哮喘症防治病案

病案分析

岑鶴齡

港地人口稠密，居住環境擠迫，車輛來往頻秘，廢氣污染嚴重，冷氣設置普遍，室內外溫度差甚大，乍冷乍寒，等等不良條件，使居民的呼吸道經常處於敏感狀態，因而患鼻敏感和哮喘者衆多，小兒尤甚。據港地保健組織調查約有五分之一的兒童患有哮喘病，可見其普遍程度。每屆冬寒，哮喘便然發作。中醫治病，素重視預防，所謂"上工治未病"。哮喘一證"急者治其標，在肺，緩者治其本，在腎"，故防犯哮喘，必須預先益氣補腎以固其本。時屆秋涼，哮喘兒童在未患發之前便須積極調理，茲舉舊例一個，以證其效。

馬君之女孫，年方十三，患哮喘病已歷八年，每逢冬日便見發作，發時呼吸困難，喘息抬肩，汗出頻頻，喉聲鳴響，乾咳無痰，夜間症狀尤甚，影響睡眠，頗為痛苦，乃於前年（一九八九）夏末攜孫慕名求診，目的希望在臨冬防止發作。病孩體瘦，面白畏寒，聲低少氣、食少便溏，舌淡脈弱，正是虛寒體質，宜於溫補。遂擬方：北芪六錢　熟附子三錢　熟地六錢　淫羊藿五錢　補骨脂五錢　白朮五錢　丹參六錢　乾薑三錢　兵草二錢。囑每劑煎兩次後分兩天溫服、停藥一天，第四天再煎一劑，即每月服藥十劑，連續兩個月。並囑配合飲食療法，用冬蟲夏草二錢燉烏雞，每周吃食兩次。用田雞煲飯，每周三次。用生薑煲瘦羊肉，每周二次。俟後，馬君伴友來診，告知其孫按方服用並飲食治療之後，是年冬季來臨，哮喘發作已大為減輕、減少。

按此病例處方幾全是大補脾、腎之品，蓋兩者分別為先天、後天之本也。獨有一味丹參，則為活血化瘀藥物。近年研究，發現血小板狀態和哮喘關係密切，當血小板聚集時能釋出對枝氣管起強烈收縮作用的物質，因而發生哮喘。活血化瘀藥多有抗血小板聚集作用，丹參亦然，故本方選入以助防治之力。又按此方只用於預防，不能即時抑止哮喘，倘遇發作，便需"急則治其標"，改用他方了。

足跟痛症治須分不同類型

杜仲

足跟痛俗稱腳踭痛，是指足的後跟部疼痛，或牽引及足心，不腫不紅，不能久立、多走，甚至站立即痛不可忍，不能着地。並常伴有耳鳴、目眩、頭暈、腰痠等症狀。處方用藥需按症狀分辨其屬肝腎虛弱還是脾氣不足或是風濕痺者，又或者多種兼症的病，以便對症下藥，達到預期效果。下面舉一個近期病案：麥××，男，六十歲，家住元朗，去年十月開始，早上起床右腳踭踏下地痛，但不紅不腫，足跟外表毫無異常，往看西醫日發炎，採用打針，則可止痛一星期，過後又痛。往看骨科，經X光照片等，認為是足跟骨質增生，是骨質退化性疾病，亦施以針丸，時痛時止，均不得要領。後於一九九一年七月二十七日經病友介紹到來求診，病者個子高大，自覺容易疲倦，食欲欠佳，中午食一碗飯至晚上仍未覺肚餓，小腹時覺不適，大便多稀爛，小便無力，日間尿頻，夜尿四至五次，早上起床腳踭不能着地，着地則痛不可忍，行路只能跛腳，血壓高，達一百七十五至九十五毫米汞柱，舌質淡，苔黃膩，脈緊尺弱。診斷為肝血不足，腎精虧損，脾胃虛弱，水谷精微來源不足，足跟筋骨失於滋養，故足跟疼痛。處以：西歸頭　厚杜仲　巴戟天　川續斷　雲茯苓　焦白朮　菟絲子　川萆薢　益智仁　水煎服，並配服壯筋健骨丸，三天後覆診，自言大便已正常，腳踭痛稍減，尿頻及夜尿次數減少，但胃口仍欠佳，小便仍無力，疲倦未減，二診加小茴香、熟附子，再服三劑，壯筋健骨丸仍照服。八月九日三診時，腳踭疼痛只剩少少，夜尿僅剩一次，胃口有所改善，已有餓的感覺，惟小腹部有少少不適，並有少少口氣。上方去益智仁、熟附子，加防黨參、佩蘭葉，焦白朮改泡蒼朮，並續服壯筋健骨丸，又連服三日。九月五日四診時，血壓已降至一百四十至九十毫米汞柱，胃口又有進步，足跟疼痛已完全好轉，日間尿已不頻，夜尿盡去，小便已有力，疲倦稍減，鑒於血壓當略高，故繼續調理，約經兩月治療，血壓回復正常，疲倦盡去。（足跟痛症治之二·完）

中學生應該如何吸收營養

黎熙環

踏上中學的小青年，生理和心理都會有很大變化，表現出身體各個器官漸漸發育成熟，思想活動也特別活躍，是一生中長身體和長知識的關鍵階段，因此，合理的營養非常重要，你作為家長，你知道中學生怎樣吸收營養嗎？

第一，是必須有足夠的熱能。按目前國際規定，大概中學生每日應供應的熱量約為二千五到二千六百千卡。熱量的來源應包括糧食、肉類和脂肪等食物。除了一般所提「早餐吃好好，午餐吃飽飽」的原則之外，鑑於中學生活力強，消化快和在晚飯後多要立即投入做功課而不能太飽，所以在睡前半個小時，酌加小點，對維持學生血糖濃度會有幫助。

第二，是保證蛋白質的質和量。蛋白質是建造，更新及修補身體組織的重要原料。處於生長發育中的中學生，全身組織都在增加，如果蛋白質不夠，等於建築無鋼筋水泥。機體會出現負平衡，時間稍長，一定影響學生生長發育，嚴重者出現營業性水腫和智力障礙。蛋白質的質和數量同等重要。所謂「優質蛋白」是指含有八種必須氨基酸者，在這方面肉、蛋、海鮮較為豐富，通常植物蛋白所含的必須氨基酸會少些。中學生膳食中，優質蛋白含量應佔所供應蛋白三分之一以至一半以上。所以，筆者不贊成中學生食長齋。

第三，注意補充維他命，通常飲食都含有豐富的維他命。不過，因為發育，一般需要維他命AD和維他命C，B2較多。前者在肝臟，蛋黃，奶類及海鮮豐富，後者則在肝蛋乳，油菜、大白菜及新鮮蔬菜中較多。

最後，無機鹽對中學生也十分重要。鈣磷是骨骼發育重要物質。鈣還通過神經調節影響腦功能。鐵是血液的重要組成部分，缺鐵可引致貧血。鋅是人體生長和性發育必需之素。鋅的不足，會使生長和性發育停滯。豆、奶、紫菜，海蜇含豐富的磷鈣。紅肉和肝有豐富的鐵。鋅主要含於肉、魚、貝類、奶類等食物中。

按中學生生理要求和營養需要的原則，膳食的組成原則應該是：

①葷素搭配要合理，不偏食，可以起着營養互補，更好地發揮蛋白質的效能。

②米麵類食物不宜過少，每日應維持五百克左右。不宜提倡以奶或肉代飯。

足夠的生菓不能代替足夠的蔬菜，後者有豐富的纖維素是腸胃消化的重要物質。

③蔬菜應多選綠色或黃紅色，以多攝取維他命和無機鹽。

此外，飲食多樣化，避免過分單調；注意飲食色、香味，以促進食慾；養成良好飲食習慣，定時飲食，不暴飲暴食，不偏食在中學時代，對保證身體健康，發育都有重要意義。

食魚防冠心病

甲浦

近年來的研究發現，多吃魚可以減輕心臟病的症狀，特別是多吃含脂量高的海魚，如沙丁魚、鮭魚、鯖魚、秋刀魚等。這是因為這些魚的體內含有豐富的二十碳六烯酸（DHA）、二十碳五烯酸（EFA），這些物質是一種不飽和脂肪酸，它可使血管中內皮細胞形成的前列環素增多。因為前列環素具有抑制血小板凝集的作用，可以減少血小板聚集在動脈管壁上，減少血中膽固醇和三酸甘油脂的含量，防止動脈發生粥樣硬化；另外，還可降低血管壁升壓激素的敏感性，減少高血壓產生的可能。所以，多吃海魚有助於防治心臟病的道理也在於此。

中大最新調查顯示偏頭痛者多於預計

文之

香港中文大學內科黃醫生最近出席一個在日本舉行的國際性醫學會議上表示，偏頭痛在香港比預期中更為普遍。

據香港中文大學的初步調查結果顯示，偏頭痛是導致嚴重頭痛的最主要原因，比一般緊張性頭痛更為常見。

黃醫生在沙田威爾斯醫院中大醫學部工作，他指出：「偏頭痛患者同時感到身體麻木及視力失常的現象，比預期為多。」

黃醫生最近出席在東京舉行的第八屆亞太區腦科會議上，向來自世界各地的醫生和醫學教授發表其最新的調查結果。

該項調查為期六個月，被訪者包括一百二十七名嚴重頭痛病患者，分別來自各個階層，並曾經由醫生轉介至專科醫院接受治療。黃醫生表示，這些病人在頭痛時，其日常生活遭受到嚴重的影響。

調查結果顯示，百分之四十六的被訪者的頭痛屬於偏頭痛，每次病發均是由於某些食物，緊張或壞天氣而觸發。偏頭痛雖然令患者全身衰弱，但在一般情況下是不會危害性命。經醫生斷定是患上偏頭痛的病人，可以嘗試改變日常的生活習慣以避免觸發偏頭痛，和服食藥物以控制偏頭痛的病發次數。

頭痛可以由不同的原因所引致，有些嚴重頭痛可能會是嚴重疾病如腦瘤的徵兆，因此病人應該找專科醫生準確斷症。

由於偏頭痛不容易診定，所以醫生只會給病人服食一些止痛藥，結果頭痛持續，令病人以為頭痛是不會醫好的，所以再也不看專科醫生，黃醫生說：「其實這些頭痛是可以避免的」。

骨折固定原則

洪敦耕

急救、復位、固定與功能鍛煉，是治療骨折的四大基本原則。任何骨折的治療均須遵循這一原則，中西醫對此原則並無異議。在此四大原則中，固定又是較為關鍵的一環，它是保證骨折端能在正常位置下愈合的根本條件。

固定的方法有外固定與內固定兩類。傳統中醫骨科只能處理外固定，而內固定（開刀手術）則是西醫的專長。固定的基本原則是：一、功能位固定；二、固定確實；三、有足夠的固定時間；四、未固定的關節可以充分活動；五、在固定中需密切觀察，預防各種併發症；六、能用外固定達到目的的，不宜採用內固定；七、外固定不能維持對位，或不利於功能恢復者，則應選用內固定。

據筆者觀察，本港不少骨折患者因怕開刀手術內固定，而求治於跌打中醫。但是，在某種情況下，外固定（小夾板或石膏，綁帶）並非盡善盡美，甚至難以或完全無法維持骨折的正常對位，尤其是某些要求較高的特定部位，以致影響到骨折治療的整個進程。加之，香港的工商業高度發展，交通意外時有發生，使骨折類型更複雜化。所以，選擇內固定的機會很多，此類患者切不可因恐懼開刀手術而拒絕內固定，正確的態度應是聽取骨科醫生的意見。

痴呆與老人

診餘漫筆

祝岩

人的智能是以大腦的神經結構為物質基礎，在出生後的教育訓練過程中逐步發育和完善起來的。當智能發育成熟之後，因為腦部患某種器質性疾病，從而使已經獲得的智能衰退或喪失，醫學上稱為痴呆，但這種痴呆與老年性痴呆有本質的區別，老年性痴呆是老年人由於大腦動脈粥樣硬化，造成供血不足，使神經細胞缺氧、萎縮、壞死，細胞內的褐色素越來越多地沉着，從而使神經功能衰退低下。

老年性痴呆發病初期，表現為記憶力減退，腦力勞動的能力和效率下降，繼而出現感情和思維障礙，性格改變，表現出多疑、自私、固執以及注意力不集中等，進而發展為近事易忘，繼而對重大的遠事也不能記憶，更嚴重者對自己和親人的姓名也會搞不清楚。

目前對老年性痴呆還沒有特殊療法，主要採取治療和綜合護理，防止意外事故的發生，可以使用改善大腦細胞代謝和強壯大腦功能的藥物，如有破壞行為或煩躁失眠等可以給予安定劑。

長期臥床的病人要預防褥瘡、肺炎、泌尿系統感染等。注意給病人足夠的營養及保持水、電解質的平衡，安排病人喜歡的文化娛樂生活，給病人創造一個相對愉快的環境，使老年性痴呆病人也能歡度晚年。

久咳不愈症

張湧泉

俗語常說："泥水怕做灶，醫生怕治嗽"。意思是說泥水師傅做灶做得好，煙會外抽而去，很考功夫的。咳嗽之為病，有外感風寒而致；有肺熱痰結而致；又有年老腎虛而致久咳不愈者。醫生對咳嗽的醫療，亦是很考驗醫生的技術的。

柯老先生，年已古稀，患咳經年不愈，肺部透視未見明顯病灶，唯紋理較粗。症見咳嗽時面紅耳赤，咳聲嘶啞，痰粘而少，胸痛，腰痠膝軟，耳鳴眼花，脈弦數，舌質淡紅，苔空剝。脈症互參，顯為久咳肺陰受傷，而又腎水不足之候。處方選用"百合固金湯"加"金水六君湯"。藥用：百合、生地、熟地、元參、川貝、桔梗、麥冬、白芍、當歸、茯苓、陳皮、半夏、甘草。

柯老先生服藥一劑之後，感覺咳嗽緩解，胸痛亦減，遂放心連服三劑，則咳嗽逐漸減輕。筆者在原方基礎上加減為法，治療半個月之後，咳嗽已愈。後配以"六味地黃丸"補腎調理。

萬成肉食中心
MAN SING MEAT CENTRE
片打東街 二二四號 電話：681-4491
價錢實際 歡迎惠顧
探親攜帶手信 送禮自奉佳品
特製風乾 特瘦白油鴨肝腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
本埠各零售商同價發售
顧客惠上 服務週到
七天營業 貨靚價實
＊專營＊ 特製臘味 肥鷄大鴨 燒味鹵味 新鮮肉類
＊特設熟餸部門＊ 牛孖筋 咖喱尤魚 咖喱鷄 炆牛什 特製燶蹄 南乳豬手 柱候牛腩 蠔油鴨掌 家鄉扣肉 豉椒鳳爪 特製柱候鴨
歡迎零沽批發

元昌肉食公司
DOLLAR MEAT STORE LTD.
266 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.
PHONE: 681-1052 七天營業
馳名琵琶鴨 掛爐鴨 脆皮大乳鴿 爽嫩白切鷄 美味桂花腸 鮮明肉類 承接金豬
探親攜帶手信 送禮自奉佳品
本公司自置設備一流新工場特製白油腸及特瘦白油腸，鮮鴨干腸，油王臘鷄鮮蝦肉腸，臘梅肉，臘鴨餅。
本埠各零售商同價發售
特製風乾 特瘦白油鴨肝腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
歡迎僑胞駕臨選購

註冊 明德託兒所
（特設托兒補助金）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：五五·四二五一

Jelly Bean Park Preschool
幼稚園現開始接受辦理九月入學報名登記手續
電話：
NANCY 431-8843（英語）
WENDY 431-8850（粵語）

崇義托兒中心
最新現代化設備，面積三千多呎，有遊樂場，交通方便，安全，導師一流，政府牌照，現開始招收三歲至五歲幼兒入學，電話253-5607 喜士定街東618號，崇義大廈。

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 GORE AVE. VANCOUVER B.C.
TEL: 689-7324
燒腊肉食，中西什貨，園口新鮮蔬菜，生菓，即日由台灣頂好公司運到冷凍飽點。銀絲卷，芝蔴湯丸，毛荳，木須皮，壽桃，無須鮮凍，可即蒸即食，老少咸宜。門市批發無任歡迎，逢星期三休息。地址：五三五哥亞街。電話：689·7324

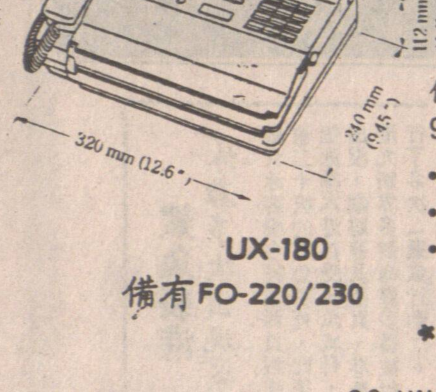
金利源
GIM LEE YUEN LTD.
47 E.Pender Street
Van., B.C. V6A 1S9
龍泉青瓷 貝雕鏡畫 江西瓷器 宜興茶具
685-9743

泰興有限公司
Tai Hing Company Ltd.
(1981)
265 EAST PENDER STREET · VANCOUVER, B.C. V6A 1T8, CANADA
PHONE 684-1028
新到大幫 超等味精 冰霜明蝦

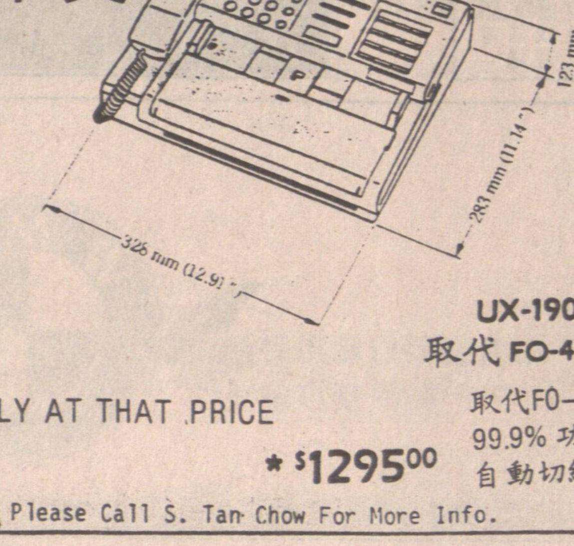
花旗麪廠
NORTHWEST FOOD PRODUCTS LTD.
355 POWELL ST. VANCOUVER, B.C. PHONE 684-9820
幸運餅 新鮮仔麪 鮮春捲皮 鮮雲吞皮 蒸氣鮮麪 蒸氣炸麪 花旗炸麪 雲吞乾麪 花旗乾麪 五磅十扎
零沽批發 價廉物美

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

SHARP
Facsimile
瘋狂大平賣



UX-180
備有FO-220/230
備有FO-220 1230
99.9% 功能
• HIGH SPEED •
• FULL FEATURE •
• AUTO DIAL •
* $995.00



UX-190
取代 FO-420
取代FO-420
99.9% 功能
自動切紙
* $1295.00
60 UNITS AVAILABLE ONLY AT THAT PRICE
COPYPRO BUSINESS SYSTEMS LTD.
222 WEST BROADWAY, VANCOUVER, B.C. V5Y 1P6
(604) 876-4141
Please Call S. Tan Chow For More Info.

華隆有限公司
SEAFOODS
WAH LOONG LTD.
5388 Parkwood Place Richmond, B.C. V6V 2M4
Telephone: (604) 273-1688 (12 lines)
源源運到，大量供應
冰鮮海產
各國冰鮮売蝦、蝦肉
各國急冰鮮魚
冰鮮三文魚黑魚 TUNA魚
大小龍蝦扒蝦尾
墨魚、魷魚等
應有盡有
唐山雜貨
各種罐頭飲料
各種罐頭菇類
日本、中國冬菇、花大厚菇
茶葉、米、醬油、味粉等
每天都有新鮮芽菜 特價批發供應
歡迎遠近採購
寄送貨快捷