辣椒酊、百分之三十補脂酊或百分之一敏樂啶塗擦局部的患處也有較好效果。

常見皮膚病——濕疹

岑鶴齡

病案分析

濕疹，中醫稱濕瘡。是個十分常見的皮膚病，男女老幼，均可患染。可發於身體的任何部位，多兩側對稱分布。以頭、面四肢等外露部位較常見，但腋窩、陰部、股部、肛門周圍等皮膚皺摺處也常發生。慢性濕疹病程度達數月或更久，適量處理可漸愈，若再受刺激，可急性化。熱水洗燙、用力搔抓、不適當的外用藥等不特不可能止癢，反而使病惡化及癢感加劇，惜患者常犯此錯。

濕疹的病因頗複雜，過敏因素多，各有不同，有對動物蛋白質，特別是魚蝦、牛羊等過敏，也有人對吸入毛塵過敏，某些外因，如日光、寒冷、濕熱，接觸人造纖維、外用藥、肥皂、化裝品等也常與濕疹發作有關。糖尿病人易患濕疹，月經前和月經期濕疹常可加重。神經精神因素對此病關係密切，如精神緊張、失眠、過度勞累，情感變化均可使病變加重。

張君，藝員，年三十歲，患陰囊濕疹兩年，時犯時發，月來又犯，陰囊痕癢，夜間尤甚，用力搔抓痕癢更劇，影響睡眠，甚感苦痛，因而求診。查見陰囊皮膚粗糙不平，皮膚增厚，狀若魚鱗，會陰部皮膚潮紅，抓破有滲出液，部分輕度糜爛，診斷為腎囊風，乃風、濕、熱、毒之邪蘊結病所在，久留不清所致。宜用消風、涼血、燥濕、解毒之法為治。

此病以內服與外洗合用較佳。惜張君住單人宿舍，不便並藥，給如下處理：①蛇床子一兩、苦參一兩、丹參一兩、大黃五錢，水煎待冷後浸洗，每日一劑用二次，②青黛二錢（研細）、蜈蚣末五分，加入麻油拌勻，塗搽患處，每日二次。張君依法施用兩天，紅消癢止。

吸煙與血栓性閉塞性脈管炎

蔡燕

醫生手記

血栓性閉塞性脈管炎是一種頑固的慢性血管阻塞病。（包括周圍的中、小動、靜脈。）本病病程長，治療較難，病人痛苦大，嚴重的要截肢以致終身殘廢。本病的病因尚未清楚，但吸煙的煙鹼中毒和受寒、受濕、及精神因素有關，往往作為發病之誘因之一。

本病的臨床表示是：多發生於二十五至四十五歲的男性，往往會有吸煙史。病變的為一側下肢，最後可累及雙側下肢。其初期症狀是患者下肢初感發涼、怕冷，有麻木感，足部小腿酸痛，尤其行走一定距離時會感到小腿疼痛，迫使病人跛行或坐下休息，片刻後疼痛消失又可行走。這叫「間歇性跛行」。有百分之四十病人下肢靜脈發作靜脈炎。病情再發展，患肢持續性痛，尤以夜間為甚，病人要屈膝抱足而坐或將患肢垂於床沿。

病人平卧時，如將下肢高舉，則足和小腿即呈蒼白，小腿皮膚乾燥，肌肉萎縮，趾甲增厚或脆裂。至病之晚期則病者患處發生壞疽（多為乾性），常始於拇趾尖端。壞疽部分可自行脫落，殘留不易癒合之潰瘍，也可合併感染成濕性壞疽。

本病之治療上，原則上要適常休息，患肢要保暖，保持患肢清潔乾燥，防止外傷。定時作抬腿運動，有助於促進側支循環形成。

此外十分重要的一點就是患者務必要徹底戒煙。據統計，病人中吸煙的約佔百分之九十左右，吸煙多的病人，其症狀往往較嚴重，治療的時間也要長。

實驗證明，煙中的尼古丁進入血液與血紅蛋白結合，使血液攜帶氧氣的功能發生障礙及血液粘稠度增加，導致組織缺氧，並使小動脈持續痙攣。久之，可使動脈壁肌層變厚，血管內彈力膜增殖，產生血管病變以至壞死。

有人觀察吸一支煙後，心率每分鐘增加五至二十次，因周圍血管收縮致使皮膚溫度下降攝氏四度，血壓升高十至二十五毫米汞柱。因吸煙是如此地引起脈管炎，醫生務必要勸病人戒煙。脈管炎也容易復發，復發的原因和大多數病者戒煙後重新吸煙有關。

如在病情十分嚴重，即出現廣泛壞死、感染不能控制或疼痛無法忍受時，就必須作截肢術。所以奉勸吸煙者還是戒煙為妙。

膝傷與關節炎

安福

美國明尼蘇達州立大學的一項研究透露，膝部輕傷可能招致輕微骨裂，進而導致關節炎。

該大學整形科主任羅比·湯普遜醫生說：「膝部輕傷所產生的小腫塊，極其量使人覺得有點不舒服，但後患可能頗長，關節炎就是其中之一。因此，膝部曾經受過輕傷的人，應該盡量地避免膝關節受到沉重的壓力。」

中山安堂
林健龍
占卦算命
467派倉積善
利橋貨街
左邊對面街
能知過去未來，一生人財福占卦五元，口訣算命二十元，錄音算命三十元，外埠郵寄算命三十二元，結婚擇日、移居入伙、解簽酬照超幽、招魂、解除災難，祝星求運，七天候教，在住宅
467 PRIOR ST. 來 JACKSON ST.
電話254·2862　V6A 2G3

余景煇會計師
填報入息稅
會計，核數，稅務，商業，產業管理及諮商。
地址：雲哥華片打東街二百號二〇三室（緬街夾片打街）
辦公時間：
星期一至五上午十時至下午五時半星期六十二時至四時
電話：669·4406

註冊明德託兒所
（特設託兒補助金）
可申請政府免費或津貼及接受本所補助，負責接送幼稚園兒童。
所址：715 Victoria Dr Van.
報名電話：二五五·四二五一

Harry James Agencies Ltd
Insurance and Real Estate
606 Main St., 684-1377
代理汽車保險·房屋樓宇商業等各項燕梳
公平妥當
專人指導
歡迎垂詢

周愛權 周慶偉 視光博士
驗眼配鏡專家
精配隱形眼鏡
DR. RAYMOND S. CHOW
DR. JACK K. CHOW
OPTOMETRISTS
TELEPHONE 685-8231
632 MAIN STREET
VANCOUVER, B.C.

B.C. Royal Cafe
119 E. PENDER ST.
VANCOUVER B.C.
Phone: 681-3953
住在大溫哥華
食在秘書賓路
天上人間
四時有不謝之花
五節有長春之草
雲秘書賓路蔡根根遠立正
埠

雅梨廊韓國大餐廳
아리랑
ARIRANG HOUSE
KOREAN RESTAURANT
AUTHENTIC KOREAN CUISINE
• BBQ KALBI • BUL-GO-KEE • SUSHI BAR
正宗韓國名菜
馳名BUL-GO-KEE
上自燒海鮮全餐
七營天業
正高麗人參鷄湯 $13.95
壽司BAR
溫哥華最大韓國餐館
二百座位適合大型團體
2211 Cambie Street
Vancouver, B.C. V5Z 2T5
甘比街2211號（近甘比橋脚）
MON-FRI 11:30AM-11:00PM
SAT. NOON-11:00PM
SUN. 5:00 PM-10:00PM.
電話：879-0990, 879-0989

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 2V5.
寓溫哥華唐人區緬街611號
文華商業大廈二樓候教（大門口不貼招牌）
電話：(604)681-8008

鋼琴調音
董國華調音師有三十四年經驗精工修理保養買賣舊琴每次收費50元有意請電
8748548

BUY-SELL
卑詩省免費廣告報紙
免費刊登售物小廣告
請電280·1000
欲購平靚貨品請閱本報
逢星期四出版
BUY & SELL: 5791 No. 3 Road Richmond B.C. V6X 2C9
行政部電話：(604)273·1571
歡迎刊登付費商業圖片廣告

漢宮大酒樓
KINGSLAND CHINESE RESTAURANT
987 Granville Street Vancouver, B.C. Tel: 687-6675
〈增設日日新鮮例湯〉
59·00（六位套餐）
西菜炖鷄煮腎
蝦子海參鴨掌
冲油脆皮鷄（半只）
玉蘭炒雙蚌
椒鹽焗中蝦
豉汁蒸生蠔（六只）
絲苗白飯
奉送：糖水、生菜
特價海鮮席
彩虹大拼盆
上湯焗龍蝦
紅燒三絲翅
北京片皮鴨
生菜包鴨鬆
玉蘭炒雙蚌
召鹽焗中蝦
當紅炸子鷄
清蒸游水班
楊州炒飯
蓮子紅豆沙
合時生菜
188·00
貴賓席
生猛龍蝦大沙律
蟹汁鮮蔴鮑
雪裡影紅梅
御品鷄煲翅
砵酒焗鵪鶉
生炒桂魚卷
碧綠翠珊瑚
黑椒野鴨柳
八寶荷葉飯
肆式美點
椰汁炖雪蛤羔
388·00

北園
NORTH PARK RESTAURANT
$188·00
特價海鮮席
彩虹大拼盆
上湯焗龍蝦
紅燒三絲翅
北京片皮鴨
生菜包鴨鬆
玉蘭炒雙蚌
椒鹽焗中蝦
當紅炸子雞
清蒸游水班
楊州炒飯
蓮子紅豆沙
合時生菜
993 GRANVILLE STREET VANCOUVER B.C. V6Z 1L3
PHONE: (604) 688-8828