談冬令進補

祝你健康

俗話說「秋涼好進補」目前已屬數九寒冬，應該說正是進補的最好季節。

進補有食補與藥補之分。一般說，凡是能吃的，大多有不同的補益作用，雞、魚、肉、蛋、米、麵、菜、果，無不有益人體。通過服用某些藥品來達到補養身體和祛病延壽目的，這就是補藥了，人參、蜂蜜、鹿茸、靈芝、十全大補丸、健身長壽膏等等都是。

不過，進補要講科學，也就是要因人而異，因病而異，恰當好處，這才能營養調攝，健康長壽。否則，補之不當，反會給自己帶來不少麻煩的。我們主張，進補最好在醫生的指導下進行，其進補原則簡述如下。

一、氣虛型。多由於先天不足或患有慢性、消耗性疾病而損傷了元氣所致。平時表現為氣短懶言、精神倦怠，自汗、脫肛或子宮脫垂等氣虛徵候。可進補的藥物有人參、黨參、黃芪、山藥等補氣藥，用以改善營養，增進代謝、加強機體的細胞活力。

二、血虛型。由於慢性貧血、失血（如產後、手術後大出血、婦女潰漏、便血、吐血、衄血等）所致，平時表現為面色蒼白、心悸、失眠、健忘、眩暈等血虛徵候。這樣的人，適合服用當歸、熟地、阿膠、紅棗、桑椹、何首烏等補血之品，以促進血液機能，使組織得以修復和滋養。

三、陰虛型。多由於積物神經紊亂等功能性虛衰所致，平時表現為低熱、盜汗、腰痠、白帶增多等陰徵症候，這樣的人，可進補龜板、鱉甲、天冬、麥冬、石斛、沙參及大補陰丸、地黃丸等滋陰藥物，用以滋陰療虛，改善生理功能。

四、陽虛型。係陽氣不足所致，平時表現為手足不溫，怕冷、腰膝痠軟、陽萎、早泄、遺精等腎虧症狀。這樣的人，可進補蛤蚧、羊睪丸、鹿鞭、紫河車、鹿茸、巴戟天、淫羊藿、肉蓯蓉、鎖陽、補骨脂、菟絲子、杜仲、核桃肉、腎氣丸等壯陽藥，以溫補助陽，提高腎的功能。

此外，食補與藥補結合，常能相得益彰，效果更佳。例如，紅棗與生薑絲煮湯，治療血虛萎黃、痛經、血小板減少等症頗為有效；用薏米仁、懷山藥與糯米煮粥，有治療皮膚皸裂、關節炎和補益脾胃之功。中醫的「當歸生薑羊肉湯」，是一張溫中補血的健身處方，等等，各人可根據實際情況，選擇使用。

尿路結石新手術

醫藥新知

尿管結石手術向來要在背上切下十五CM之開口進行。最近日本一位粵家發表了新手術方法，即用超音波裝置正確地將針由一CM左右的切口插入腎臟，針內通有內視鏡之纖維以便由肉眼找出尿石，然後由鉗子取出尿石。用這一方法可以避免進行大手術。

人體的軟部組織雖由X線攝影出來，用超音波的話則可看出軟部組織之輪廓，所用的針是六MM之直徑。光學技術的進步已製出纖維的反射鏡，即使細小的深處也能觀察到。

對大的尿結石又怎麼辦呢？是否可以使它們成為碎石，以便用同樣的方法取出呢？現已在研究中。

乾吞藥丸有害

「有些人經常服藥丸，一吞就好多粒，還不用水送服。真行。我可是非用開水送下不可。」這位女士言下之意似乎對乾吞藥丸的辦法不勝羨慕似的。其實乾吞藥丸是有害的。因為藥唾液吞服藥丸，雖能勉強吞下，但有時會粘附在食管上或滯留在食管的生理狹窄處。這時藥丸會因濕潤而部分溶解，形成濃度很高的溶液，而不少藥物在濃度較高時，對粘膜和組織會產生刺激和腐蝕作用。例如阿司匹林、維生素C以及弱鹼強鹽等藥物，含有較強的酸，碳酸氫納以及其他弱酸強鹼等藥物，含有相當高的鹼性，這樣勢必對食管造成刺激，日久更可能造成潰瘍。

如若乾吞鹽酸四環素，便會引起食管潰瘍。而睡前或半夜乾吞藥丸危險性更大。因此，吞服藥丸一定要用溫開水送服。飯後要用一大口溫開水將藥丸吞下，應再喝兩、三口水，以保證將藥丸送下胃中才好。

說病

大腦顳葉癲癇

一提到癲癇，很多人就想到「發羊吊」這個民間俗稱。想到它發作時四肢抽搐，牙關咬緊的恐怖景象，不過，癲癇有很多的表現形式，抽搐，只是它發作形式中的一種。也就是人們最常見，最熟悉的一種。至於它的其他表現形式，特別是一種並不少見的稱作顳葉癲癇者，就不一定認識。

顳葉癲癇，系以癲癇放電的始發部位在顳葉而命名。約佔全部癲癇病人的五分之一。它有別於常見的癲癇原因，在於它不以抽搐發作為表現形式，故常常被人認為是另一種疾病，而得不到及時的治療。

顳葉癲癇症狀複雜，常以精神症狀為主，常被誤診為精神分裂症或瘋病，值得注意。本症發作時多有些徵兆，例如嗅到些莫名其妙的味道，或者突然看見有一架大卡車衝來，或者聽到某些音樂片斷等等，當然上述的知覺都是一些幻覺吧了。有時這些幻覺先兆的形式在病人身上有特殊意義，例如每次發作都先看到一架大卡車。所以病人一看見那架卡車，也知道自己要發作了。

有些病人的先兆症狀，還會有眩暈、頭昏、頭痛、胃部不適、面部潮紅等。

先兆過後，可是多種精神障礙，其中以自動症和夢幻狀態較多見。自動症是指病人在意識模糊的情況下，出現一些自己無法理解，且與當時的處境不相適應的動作。例如病人突然無目的地在室內走動，摸自己的口袋、舐舌扯旁人。比較長時間的自動症，往往無故衝出門外，在街上亂走。夢幻狀態發作時病人如置身夢幻境界，感到周圍虛忽飄渺，無真實感，有時又覺得有很多感知，但又像自己無法體會等等，一般無運動的症狀。

此外顳葉癲癇還有其他很多不同組合，內容複雜的先兆或症狀。有時有長時期的精神障礙，有抽搐大發作，情緒障礙或偏盲，如病變在優勢半球尚可出現感覺性失語症。

顳葉癲癇的原因，多為顳葉的腫瘤，炎症、血管疾患、腦創傷、產傷等，上述病等損傷了顳葉，使該處的腦細胞受損。作腦電圖檢查可顯示顳葉處有異常的放電。

大腦顳葉癲癇同普通癲癇一樣，主要為採明病因，然後對因處理，對於一些不明原因者則需長期服用抗癲癇藥物治療。

勝華酒家

禮聘香港名廚主理
特別介紹經濟和菜

酬賓席　足十位用　八十五元
六和菜四十一元
四和菜二十四元

甜品
楊州炒飯
京都排骨
清蒸海上鮮
羅漢扒大鴨
梅菜蒸扣肉
香蔥油淋鷄
時菜炒鮑尤
腰果滑蝦仁
雙寶會燕窩
海蜇拼燻蹄

七天營業
由上午十一時半至晚七十時
歡迎預定原盅燉品

有寬大免費停車場
地址：百老滙東近菲莎街
652-654 E. Broadway St. Van. B.C.
定座電話：879-0021

長城公司
GREAT WALL CO.
336 E. Hastings Street
Van. B.C. Tel. 669-0833

最新運到
江蘇大紅鹹蛋
糯米
豬仔薯片
惠州梅菜心
排菜片
甘蔗干
零沽批發　無任歡迎

T. P. Y. Travel Service
71 PENDER STREET EAST
VANCOUVER, B.C.
V6A 1S9
PHONE. 683-5656
Agents for Orient & Pacific Lines

太平洋旅行社遠東旅行團
由雲埠一九八一年十月廿四日起程。旅程包括泰國曼谷，新加坡，印尼巴里島，香港，台灣等各地。
回程於一九八一年十一月十一日經夏威夷返回雲埠。
詳情請打電話太平洋旅行社
683-5656詢問

聯合駕駛學校
UNITED DRIVING SCHOOL
823 E. Hasting St. Van. B. C.近唐人街

本校教師經驗豐富講解詳細，收費最平免費接送，時間任擇員法速成，歡迎補鐘租車考牌，為方便僑胞，特設考試速成班，日日教授筆試及路試，天天考取車牌及學車牌，歡迎查詢，假日照常服務。
▲特費全程八小時，連車考路試，只收$165
電話253-1333（電話24小時自動錄話）
或　321-3371找曹先生
高薪聘請經驗男女教師多名

通用電器行
742 E. Hastings Street
Vancouver, B. C., Canada
Telephone: 255-7431
各款地燈，新舊雪櫃，電爐，乾洗衣機等。修理，價廉，工精。

華安公司
VAN-CHINA TRADE CENTRE LTD.
550 Main Street Vancouver, B.C
681-8531

全加總代理
上海蜂花牌
檀香梘
歡迎選購

加拿大　雲高華
金利源興記
GIM LEE YUEN HING KEE
75 East Pender Street
Vancouver 4. B. C.
Phone: 685-9743

本公司定期於十二月三日至二十四日
冬節大減價
減價期間　恕不送貨
歡迎顧客　蒞臨選購

庚利公司
GANGLEY TRADING LTD
Import-Export　Wholesale-Distributors
777 BEATTY ST. VANCOUVER, B.C.
Phones—687-2651—687-2652

專營國產商品
大量進口批發
全加總代理：
中國冰霜大明蝦
梅林牌罐頭蘑菇
象山牌罐青刀豆

COLUMBIA COLLEGE
1619 W. 10th Ave. VANCOUVER B. C.
TEL:733-9151
哥林比亞學院

歡迎外國及本地學生
○外國學生特別英文課程。
○可讀高中第十一及十二年亦可修大學一二年級課程
○學分可轉給其他大學承認
○政府註冊立案學校。
○逢元月五月及九月開始每四個月為一學期，另有兩個月課程　五月六月一次　七月八月一次
洽詢　袁麗君教師　MRS. YUEN
電話　七三三九一五一

水電暖氣工程
專門按裝，修理，冰喉電火，暖氣工程，價錢相宜。
電話：298-8924張
D. KEMBLE
經驗鋼琴導師，個別教授各程度學生，聯絡英文二五一—三六六〇，中文二五五—二九四九

日昌豆腐廠
YET CHONG CO.
溫哥華跑路街三四八號
電話：六八一二七二

歡迎惠顧
香滑可口
質佳味美
營養衛生
機器製造
純正石膏
上等黃豆
日昌豆腐
豆腐花
豆腐乾
豆腐料

世運分銷公司
OLYMPIC DISTRIBUTORS
1020 Malkin Avenue Vancouver B. C.
Tel. No. (604) 253-3711

▲新到鮮靚▼
台灣椪柑
天津鴨梨
菲芝生薑
蓮藕馬蹄
白果冬瓜
粉葛蒜子

華埠　雲高
豐元有限公司
YUEN FONG CO. LTD.
683-6858　683-6859
242 East Pender St., Vancouver 4, B. C.

新到大批應節
台灣柑上市！
零售批發無限歡迎！
新到中國名廠傳統藥酒
功能驅風濕舒筋活絡。強身健骨，補氣血，壯腰補腎。
(一)北京同仁堂　國公酒
(二)北京中藥廠　北京虎骨酒
(三)北京　北京人參白蘭地
(四)上海　風濕木瓜酒
(五)上海　虎骨木瓜酒
(六)北京中藥廠　北京參茸藥酒
(七)上海　中國參杞補酒
(八)上海　十全大補酒
歡迎選購試用！

繼續倒閉大平賣
八十萬元貨物全部清點
加利蓮設計女裝入口厚絨線衫
五折、六折、七折零沽大平賣
每日驚人特價！
大折扣驚人供應
女裝厚絨線衫
毛織短衣或背心　過頭笠絨線衫
各款少年、小姐、婦女型均有　長短袖各式齊備
減價比例如下：
原價$46　售價$19　原價$34　售價$16
原價$19　售價$8
營業時間：星期一至六上午九時半至下午六時
由於平貨數量有限，盡量增加新款貨物大平賣
六街東卅號夾安大略街　緬街以西一個半街位