從倫敦坐火車直達香港——四十二天的「東方旅程」

孔眞

長久以來，人們都夢想着可以乘坐一種交通工具環遊世界，最可能首先實現的是火車。但火車旅行一直限於某一區域或範圍，即使一度馳譽國際的「東方快車旅程」（現已停辦），也不過是由巴黎至伊斯坦堡而已。由倫敦至香港，穿越歐洲大陸而至亞洲大陸的火車之旅，直到最近才成爲事實。這次旅程途經歐亞十一個國家，遊覽了十四個著名城市，被譽爲世界最偉大的旅行之一。

今年二月廿八日，英國一家旅行社舉辦了一次東方旅程，由倫敦出發，經巴黎、柏林、華沙、莫斯科、伊爾庫次克、烏蘭巴托、大同、北京、南京、上海、南昌、長沙、廣州而抵香港，全程九千三百卅一點六哩，歷時四十二日，收費達一千八百英鎊（美金八千餘元）。參加者有十九人，團員的平均年齡在四十歲以上，年紀最大的七十三歲，長途跋涉對他們來說的確是一項考驗，但他們都抱着大無畏的精神登程。結果，除兩位團員因患病而先後在伊爾庫次克和北京離隊外，其餘各人都能完成全程。

旅行團的高潮是遊覽中國大陸數個城市，他們離開廣州時適逢廣—九鐵路恢復直通車，便從廣州直達香港，成爲近卅年來首批由倫敦經陸路到香港的旅客。

東方旅程的團員抵達香港後透露，在旅途上，他們多數在火車廂內渡宿，間中也會到各地的酒店過夜。雖然風塵僕僕，但他們感認不枉此行，最令團員們回味的是西伯利亞的隆冬景色、戈壁灘頭的黃沙滾滾，與南京及廣州等名城的綺麗風光，恰成強烈的對比，此外，各地不同的民族風格和社會特色，也給他們留下深刻的印象。據其中一位團員比利表示，他童年時已知道有一條橫貫西伯利亞鐵路，想不到現在竟然可以在鐵路上經過，更可以飽覽歐亞的名城，作一比較，眞有「讀萬卷書，不如行萬里路」之感。

據悉，這次東方旅行原屬試辦性質，但由於成績美滿，主辦當局決定從今年十月起，定期舉辦類似的火車旅行團，參加者可以自由選擇在倫敦或香港啓程。

列國遊踪

咖啡對人體的影響

葉士

醫藥常識

人們所喜歡的咖啡、茶、可可、可樂等飲料中，都含有一定份量的咖啡因，而咖啡因則最多。

杯咖啡含有差不多三百毫克的咖啡因。作爲藥用的咖啡因治療量一般是一百至三百毫克。每天喝咖啡的人，就等於天天服食相當治療量或超過治療量的咖啡因。

咖啡因治療的安全範圍大，在機體內很快受到破壞，長期飲入並無積蓄作用。但咖啡還含鞣酸、菸草酸等物質，對人體有一定影響。

咖啡因的藥理作用在某些方面，至今仍然搞不清楚，並且存在爭論，但大部份藥理學家都同意它具有刺激中樞神經、增加呼吸、弛緩平滑肌以及利尿等作用。對大腦皮層具有選擇性的興奮功能，所以喝了咖啡以後，能消除瞌睡，振作精神，減少疲乏感覺，同時也可提高對外界的[illegible]力，並改善人們的思維[illegible]動。

喝了過量的咖啡，會產生與焦慮性神經病相似的症狀，如反覆頭痛、精神激動、心律不齊和胃腸功能發生障碍等。目前已經肯定，不管普通咖啡或經過加工提煉已除去咖啡因的咖啡，都能刺激胃液分泌；但咖啡中究竟什麼物質引起胃液分泌，還待進一步查清。凡具有活動性胃或十二指腸瘍患者，都要避免喝入過多的咖啡。

不久前，有些醫學論文中提到咖啡可能與腎癌有關，因其含有酚類物質。這種物質在消化道經過氧化和催化作用可形成硝基氨，硝基氨是公認的致癌物質。

不過咖啡致癌問題目前仍有爭論，同冠心病的關係也未做出結論；但對心血管具有中樞性與末梢性的雙重作用是肯定的。凡患有冠心病的人也應少喝咖啡爲宜。

有喝咖啡習慣的人，停止喝咖啡後會出現嚴重的頭痛症狀。咖啡因對治療這種症狀有效。產生這種症狀的原因，目前還不清楚，也許由於咖啡可能使腦血管收縮，停止喝咖啡後產生繼發性的血管擴張的結果。

由「腎工人」小到大

朱雀

醫學漫談

人體內有很多廢料要排洩，如從肺部排出二氧化碳、從皮膚排出汗和水，大小二便排出多餘的水份和殘渣。但當腎臟機能發生障礙，不能正常排洩時，便會引起中毒，醫學上稱爲「尿中毒」，發展下去，腎功能會完全停止，人的生命也會結束。要挽救生命，最好是做移植腎臟的手術。但是，由於配型適合的人體腎臟難找，可能需要等待很長時間。爲了維持腎功能延續生命，可用人工腎暫時代替，若病情較輕的，還可以完全恢復腎功能。

人工腎即洗腎機。其作用是通過洗血程序來濾清體內多餘的代謝產物，如鉀、酸性物質、非蛋白氮。洗腎機有兩條膠管插入血管，通過心臟壓力將血送進機內，機內有一半透膜，一邊裝有根據病情處方開的藥液（即透析液），當血液流到半透膜的另一邊時，血內多餘的雜質便會滲到另一邊，而血液所需的東西則會從透析液滲回，經過不斷運行，便將血液清洗，尿毒也會因而被洗掉。

但是，一般洗腎機都是大型設備，差不多要佔一個房間的位置，因此病人必須要到醫院裏才能洗腎，十分不便。爲了克服這一缺點，近年醫學界努力縮小人工腎的體積，已取得了重要成果。

日本一個醫學研究組去年發明一種便於携帶的人造腎。它可以讓患有腎病的人士，即使在走路時，也可以進行淨化血液的治療。這種袖珍人工腎包括一個濾器、一個泵、一個電池及一個控制器。其體積小得可以放進上衣的衣袋中。與常用的方法不同，它淨化血液時不需要分解液體。病人只要放進一些乳酸溶液便可以了。

美國最近新發明另一種袖珍型洗腎器，全名是「連續行動腹膜滲析器」，簡稱CAPD，它可以用來代替龐大的洗腎機，病人在洗血期間可以自由行動，照常工作。

腹膜滲析器的特點是，血液內的廢物不是由腎臟或人工腎臟濾出，而是由腹膜濾出。腹膜掩蓋的器官，包括胃、脾、肝、腸和腎臟。醫生爲了接近這個區域，特在肚臍正下方開一個永久性切口，然後移植一段管子穿過腹膜，進入腹腔。

接受這種手術的病人，經過一個體拜的訓練，可以自行把一個小塑膠袋連接在管子上。袋裏容納類似洗腎機所用的血液清潔液兩公升。病人把塑膠袋提高到肩部或肩部以上，液體向下流進腹部，清洗含有許多小血管的腹膜。然後把管子夾緊，病人把空塑膠袋摺好；放在腰部的衣服內。液體在腹腔內開始慢慢進行跟洗腎機相同的複雜化學運動。血流內的有毒廢物和水分流進清潔液。這個過程進行的時間約五小時。然後病人把空塑膠袋打開，在地板上，打開管夾，把充滿廢物的液體從腹腔裏放出。最後，另連接一袋液體。每天每隔四小時或八小時重覆清洗血液三次，在清洗血液期間，病人可以做任何事情。

發明這種裝備的美國化學工程師波卜維契和腎臟專家孟克里夫指出，腹膜滲析器的用法比較簡單，除了易感染炎症以外，比在家裏使用洗腎機安全。例如，一個病人可以在洗血過程中睡着，不必担心在管子脫落時會因流血過多而死亡。此外，由於使用腹膜滲析器時沒有血液流出體外，對心臟的壓力較輕，所以對心臟血管有問題的病人，特別適用。

腹膜滲析器
使用情況
腹腔
腹腔
腹腔
把下腹部的導管植入腹腔。
放入藥液，讓藥液在腹腔內停留一段時間。
藥液滲透過腹膜，血液清潔後，把藥液放出。
藥液清潔後，把藥液放出。
藥液清潔後，把藥液放出。
藥