

# 中醫治肺炎的方劑



書本上對於肺炎的描述，是十分典型的，如高熱、咳嗽、咯痰，而痰多呈鐵銹色等等。這些症狀，常常被看作大葉性肺炎的典型症狀。但是有時肺炎，並不是全書本上所描述的那樣。而且，肺炎也有多種（例如：病毒性肺炎、過敏性肺炎等等），其表現也是變化多端的。特別是近年來，各種各樣的抗菌素廣泛使用，使大葉性肺炎的細菌也沒有以前的厲害，所以肺炎的症狀也較輕。你的身體一向較健，對於疾病的抵抗力當然也較強，所以肺炎的表現也較輕。筆者最近發現三例輕度肺炎，同樣是沒有發高熱的（這兩例肺炎患者均經X光胸片加以證明）。

對於肺炎，中醫有許多有效的方劑，而本人則多用先父黃省三之「黃氏玄參竹葉湯」，這方對於肺炎有很好的療效，方用：玄參七錢、竹葉四錢、連翹三錢、牛蒡子三錢、枝子三錢、瓜蒌皮三錢、桑白皮三錢、南丹皮三錢、薄荷葉（沖）四分、天花粉三錢、菊花四錢、青蒿一錢（清水煎服）。

## 扁桃腺發炎 可接受割除手術

喉核，在醫學上稱為扁桃腺。扁桃腺受病菌的感染，便會發炎。由於人體和病菌的鬥爭，一方面是細菌對扁桃腺的侵害，另一方面人體產生抵抗病菌的反應，有時會自然痊癒，有時病情重一點。扁桃腺內產生膿液，膿液內含有侵入的細菌、白血球和一些纖維素等。經過打針服藥常常會消滅病菌，膿液從口腔排出和由人體吸收而痊癒。常常復發的病例，由於扁桃腺的發炎或膿液未能全部消除。扁桃腺內仍有膿栓（內有細菌存在），當人體抵抗力弱時，例如受涼、睡眠不足等，細菌又繁殖增多，便侵蝕扁桃腺而產生症狀，例如發熱、咽痛、全身不適、扁桃腺紅腫，甚至有多量膿液等。

扁桃腺（即喉核）是咽喉舌弓及咽腭弓構成的窩裏藏着的兩塊扁桃腺的淋巴組織。當發熱時可看到舌扁桃腺的兩側，左右兩邊均有一溝，溝內的兩肉便是。它的生理功能主要是製造淋巴細胞。而淋巴細胞一般認為與抵抗病菌有關。總的說，目前對扁桃腺在人體的作用及價值均未十分清楚。不過有一點可以肯定，把扁桃腺割掉對身體並沒有什麼妨礙，因為即使它們有功用，其他的淋巴組織（例如脾、骨髓等）也可以代替它們。而且，扁桃腺只是表淺的一對，咽喉深處還有好多（扁桃腺）淋巴組織成的扁桃腺。如果醫生診斷您患扁桃腺發炎，而且經常復發，您應該接受割除手術治療。在手術室設備的醫院裏，按現今的科學水平，除了有嚴重的心臟、腎臟和肝臟病外，全身麻醉（全麻）是安全的，請您不必害怕。但有一點是要注意的，就是應打針或服藥直至扁桃腺發炎控制後，才可進行手術割除。

升，豆漿1500毫升，雞蛋2隻，糖60克。

2、適用對象：凡因病失去知覺、精神失常或因口腔、食道、胃部施行手術而不能自動進食的病人，均可採用此法。

最常用管飼營養的病種有：（1）中風、腦外傷、腦腫等昏迷不醒的病人；（2）拒食或木僵狀態的精神病人；（3）口腔、食道和胃部手術後的開始幾天，或者因食道、胃部腫瘤而影響食物通過，被迫在病牀下段採用管飼飲食維持營養，為進一步治療創造條件。

一般醫院內成年病人每日每份管飼液體的混合液體包括：牛奶 500毫

## 健康與衛生

### 發燒對人體 有害也有利

有人以為發燒是一種疾病，其實它是一種常見的症狀，許多疾病在發生的時候都有這一症狀。

在健康狀態的時候，人的體溫一般在攝氏三十七度左右，它不管外界環境的變化總是比較恒定的。人的體溫恒定，但並不是一成不變，事實上不僅個體之間的體溫有差異，如有的正常體溫是三七度八，有的人正常體溫則是三十五度八。而且一個人的體溫，也可以因為飲食、活動引起的代謝變動而在一天內有所波動。通常是凌晨最低，起床活動後逐步升高，到下午四、五點鐘達到最高峰，以後又逐步下降。一晝夜體溫的波動一般在一度以內。此外，劇烈運動、體力勞動以後，可使體溫暫時性的輕度升高；婦女在月經來潮以前及經期早期，可以出現持續性的體溫輕度升高。這些都是正常的生理現象，它反映了身體內部代謝的變化，應與病理性發燒區別開。

在健康情況下，體溫能夠保持穩定，是因為人體的產熱和散熱作用在丘腦下部的體溫調節中樞不斷調節下，經常保持着動態平衡。當患某些疾病時，這種平衡如被打破了，產熱增加，散熱並不隨之增加，或者相對地減少，因此就引起體溫上升，出現發燒症狀。

引起發燒的原因很多，大致可分為感染性發燒和非感染性發燒兩大類。其中感染性發燒最常見。它主要是由於病菌、病毒、寄生蟲等病原體的感染所引起。例如肺炎、猩紅熱、傷寒等病菌，肝炎、乙型腦炎、流感等病毒，阿米巴痢疾、結核等原蟲。這些病原體侵入人體，由它們或它們產生的毒液經血液循環進入丘腦下部，干擾體溫調節的中樞，使人體散熱、產熱的動態平衡受到不同程度的干擾和破壞，從而引起發燒。

發燒對人體的影響也應從兩個方面來看。在一定限度內的發燒是機體抵抗疾病的生理性防禦措施。在體溫不太高時（比正常溫高二點五度左右），對大多數人的功能影響不顯著，而且會促使機體中白血球增多，使細胞的吞噬作用、抗體的生成、肝臟的解毒作

用等都增強。同時，發燒代謝的增強如果不是十分過度，也能加速組織的物質交換和提高機體的抵抗能力。這些變化有利於對病原體的消滅，有利於人體抵抗感染，為恢復健康創造條件。在許多急性傳染病中，一定限度的體溫升高常常表示機體有良好的反應能力，而發燒不顯著、甚至體溫不升，往往是年老體弱、體內可動員的營養不足，對病原體的反應不強烈，因此發熱和恢復大抵比較困難。

另一方面，過高或長期發燒，使體內調節功能失常，也會給人體帶來一些不利影響，這主要是發燒可使中樞神經的興奮性增高，當體溫上升到四十四度或四十一度時，使人出現煩躁、胡言亂語、甚至抽搐。身體虛弱者或某些感染性發燒時，中樞神經系統則出現抑制症狀，表現為嗜睡甚至昏迷。

筆者首先願意再次指出，體態美不是體育鍛煉的目的，體育鍛煉的目的是增強體質，保持健康，使一個人學習起來有勁，工作起來不知疲倦，生活得愉快，並且得享長壽。健康是一個人生事業和幸福的基礎，決不可等閒視之。

不過，體育鍛煉卻又的確會帶來體態美，要獲得真正的美而不是虛假的體態美，離開體育鍛煉是談不上的，而健康的體態，也不說美不美的問題，總會給人一種比較好的印象，這對於一個人發展自己的事業，也頗有關係。

男性也好，女性也好，而特別是男性，一看體態，幾乎就可以辨別出，他沒有接受過體育鍛煉。接受過體育鍛煉的人，他的肌肉總是發達些，肩膊總是寬闊些，胸脯總是強壯些，腹部總是收縮些，雙臂總是顯得有力些，兩腿總是與其他體段相配些。這就具備了體態美的基本條件。试想，如果不是這個樣子，而是背駝肩窄，胸凹肚凸，整個體型或太瘦或太肥，各個部份長短粗細很不協調，還有什麼體態美可言？

還有，體態美不僅表現在身體處在靜止狀態的時

手時，兩腳還未站好站定，就匆匆忙忙擺擺兩臂，以致站立不穩，鬆鬆鬆鬆，變成上下均虛，不利於氣血運動。

二、甩手時兩臂要擺得自然，向後擺時稍稍用力，使兩臂向前擺時好像彈簧力似的。兩臂向前擺時不要太高，太高不利於整個動作。因為甩手不可只甩兩臂，要在腰腿帶動下進行，甩手時腰部動作前後擺動，這樣才有助於增強內臟器官。有些人不明此理，兩臂擺得太高，而且用力很猛，腰部卻動也不動，以為這樣才算起勁，不知這個動作不對，還是放鬆些好。

三、甩手運動重在全身放鬆，意念集中，進行時要心平氣和，甚至面帶笑容（當然不該是造作出來的）。這樣就可能引起入靜，即從外靜引起內靜，起到氣功的動作。當動作結合得好時，動作好像出於自然，毫不費力，若有神助，這樣全身感到輕鬆，收到很好的效果。有些人卻一連甩手，一邊向別人談話，意念毫不集中，這等於白費氣力。特別一連甩手，一邊想着不愉快的事，那就更糟糕。凡此都是要加以改正的。

最後還要一提，甩手運動與太極拳、八段錦一樣，不過是一種健身手段，決不是能醫百病的。只是如果甩手得其法，又能持久，則確有增強體力、增進食慾、促進睡眠、治癒某些慢性病的功效。

## 甩手要得其法

### 你想容光煥發嗎

①爭取充足的睡眠時間，心情開朗，生活要有目標，對事物有信心，保持腸胃的衛生和多吃蔬菜。

②多作戶外活動，就是坐辦公室的，亦應多作健身操，以增進血液循環和促進新陳代謝的作用。

③每晚睡前清潔面部皮膚，睡前塗上些少護膚用品，使面部皮膚獲得滋潤；白天起床後亦要塗上些少護膚用品，以防止冷熱或乾燥的空氣、塵污之侵襲。

④每星期用植物性的橄欖油做面部的按摩。按摩的作用是增進面部血液循環和使面部的皮膚運動。橄欖油是不含化學品當中所含混合配製的一種原料，但只用橄欖油化妝就便宜許多，一瓶四元、可用半年，想試一試嗎？

按摩的方法好簡單，塗些橄欖油在面上後，用兩手的指頭向上輕輕打圈按摩，約五分鐘即可。

高燒時由於機體代謝增加，能量消耗甚多，特別是蛋白質的消耗，直接威脅到機體健康、勞動能力和對疾病的抵抗力。由於代謝增加也使心跳加快。一般成人體溫每升高一度時，心率每分鐘約增加十次左右，兒童則增加十五次左右，增加了心臟負擔。對原有心臟病的病人要警惕發生心力衰竭。

發燒時機體消化液的形成及分泌均減少，各種消化酶的活力降低，使食物的消化和吸收受到影響。高燒對肝、腎等臟器也可造成一定的損害，耐熱較差的腦組織細胞更易受到損害。

因此，我們既要看到發燒對機體有利的一面，也要看到對機體有害的一面，隨時正確地估計發燒的性質及其對機體的影響，採取必要的措施，以幫助機體戰勝疾病，順利地、及早地恢復健康。

候，同時表現在身體處在活動狀態的時候。玩過或玩着球類活動，掌握了這類活動的基本動作的人，他在日常生活中，伸手去拿一些什麼，去俯身去拾一些什麼，總帶着球類運動基本動作的某些痕跡；走起路來或者跑起步來，就更加是這樣。至於玩過高低槓、平衡木、自由體操，掌握了這類運動的基本動作的女士們，她們在日常生活，一舉一動，一投足一轉身，便顯現出某種韻律，很容易看得出來。

我們認為這就是體態美。但這些人心目中的體態美卻是另一種。如果說到女性，這些人喜愛的是什麼呢？窮究，什麼叫一一笑百媚生。有些女性就是怕體育鍛煉會使肌肉發達，會使皮膚變粗，認為這有損體態美，因而而不肯參加體育鍛煉。什麼是美，各人的標準不同，也就很難談得清。不過，還是要給這些很可能陷於「要緊要緊」的人指出，你不去做運動，連游泳啦、舞蹈啦、羽毛球啦……等等都不玩一下，一味追求那種體態美，即使達到了，也不會持久，當你的健康情況不那麼好，當你結了婚生了孩子，那時你就顧不上什麼體態美，體態美也決不會存在你的身上了。

男的好，女的也好，就我們的標準來說，不進行體育鍛煉就沒有體態美，體態美是適當的體育鍛煉的結果。

## 再談體態美

## 中國治血癌新藥

介紹三尖杉酯鹼及高三尖杉酯鹼注射液

血癌，又稱白血病，是所有癌症中最險惡的一種，人類至今對血癌還未找到有效的治療藥物。

我國試用三尖杉酯鹼、高三尖杉酯鹼治療血癌的數百例表明，這兩種藥對急性白血病療效較好，有效率達百分之八十左右，是國內外通常治療血癌的藥劑中，療效較好的一種。三尖杉酯鹼、高三尖杉酯鹼對多種實驗性腫瘤有效，如對小鼠白血病L615及L615-P株、L7212、小鼠B22、艾氏腹水癌、小鼠肉瘤S180及大鼠肉瘤W256、肌肉型都有顯著的抑制作用。

三尖杉酯鹼、高三尖杉酯鹼是從我國的三尖杉屬植物中提取的。三尖杉屬植物主要產於我國，古代民間醫方就有用於消腫、潤肺、驅蟲，也有用於治療腫瘤。幾年前，我國有關藥科部門開始研究三尖杉屬植物，發現三尖杉等具有一定的抗癌活性，經幾年來大量植物化學研究，分離出許多種生物鹼，並在世界上首先完成了脫氧三尖杉酯鹼和三尖杉酯鹼的半合成，進而提煉、臨床方面的成果獲得全國科學大會的獎勵，鼓舞了廣大醫藥工作者在防治腫瘤方面去攀登新的高峰。

## 社行旅存業簡

Gunn's Travel Ltd.

438 MAIN STREET - VANCOUVER, B.C. CANADA V6A 2T4

PHONE 685-2235 685-2617

簡業存啓事  
啓者：本人經營旅行事業凡三十餘年，先後曾為總統、特使、加航、日航、接待客商、安排飛機轉往加中東、定居、同時辦理出國手續、方便僑胞、同鄉、或赴環球各地遊歷、今為擴大業務、特將舖中全部改裝現代化，現已竣工，定期十一月二十四日開張，專售：（一）移民機票，（二）香港特價機票，（三）國內國外航空票，（四）及辦理世界各地旅遊，如蒙委託，竭誠服務。

## 廠麵華南

Top-Vain Food Products Ltd.

575 E. Cordova St., Vancouver, B.C.

Phone: 253-4558 V6A 1L8

各種鮮麵 日日生鮮 超等可口 爽滑可口 新製機器 名師精製 大小光顧 均極歡迎

## 廠麵旗花

Northwest Food Products Limited

355 Powell St., Vancouver, B.C. Phone 684-9820

五香牛肉麵 花旗旗麵 雲吞麵 蒸氣炸麵 鮮雲吞皮 鮮春捲皮 新鮮麵 幸運餅仔 零沽批發 索辦歡迎

## Maxim's 美心餅店

CAKE SHOP 溫哥華奇化街二五七號

257, KEEFER STREET, VANCOUVER, B.C. V6A 1X6 CANADA

TEL: 688-6281 688-6282

咖啡 美心 合時 椰汁 最佳 請嘗試 地方 雅座 咖啡 茶座 雅座

## 經驗家庭補習

大學程度，願為中小學華僑子弟補習。尤精英、數。電話：六八三三三八六八

## 余景輝會計師樓

專業服務 會計、審計、稅務、商業、產業管理、諮詢。

地址：三雲華埠打東街二百號

二〇三三（舖街夾打東街）

辦公時間：星期一至六

電話：669-4406

## 雙喜食品廠

Double Happiness Foods Ltd.

427 Powell St., Vancouver

Phone: 253-4424

新鮮麵粉 全日生麵 上海麵類 雲吞皮 春卷皮

## 周愛禮視光博士

驗眼配鏡專家 精配隱形眼鏡

Jack K. Chow O.D. Raymond S. Chow O.D.

Optometrists Tel: 685-8231

518 Main St., Vancouver, B.C.