春申舊夢

文·老吉憑　畫·李嘉裕

大叔母在香港生病

「有無新品種？」寶寶問。

「此地的『貓耳朵』，十分出色。」

「我小時候在別處吃過。」三阿姨說。

「來『貓耳朵』，再要什麼麵？」小張問。

「此地的『嫩鍋燴麵』非常好。」

寶寶望着三阿姨。

三阿姨點頭，小張向走過來的侍者說：

「一客『貓耳朵』，兩碗『嫩鍋燴麵』。」

點心上時，小張徘徊在她們桌畔，也想到自己從未玩過徐娘，「趙姊風情勝雛年」呢！有熱主顧來，小張往迎。

寶寶與三阿姨在「小江南」逗留了五十分鐘離去，寶寶也付了小賬，小張送她們到門口。

此日小張回去，遇到叔父，老張向她招手，同在樓下的沙發中坐下，侄子問有事嗎，答道：

「大叔母在香港生病。」

「有電報來？」小張忙問。

「珍妮寫信來，大叔母進了瑪麗醫院。」

「什麼病？」

「腹膜炎。」

「叔父準備如何呢？」

「醫生說沒有大問題。」

「那就沒有危險了。」

「可是……」

「可是怎樣？」

「要開刀呢！我總不免關心。」

「那自然。」小張點點頭。

「那你明天給打一個慰問的電報。」

「我一早即到電報局。」

叔侄登樓了。

明天中午，小張打電話到家中，是寶寶接的，他要她轉告叔父，電報已打了，寶寶道：

「當然沒有大問題，若有，做女兒的會打電報來。」

「如果……」（二九〇）

迷霧　陳浩泉

二七八：「CBC」

「我是在加拿大出生的。」史提芬接着說，「人家叫在美國出生的中國人做『ABC』，我可就是『CBC』了。不過，不是出生在中國的『CBC』。」

文慧不禁笑了。

想不到，外表溫文爾雅的史提芬倒也很風趣呢！

「像你們這樣最好，生於斯長於斯，或者是小時候就移居此地，沒有適應新環境的問題，各方面的發展也會順利得多。我們這些新移民就有很多問題了，許多方面都比較吃虧。」文慧說。

「當然，從小在這裡，對社會環境、經濟情況熟悉，人際關係也較多，比起新移民，這些都是優勝的地方。」史提芬說，「不過，也有香港來的新移民，很快地就適應了新環境，開展了他們的事業。」

「這些人是新移民中的優秀者，我可就及不上。」文慧笑着說。

「你們香港人有一句話：『不是猛龍不過江。』我看，到這兒來大多的是過江猛龍！」史提芬望了身旁的文慧一眼。

「不見得吧！」

「你的家人也都在多倫多嗎？」史提芬問。

「我和兩個小孩在這兒。」文慧說。

「哦，看不出你已經有兩個小孩了。」史提芬頗感詫異。

「他們多大？」

「男的九歲，女的七歲。」

「這麼大了，真的看不出，你還這麼年青！」史提芬由衷地說。

「你不要逗我開心！」文慧笑笑。

「真的，你看來完全不像兩個孩子的母親。」史提芬一本正經地說。接着，他問：「現在，你也返工嗎？」

風蜂語　準倫

亦有担心

「犂庭掃穴」行動奏效。
担心的是未知何時停止。

假民意

有人認為通過撥軍費是官意。
其實過去何嘗有民意。

並不平等

勞工署提醒廠東女工按時休息。
男工則可以做生做死？

鴛鴦夢飛

文：映廬主人　圖：風蘭

二九〇：江戶冬夜牛鍋同春

「他捨不得你我，而且他事實上不能再娶你我，添多兩個情婦，因此他是有心愛你我，卻終於應你我的要求，卻只淺交而止！」

「這才難得！」珮姬用毛毯蓋了兩個身子，閉上眼睛：「休息一會，開餐再起來，什麼名酒都有，我們兩個多試幾種！」曼麗在毛毯下緊握珮姬的手，偏過頭來看她，見她閉目養神，顯然忍不住眼淚，便在她耳畔低聲說：「你我相倚為命好了，慢慢再安排前途吧！」珮姬也緊緊抓住她的手，不再作聲。

兩人足足小息了四十分鐘，空姐送熱香巾來，兩個方才坐起來，抹了面。——「這是直飛東京的，三個小時半？七點半是日本的八點半了。日本冬天也早黑了。」曼麗笑道：「出外尋日本小館吃酒，一定附近有。」原來陪行的兩女士是保母，但一切放任自由。她們同那個能說日語的男秘書，都坐在前邊很遠的中排，保母過來看她們，告知成田距東京的東北角上野大站，有直通特急電火車，但也要一小時！珮姬問：「看到附近的地圖，就有我們住的淺草大酒店……不遠。」

開餐了，也推來了酒車，兩人都要了法國紅葡萄餐酒。她們得知訪日節目在明天開始，上電視，和黎國大使館商務部主持的娛樂記者招待會，但因係亞軍與季軍小姐，可能簡單許多，所幸她兩人都極合於日本人歡喜的性感時髦美，居然一砲而紅，這是後話。果然降落出檢查大堂時，天早黑了一小時半，大使館派有兩位男女文化參贊來迎接，同坐高威特快頭等絲絨椅的伙車，在上野站，看到了一片夜市燈火，使館有汽車送到淺草大酒店，為她們安頓了貴賓雙人套房。珮姬已向保母聲明不用晚餐，要用曼麗自由行有名的「淺草夜市」，上野向西是淺草區，汽車也行了十五分鐘。

「並不疲倦，只是悶悶的！」她兩個着了多大衣出街，而且都需戴絨帽——香港十七度，這裡只三度至五度！對曼谷小姐，真是初次經驗。但小酒菜館，都有電氣油汀設備，室內如四月深春。一切新鮮、整潔、服務、有禮、敬業！「真可怕！我們曼谷已不錯，香港也實在樣樣好，但卻比不了！」珮姬同曼麗點了日式牛肉鍋，先叫烤鰻和薩西咪生魚下酒——溫熱特級清酒。——「乾杯！」——珮姬歡笑了，曼麗恢復了豪爽。——「今晚打個電話給他，他寫下過他兩處公館的電話，我真想聽聽他的迷女人的口音！」

珮姬反對：

「不要撥電話，我們酒後好好洗溫湯吧？明天一早就有活動哩！」

「好，好，我聽你的話！將你當他！等到明天。」

現代江湖實錄之十一　愛滋狂人　田長歌

二九〇：色胆包天

阿占曰：「地心吸力，這件嘢咁巨，一定重秤，一定垂頭喪氣者也！」

李太曰：「咁又係，張相所見，係斜斜晚向地者也！」

阿占曰：「當然了，點似我咁勁抽，我乃高射炮，向天者也！」

阿占一手拖了李太玉手埋位，曰：「嚟，你揸住佢，呵下佢。」

李太曰：「點呵啫！我唔識㗎！」

阿占笑曰：「唔好嚇我，你又不是十三歲。」

李太曰：「咁我又點識呵嚐！」

阿占曰：「呵即是用口去呵。」

李太曰：「唔制，咁核突！」

阿占笑曰：「我試下你而已，又不是真要你呵，依娃，其實我好細胆。」

李太曰：「你份人色胆包天就真！」

阿占曰：「不然，我有色胆，但未致包天。」

一邊講一邊上下其手，李太吃吃笑，天咁風情，曰：「做乜鬼啫！」

阿占曰：「你話我色胆包天，咁我就包畀你睇下啫，唔好扭擰喇！」

阿占並非不知扭擰乃是情趣，女人越係扭擰，男人越係手緊。

扭得幾輪，李太件睡袍已經擰到床邊，身上只剩三點，十分惹痰也。

阿占目灼灼，曰：「真乃正斗！正呀！」

李太曰：「牛咁眼做乜啫，未見過女人！」

阿占曰：「女人當然見過，但未有咁正嘅！」

李太曰：「乜我好正斗耶？邊處正斗呀？請話我知。」

城市家族　辛劍

一七五：關閉訊息之門

對獻民的仍然活着，做媽媽的絕不會向素菲透露訊息。她清楚地知道——如果稍一疏忽，洩露女婿的情況，就是破壞他和老父取回在卜家錢財、用以建造石頭灣為旅遊之島的計劃。

對這個長女所作所為，她無話可說，也不再寄望什麼。

她決計關閉訊息之門，說：

「奇怪了，素菲，你怎麼會走來外家，問我獻民的死活呢？」

「媽，我知道，獻民一直跟你有聯絡。」素菲說，仍跪在地上。

「說到哪兒去啦！」做媽媽的生氣地說：「獻民已成鬼魂，他怎會和我們聯絡呢？」

「所謂鬼，是你們製造出來的！」素菲說。

素芬忍不住插進去，說：

「姊姊，別亂說話呀！」

跪着的素菲流出眼淚，說：

「我沒有亂說話，那天，我與奶奶去寺院拜佛，在靈位堂祭獻民，我見到他，初以為是鬼魂，但後來見到媽媽的車，再後來，我們在荃灣馬路看見你素芬在開車，身邊坐着一個像獻民的男人！」

「你做了虧心事，神經緊張，看見一些可疑的影子，胡亂猜測。」素芬說。

「我是做了虧心事，素芬，你說得一點不錯，我神經也緊張，的確疑神疑鬼！但我呀！在奶奶幫助下，看清許多事實。」

做媽媽的站着盯望素菲，納罕地說：

「親家奶奶幫助你？」

「是她！」素菲的眼淚流濕衫襟：「奶奶把卅多年前，她糊塗間接助卜家老爺在石頭灣海面害死前夫的事告訴我！她也把獻民不是卜家骨肉的事告訴我……媽媽，我真蠢，做了卜家老爺和獻國的幫兇！是他們父子，要剷除在卜家佔盡優勢，奶奶要把大部份船廠股份交給他的長子獻民！」

「素菲，聽你這麼說，真是罪大惡極！」做媽媽的說。「我知道我罪大惡極，我以後一生懺悔，低頭做人。」

稚仙　曾玲瑕·文　占秋泉·圖

第四回：羅漢升天

四個大沙鍋爐火愈旺，冒出來的水蒸汽愈濃密，一時間如霧似雲，充滿整個緊那羅王殿。燒好火，加滿了水，活華陀讓在場的人都出去，那歪咀覺慧好心對他說：

「我就留在這裡幫你忙！」

「不，不，不，都出去，智滿也出去，我最後也要出去！」

「那爐火誰去料理？」

「炭火不用料理，一爐火可以燒一個夜晚，都要灰燼了，恰好是一個療程。……啊，蒸汽滿佈了，快出去吧！去吧，去吧！」

活華陀把門關好，回過身來，方丈已候在後邊，請他移步到客庭，還沒坐定，他就試探着問：

「老師傅，老衲有生以來，還是頭一回看到這樣治病，您是神醫妙手啊！」

「不客氣。」活華陀說：「這種方法，是華陀傳的家門。您知道嗎，藥不能咽，針灸不能下，就靠帶着藥性的蒸汽擴張他的毛孔，吸潤藥的精華。他的呼吸也慢慢的舒暢了，肺部也漸漸擴張了，藥透過蒸汽灌沖到他的五臟六腑，這樣，藥性就能在他肌體裡起作用了。」

座上眾人聽了，恍然大悟。

「啊，真是見一事，長一智啊！」方丈慨嘆着，忽然想起什麼，連忙說：「老師傅，你看我多糊塗。您走了一天路，又忙了一陣子，累壞了，快去歇息歇息吧！」

「好吧，你們也累了，也該歇歇了。」

「智滿，你領幾位恩人到後院歇息去吧！」

活華陀跨出門檻，又回過頭來對方丈說：

「方丈，到了子時，我跟你去看看病人的狀況，你看可好？」

「好，好，到時我找你去！」

早了子時，少林寺肅靜一片。活華陀偕智滿、方丈去輕輕推開緊那羅王殿的大門。裡面爐火已熄滅，蒸汽已消散，善心一額大汗，可還是僵直躺在那兒。

（一一六）

城市之光　雛鷹（十四）　匡成

吳老師進入課堂，同學各自起立，她望向蘇絲的座位，空着沒有人。她問：「蘇絲為什麼不上課？」沒有人答話。

吳老師又說：「有沒有人代她請假？」也沒有人答。

吳老師道：「這就奇了，蘇絲從未遲到，請假的，更不會曠課，你們誰人知她家中電話？下課後，打個電話去問問她。」

此中有同學表示下課後，她負責打電話。

下課後，下一堂未到，吳老師在校務處時，那同學來回報，說曾經打個電話到蘇絲的家庭，沒有人接聽。

就在此時，校長過來對吳老師道：「你班中是否有男學生名何兆泉的？」

「是呀，家人打電話來，說入了醫院。」

校長又問：「是不是有個女學生叫蘇絲的？」

「是呀，是我班的班長，她發生什麼事了？」

「她涉嫌帶人上門毆傷了何兆泉。」校長說。

「不會罷，蘇絲是我們班中的乖乖女，由小學升上來，從未缺課，從未遲到。」吳老師絕不相信蘇絲是個帶隊去打人的女孩子。

校長自然不會爭論。

吳老師中一開始教這一班人，學生升班，老師也升班，正如吳老師說，蘇絲是個乖乖女，年年考第一，

巧婦難為無米炊　王方

十四：搶了糧跑離家去

陳國洪說：「少廢話！今日是糧期，你不是拿到人工嗎？快拿一千元出來，我還要出去呢！」

美兒說：「工廠沒工開，你又不是不知道，我那有這麼多錢給你去賭？我們一家六口，你自己就算不用吃飯，可以日睹夜睹，賭個飽，我們五人也要吃飯的呀！」

陳國洪不再理會老婆的說話，看見美兒的手袋放在架上，便一把拿了過去，打開手袋，見還有一疊百元的鈔票，便不理三七二十一，便放入自己的衣袋，準備離去。

美兒見自己辛辛苦苦賺回來的錢，給丈夫拿了，登時發急，站起身來，走了過去，說道：「你不能拿那些錢，這是我們五個人的生活費，你不吃，我們可要吃呀！」

陳國洪卻說：「我說過，我有急用，最多過幾天，我有錢時，再還給你，這就行了吧！」說完，便想離開。

美兒卻阻住他的去路，要他把錢交回給她。

陳國洪把美兒一推，推跌在地，他不理她，馬上疾步離去。

美兒爬起身來，忍不住放聲大哭。美兒一哭，跟着三個孩子也哭了起來。老婦目睹事情的經過，對兒子的行為十分痛心，卻又無力制止，只好陪着哭泣。

異族情　青丹

二九〇：指出可能有變

其實沒有什麼可幹的了，因為什麼架舖巴耶夫已弄好，火候一夠，即可端出。

晚飯吃得很開心，三人邊吃邊談笑，無拘無束的，巴耶夫慈愛得很，在家中一改上課時嚴肅面孔和作風，使王家山這個中國小伙子委實感動非常，覺得對方是個好教授，同時也是慈愛的好父親，深為娜塔莎而高興。

晚飯後，巴耶夫叫女兒進廚房洗碗碟，目的是好在客廳和王家山單獨談談，娜塔莎並不傻，自然領會，高興地收拾碗碟進廚房去了，客廳便剩下他們兩人。

目送女兒的背影消失，巴耶夫劈頭就問：

「阿遼沙，你今後有什麼打算？」

「教授，」王家山不安地搓着兩手，「明年畢業了，我分配了工作，想和娜塔莎結婚，這，不知您同意不同意？」

「你們既是真心相愛，我不會反對。」巴耶夫頓了頓，燃點起烟斗，「不過，形勢若起變化時，該怎麼辦？你想過沒有？」

「什麼形勢變化呢？我不大明白。」他坦率地問，「是指哪一方面？」

「我也不敢肯定哪一方面。」巴耶夫吸了兩口烟，噴了噴，「難說，一時間也難說呀！」

治鼻敏感

張湧泉

鼻敏感症是香港常見病之一，舉凡體質較弱的人士，多數容易因為氣污染、灰塵、花粉、冷熱氣體而引發。鼻塞流涕，頭痛聲嘶，雖經治療，但易反覆發作，深使病患苦楚莫名。

梁女士，鼻敏感症已多年，久治之後，反覆發作，致使其失去醫治之信心，唯今次發作較以往劇烈，無奈之下，唯有再度求診。脈像細弦，舌苔薄白，臉色青蒼，鼻音濃濁，市坐不久，揩抹鼻涕之紙巾已成堆，可見其苦。梁女士因工作環境使然，進出冷氣房間，遂致鼻敏感症發作。曾服「收斂」鼻水之西藥，但效果不着，反而頭暈乏力，胃納無味。經曰：「邪之所湊，其氣必虛。」梁女士素體虛弱，致使風寒外襲，發而為病。當務之急，先解其標，後當固其本。法取「鼻炎茶」（福建中醫學院藥廠出產）每次三包，置於杯中，滾水沖下，熱氣上冒，以口鼻吸取熱氣，待涼後當普通茶水喝之，喝完可再沖泡而飲，每日二至三次。另內服藥物如下：辛夷花、蒼耳子、薄荷葉、荊芥穗、北細辛、小木通、苦桔梗、綿茵陳、香白芷、川藁本、泔蒼朮、軟防風、車前子、粉甘草。服兩劑後，症狀有顯減輕，原法加減出入再服經周而愈。

維生素與健康的關係

張超

維持生命活動中不可欠的營養素中的維生素，雖不能供應熱源，但是一很重要的物質。許多的維生素在人體內是構成酵素的重要成分，體內的糖質、蛋白質、脂肪的化學反應都要靠這些酵素，有些維生素不能在體內合成，因此要在食物中補充。

至今為止已被發現的維生素有二十多種，但並非全都為人體所需。

維生素可分為可溶於脂肪內者及水溶性兩種，前者是維生素A、D、E、K，後者是維生素B_1、B_2、B_6、B_{12}、C。

維生素A：

多含於胡蘿蔔、維生素A與視覺機能有重要關係，缺乏它會引起夜盲症，由光亮處進入暗處時，若要花長時才能適應是欠乏維生素A之初期症狀。長期缺乏維生素A會使角膜乾燥、粘膜受損，致使角膜乾燥、結膜炎、症狀惡化時會使視力減弱，甚至失明，全身的症狀是失去食慾。

其他多含維生素A的食品是肝、蛋、牛奶、鰻魚、菠菜、蘿蔔，吃這些菜類時用油炒容易被吸收。

因是脂溶性，被人體吸收後難被排泄，若大量攝取反而可能引起過剩症。

維生素D：

欠乏維生素能引起佝僂病，幼兒欠乏維生素D時會引骨格的發育不全，頭之骨格變薄、脊椎變彎。老人、孕婦則會生成骨軟化症，骨格因彎曲而疼痛，步行困難。

在日光少的地方多生佝僂病。植物性食品內沒含維生素D，動物性食物中也只有牛、雞之肝臟、沙丁魚、松魚、金槍魚含有。這維生素，人體曬太陽時能在體內合成一些維生素D。

維生素E：

這種維生素有使血液循環良好的作用，含有豐富的維生素E的食物是肝臟、牛肉、豬肉、粗米、蛋。

維生素B：

維生素B分B_1、B_2、B_6、B_{12}，缺乏維生素B_1之代表性疾病是腳氣，症狀是全身疲勞、心跳、手腳發麻。

含維生素B_1多的食物是豆類、粗米等穀類、牛奶、蛋黃。

維生素B_2欠乏之症的症狀是眼充血、皮膚炎。欠乏維生素B_6的症狀是眼、口、耳、鼻周圍的皮膚炎。

維生素B_{12}與蛋白質的代謝、紅血球的成熟有關，欠乏它會引起惡性貧血。

維生素C：

缺乏這維生素使毛細血管脆弱而容易出血，維生素C則含於新鮮青菜、果物內，這類維生素又能抑制形成黑色素，即可防止褐斑。

多含維生素C的食品是橘子、草莓。

名勝古蹟

歷經滄桑仍屹立　興國古斜塔

周宏威

在華夏大地，有不少聞名遐邇的古塔。然而，使人驚嘆的是昂然聳立在芙蓉城（今江蘇省江陰縣城，舊時因荷花蔽鞋而得名）裏的名不見經傳的古斜塔——興國塔。傳說是三國鼎立時吳國孫權之母所建，歷史可謂悠久。整個塔身已傾斜，宛若醉酒的老漢，真是別有風味。千百年來，風露雨蝕給古塔留下了不可磨滅的歷史印記。元朝時，塔毀於火；明代洪武十七年修復，其後歷經三次地震，巍然屹立。到了清嘉慶二十七年，塔內架木火焚，但磚結構未殃及。五十多年前軍閥混戰中，黃山炮台駐軍一炮擊中塔尖，最高兩層削去一半，所存半個塔尖如筆尖兀立。

興國塔高三十七米，為八面九層磚身木簷重樓疊閣式塔。外用青磚實砌成正八角形，內用四方木料呈四十五度角交叉層疊，塔底內室是四方形，面積達四十一平方米。中有塔心柱、木扶梯，層層有陽台盤繞……實有玲瓏瘦削、輕巧秀麗之感，其雄姿則與蘇州北寺塔媲美。

盤旋登臨塔巔，俯瞰江陰全鎮，能一覽芙蓉城車水馬龍、樹樓依偎的勝境；倚欄遠眺長江帆影點點，蘩滿柏岸。其景令人神往。

職業病——頭頸痛

天樂

坐寫字間的人由於長期靜坐低頭伏案工作，頭頸屈曲，經常持續在四十五至六十度位置，年復一年，長時間內承受單一姿勢的超生理負荷的靜力性腦力勞動，使機體和精神處於持續的緊張狀態，日久後就慢慢誘發許多「職業病」。

長時間低頭靜坐伏案工作，容易使頸椎間盤退化變薄、骨質增生形成骨刺，以致椎間隙逐漸變窄、椎間孔縮小、關節功能紊亂，加速頸椎生理退行性改變，致使頸神經根、血管、椎周軟組織、頸脊髓受刺激或壓迫，形成頸椎病。

長久低頭閱讀而不注意變換體位可使頸部肌肉、韌帶、頸椎間變性、軟組織張力平衡失調，也是造成頸椎失穩原因之一。

腦耗氧量為機體其它部分的四倍左右，對缺氧很敏感。職業的坐姿造成頭頸前曲，使流向腦部的血流受到制約，如合併頸椎病，就更加重血管壓迫，使腦血氧引起的頭暈等上述症狀會更嚴重。

頸部第一至二頸椎其活動度較其它脊椎為強，而頭部枕大神經在第一至二頸椎椎間隙穿出，當此節頸椎稍有異常時，則枕大神經極易受到壓迫、扭轉等損傷，所以頸椎病變常可伴發枕大神經痛，在頭痛發病率中居第三位。

長期低頭伏案工作所形成的頸肌持續性收縮往往可使枕大神經興奮性增高，故對於正常人不起反應的微弱刺激，也可引起明顯的頭痛，這就是職業性頸椎病患者經常發生頭痛的原因。

街坊服務　通天曉

醫理淺釋

王照先生：

感冒這種疾病在氣溫經常多變的季節，是比較容易感染發生的。引致感冒的病原體並不是細菌，而是比細菌還要小得多的各種感冒病毒。各種抗生素只對細菌感染有效，但對病毒是無能為力的，所以抗生素是不能治療感冒的。直至目前為止，仍然沒有任何西藥可以有效地對付感冒病毒。

天氣忽冷忽熱，很易傷風感冒，請問有什麼簡單方法可治感冒初起？

王照

通天曉先生：

不久前，法國的諾貝爾獎金獲得者勞弗醫生發明了一種簡單的治感冒初起的方法。據他的臨床試驗結果，顯示感冒初起的患者用此種方法治療，有百分之七十二的患者在第二天即可治愈。

學者發明熱蒸汽法有效治療感冒初起

此種治感冒初起的方法，名為「熱蒸汽法」。此種方法的理論依據是：感冒病毒能耐冷而不能耐熱，並且不能獨立繁殖，必須寄居在活細胞內，奪取細胞的「增殖機器」，為它自己增殖。勞弗醫生發覺在溫度為攝氏四十二至四十三度間時，感冒病毒的活力即受到很大抑制，溫度再高些少，感冒病毒即死亡。感冒初起時，通常是上呼吸道先感染病毒，亦即是鼻腔、鼻咽部先感染感冒病毒，病毒仍未深入，是在這些部位的表面。因此，若在此時以上述溫度的熱蒸汽透進鼻腔吸入，即可消滅感冒病毒，使感冒痊愈。

法國勞弗醫生用來治感冒初起的具體方法是：以特別的儀器經由小管將四二‧八度的熱蒸汽送入感冒初起患者的鼻腔內，每次持續半小時，隔二小時後再重複一次，一天共二次，感冒病毒的活力即可消滅，從而輕易地將感冒痊愈。另一方面，這樣溫度的熱蒸汽，不會對正常細胞有損害，但卻可使已受感冒病毒入侵的上皮細胞死亡。而細胞內的溶酶體即釋出蛋白分解酶，此種酶可分解病毒，活力已大為降低的病毒，復受蛋白水解酶的溶解，即會死亡。

一般人自然無法準確地得到四十二度多的熱蒸汽，但卻可以取沸一壺開水，倒入杯中，適當調節口鼻與杯口的距離，以口及鼻吸入杯中開水上升的熱蒸汽，以不覺燙痛可以忍受為度，就可以達到使鼻腔、鼻咽等表面增溫，抑制感冒病毒的目的。當杯中開水溫度減低，已感蒸汽不熱時，再倒一杯沸水再吸蒸汽便可。必須持續半小時，每日兩次才可。這是要強調的。只在感冒初起立刻實行此法才有效，若感冒稍久，病毒已深入，就無效了。（金德、新九一五九一）

茶仔粉　用法

①把半包茶仔粉倒入臉盆再沖滾水。②待水稍涼後才洗頭，再「過」清水。③如頭髮仍未夠「爽」，用肥皂洗一次。④「茶渣」一會塞水盆，可倒入溝渠。

法國培植健康蔬菜

麥耀光先生：

「正當美國彩色蔬果風靡一時之際，法國則培育出食用價值極高的特佳蔬菜「健康菜」。健康菜雖然稍有苦味，但白中泛黃，又嫩又脆，所含維生素及纖維素十分豐富，[illegible]同類[illegible]內是[illegible]熱量十分低，[illegible]

日本最新科技——易療妥電子止痛筆

易療妥電子止痛筆

「易療妥電子止痛筆」是一種自助電子止痛儀器。它的設計結合了日本最新的科技及中國針灸法，以自然方式消除各種疼痛及不適。「易療妥電子止痛筆」由著名生物學家亞歷山大．佳理士構思發明，他曾於一九七五年負責治療患腦中風的前蘇聯領袖布里茲尼夫，使布氏迅速復原。「易療妥止痛筆」在各大公司及藥房發售。

「易療妥電子止痛筆」可以在任何地方或環境下使用，無論是成人、學生及職業治療者在家中、工作、戶外或旅途上均可使用，儀器上裝有兩種燈號，分別為紅色及綠色。當「易療妥止痛筆」在皮膚上慢慢移動時，感應電眼可找出穴位，通常針灸師便在這些穴位治療痛症。而「易療妥電子止痛筆」獨有的感應電眼能測量出穴位的阻電力，因穴位的阻電力與附近皮膚之阻電力有所不同，當「易療妥」找出正確穴位後，便會亮着綠燈及發出響號，然後，用食指按筆之製器在同一位置發出十五至二十秒鐘的電力震動。這個步驟可於「易療妥止痛筆」治療圖表上指示的每一個穴位上進行。只須根據簡單的操作指示，對於多種痛症及病狀的治療都十分有效。查詢七九六二五二二。