善本性

文主編傳殺　圖滿風

一六：她倒在床上亂動

從瘦西湖出來，黛安娜對陳其禮敬佩到五體投地，兩人挽臂而行，回到了酒店。他送她到房中，笑着說：「我是打野狐禪的，不要以爲我眞有學問！黛安娜，夜了，人也累了，快冲涼，乖乖地睡覺！」

「我有什麼不乖的呀，三哥！你討厭我，我不會再找你談天的！去睡，你去睡！」她飲了小瓶女兒紅，花彫論「斤」，其實陳其禮同她只飲了一斤半——等於一大瓶一小瓶。但大瓶香檳之後，消夜再飲「女兒紅」，兩人都快活地有「酒意」，是「微醺」的程度。

「你姓什麼，沒告訴我，你到底爲什麼，要領新英國護照？你說，你說！」陳其禮打了一個哈欠道：「小姐，快冲涼，累了，該睡覺了。」黛安娜也打了個呵欠，天眞地笑着說：「你回你房間去，夜深了，一個男人，還坐在一個閨女的房間裡，太不像話了！」說罷，兩人相對大笑。陳其禮狡滑地，按着她的肩頭問她：「你現在道晚安了。」

「不道晚安，就要天亮了！三哥！」她推他走，他滿口說「晚安」，這個女孩子到了手，今生今世，算得第一大成功。

他回了房，先放水浸浴，不免有感慨地自思自想：

「這個嬌娃，美死人了！她正派，看來她是要洞房中，新床上，方肯坦白相見的了。黛安娜這時也在口對心，心對口自思自忖：「不可讓他小看了我！」

一宿因此無話，兩人都睡到十點前才醒來，陳其禮認爲：「這樣才恰到好處。」但黛安娜在醒了以後，感到的是「婚姻第一是雙方求聖潔！」是的，性的急需，也使他們情願爲了完聚的未來幸福，今晚各不相犯。

醒來，各自晨浴，他雖然頑笑地問她：「你可要我服務？」她搖頭，嫺眼望她說了一句「放心吧，不久你會伺候你甚愛的女人的，不一定是我！」

她拉了他的手，低頭輕輕地一吻：「明早你叫我起床！」他佩服她，尊敬她。

次早兩人快樂地上了水實船，回來了香港，她送他到他的公司，然後回了家。

她午睡了，冲涼之後，赤裸躺在床上，不禁暗自幻想道：「這個高大的美男人，值得送給他我的處……？」

她性的需要，突然凡起，實在無法抑制，以致倒在床上亂動，雙手亂撲，雙脚亂踢。

一六：一間爛屋

李大頭問曰：「何以我個女會惹上這些嘢呢？」

無能子曰：「好難講，或者當時令千金陽氣不足，亦可能另有原因。」

阿七曰：「然也，等安娜來到，一問就知道。」

李大頭曰：「道長，我個女間房有嘢，咁我嘅點？」

阿七曰：「李翁，道長會搞掂者也。」

李大頭曰：「七哥，我越詮越驚。」

阿七曰：「有道長在此，不必驚。」

無能子曰：「李翁，有事者也，問題要查出根源，杜絕後患。」

李大頭曰：「也有後患者耶？」

無能子曰：「最好係斬草除根。」

工人來報，原來安娜已到，李大頭馬上請安娜入書房，介紹認識各人。

安娜亦係十八歲女，正讀大學，以前係莎莎中中學同窗兼死黨。

無能子問安娜兩年前去旅行之事，叫安娜回憶當時去過一些什麼地方。

安娜詮了一排，曰：「行過好多地方，道長，你想知乜呢？」

無能子曰：「有冇人過有人住之爛屋？」

安娜恍然曰：「有呀！我記得落雨之時，莎莎伯淋濕，自己走入去間爛屋避雨。」

無能子曰：「逗留好耐，然否？」

安娜曰：「相信都有成個鐘頭喇。」

無能子曰：「有冇畀雨淋濕過？」

安娜曰：「有，當時莎莎已經半濕身，但我同其他同學照樣玩，其實亦唔係大雨。」

無能子曰：「所以佢返到來就感冒矣，你哋以爲佢感冒矣，然否？」

安娜曰：「然，我來探過安娜，佢好似好虛，好弱咁。」

無能子曰：「你記得個間爛屋否？」

安娜曰：「記得，我說成私生女、交際花後代……如此環境，我如何就得下去？」

「我了解！」老漢說：「到今天爲止，我再也無戀了！」

「爸，請受我一拜！」她說着「噗」一聲跪下來。

老漢說：「在紅樓別墅改建的公園，幾個早晨，你一個人來去；剛才在墳場，也獨來獨往！」

她說：「爸，你受的打擊，當的苦頭，眞是非別的人可以了解！」

老漢說：「我當受雙重的罪苦！」

「你沒罪、有罪的是我！」她說：「如果我當年能讀到媽給你的遺書，我會乖乖地獃在中山故鄉！」

「叛逆的性格，由于親人的神秘、忌諱與隱瞞養成！」老漢說。

「你說對了！」她說：「我恨那些親人當着我面，老在遮遮掩掩我的身世，背着我面却高山流水，把我媽侮辱，把我說成私生女、交際花後代……如此環境，我如何就得下去？」

「我了解！」老漢說：「到今天爲止，我再也無戀了！」

「爸，請受我一拜！」她說着「噗」一聲跪下來。

花族留痕

■海辛

一六：雙重罪苦

老漢慌忙俯身求她，說：「不用跪，不用——」

「不，如若不跪，我的罪孽很難消除！」她說着還往地面扣頭。

「英！」

「想想，你爲媽媽吃活苦，也爲我——從你的家看得出來，你至今尚未娶妻！」

「我娶過，但她不容我懷念花影湘，走掉！」

「總之，你這一生，讓花影湘支配，完全徵用！」白潔瑛又扣了兩個頭才肯站起來，說：「爸，我相信你可以活到百歲，唔，在你有生之年，我將代替媽媽報答你、孝順你！」

「能見到你，我已是此生最幸福的了！」

「我富有，在旭和道有一層樓，你來和我同住吧！」

「世間上沒有什麼地方比這望湘軒更使我舒服了！」他說：「我倒想你來和我一起住，既是孤獨一人，你就來和爸爸住，有個照應。」

「聽你的。」門鈴响，老漢揩掉淚水，走去開門。

盲咒

■田長歌

都市寫眞

文·黃郎　畫·家裕

月亮也是美國的圓

他們那天沒有節目，由于晚上金菲全家要赴親戚之宴。明天，金菲午膳罷到銀行裡去取錢，收工回家，父親對她說：

「你哥哥打過I·D·D電話來，他說很忙，當我退休後，他們要帶孩子來香港住幾天。他問我有意到澳洲否，我說我們兩老都不想移民。」

兩天後是公衆假期，林蒼在早晨打電話與金菲道：

「我想到你家中來。」

「不行。」金菲說。

「爲什麼呢？」

「我以後對你解釋。」

「美國男朋友有信來嗎？」

「有的，他不在親戚家過中秋，在校園中賞月。」

「月亮也過美國的圓。」

「你諷刺他？」

「不不不，大概你父親回南非，我可以到你府上了。」

「有這可能。拜拜！」

「要出去？」

「我去洗頭。」

「有什麼節目，史丹利！」

「我們到西貢西沙灣，天氣還熱，先是游水。」

「你們全家同游？」

「母親也會呢！」

「我加入多好。」

「明年你加入，拜拜！亨利！」

「一定？」

「有可能。」

下午，全家三人到西沙灣作海浴，後來在那邊的海鮮酒家進膳。樽前，父親提到要往澳門去住一夜，可以向娛樂公司的朋友要船票與免費酒店，女兒道：

「星期六上午去，星期日回來，我也許久未去澳門了。很想呢！」

「和小李去過嗎？史丹拉。」父親問。

「有次兩男兩女同去，女的是我的同事李娜，男的是小李和李娜的男朋友蕭先生。現在，我知道他們明年結婚了。」

「你候小李回來？」

「這個……」

「怎麼不說？」

「我們未論嫁娶。」

「你再認識別人嗎？」

「當然認識，我服務于社會呢！」

「我知道。」母親插口：「他打過電話來。」（一六）

風語蜂言

■倫繆

貢獻

去年赴澳門賭客增加近一倍。這是香港人對澳門的另一種貢獻。

供求關係

資方對輸入勞工三千認爲太少。多一點便可以減薪了。

有待執行

「的士指南」表明不得拒載。這有如法例不容許吸毒一樣。

開心

十六：住銅鑼灣木屋區

唉，那幾年的苦日子，相信你也無法想像得到。在我爸爸未死前，你家的經濟環境，雖然與我相差很遠，但我相信你們還是衣足飯飽，家境小康，不愁生活。如果不是爸爸破了產，我就不會知道人間的悲苦事。

我不知道你二三十年前，有沒有到過天后廟半山木屋區一帶，到過？到過你就會知道，那時這一帶，正是香港木屋區的集中地。我們住慣了山頂的花園洋房，有花園，有泳池的，突然改住木屋，那些日子眞不好過。

唔，那些木屋區，眞是什麼人都有，特別是那些道友，連一件好一些，母女倆都有工做，只供弟弟一人讀書。

點的衣服，只要晾晒在外面，也會被偷去。那些舊衣服也可以賣得幾個錢，不比現在，送給災民也沒有人肯要。道友可以僅了舊衣服去當去賣，然後換錢吃白粉。好在我們好窮到爛，好衣服也不多一件。

但住木屋也有一個好處，就是街坊鄰里之間，互相帮助互通有無。媽媽就常常在月底時候，糧期未到，要向隔離鄰舍借錢借米應急。

一直捱到我中學畢業，開始出來工來，家庭環境才算改善了一些，母女倆都有工做，只供弟弟一人讀書。

城市之光

■匡成

奇遇（一）

他們大概沒有人肯要。道友可以僅了舊衣服去當去賣，然後換錢吃白粉。好在我們好窮到爛，好衣服也不多一件。

但住木屋也有一個好處，就是街坊鄰里之間，互相帮助互通有無。媽媽就常常在月底時候，糧期未到，要向隔離鄰舍借錢借米應急。

一直捱到我中學畢業，開始出來工來，家庭環境才算改善了一些，母女倆都有工做，只供弟弟一人讀書。

公司派出了李維雄去接觸一個來自意大利的商人，目的在商談一宗生意，爲了方便工作，還特別請了一個識意大利語言的碧絲陪他同前往。

李維雄按址到了酒店，敲開了房門，碧絲用意大利語言詢問及表達來意後，對方開門，請他們入內。

酒店的房間，晚上是睡房，日間變成了商務辦公室。

碧絲通傳後，認識這個名柏尊尼的意大利商人，彼此握手時，却見到一個女人自洗手間出來，柏尊尼說話，碧絲傳言，說柏尊尼介紹他的太太兼女秘書給他們相識。

當李維雄握着她的手時，頓時一震，手掌也發燙了，她，爲什麼這般像她。

閒聊時，李維雄通過碧絲對柏尊尼說：「你的太太，很像是黃種人血統。」

柏尊尼也通過碧絲對李維雄說：「你猜對了，她眞是黃種人。」

「不知她原國籍是什麼？」

「她是華籍。」柏尊尼答道。

「不知她原居何處？」李維雄又問道。

「當然是中國了。看來，我們的生意開始了罷。」柏尊尼說。

工作就是工作，公事不涉私事，李維雄全神放在公事上，但看神態，他仍然不放過看柏尊尼太太。

大俠余顯南

■馮木明奬·文　古秋原·圖

一：血骷髏印

亭行難笑道：「還是和尚比較聰明，你們等着瞧吧！」

這邊門得燦爛激烈，後花園那裡也有了變化。本來雲尚志正感無聊，隱隱聽到前門那方的激鬥聲，心癢難搔，就像小孩子見到心愛的玩具，又得不到般，恨不得衝到前門去，也好顯顯身手！此刻他根本已忘記自己不是余顯南調教出來的弟子！

他在後花園內踱方步，越走越快，那幾個楊家家丁都被他弄得緊張萬狀。忽然有個家丁呼道：「雲少俠，好像有人來了！」

話剛說畢，墻外「颼颼」地躍進幾條大漢進來，爲首那人一臉虬髯，有如短戟，臉上一道刀疤，好不嚇人。雲尚志驟然見到這樣一個人，也吃了一驚，急急喝問道：「來者何人？快報上名來！」

那大漢冷哼一聲：「臭小子，大呼小叫不怕老子殺了你？快叫大人出來！」

雲尚志最恨人家看不起自己，聞言大怒，胆氣也壯了，高聲道：「少爺已可代替主人家，你有什麼本領的，大可以施展出來，少爺奉陪到底！」

那大漢沉聲道：「小子聽清楚，三爺姓樓，雙名師逵！你既然胆敢口出狂言，三爺便掂掂你的斤兩！」言畢一長臂，一拳向雲尚志的門面擊去！

這一拳毫無花巧，但勝在疾如閃電，而且力大無窮，雲尚志剛把刀抽出來，鐵拳距離面門只餘幾寸，大驚之餘，福至心靈，雙腿一彎，身子矮了尺餘，剛好讓過拳頭，但覺頭頂被拳風颳過，又涼又熱，不由出了一陣冷汗。

樓師逵大喝一聲：「好小子，還有兩下子！再吃三爺一拳！」話音未落，他第二拳已擊出，雲尚志堪堪避過，但對方第三拳又至！他重心已失，難以招架，迫得無奈。身子一側，乘勢跌倒地上。

樓師逵哈哈大笑。「想不到楊鐵城無人助陣，連這種乳臭未乾的小子，也拉伕上陣！」（一六）

三七九：閒謀可悲可憐心態

安東洛夫担心亨利會出賣他們，這反映KGB人員可悲的心態，他們彼此間都怕對方出賣自己，特別是出了事故後，爲了自保，不惜拋棄道義的；而當派出國外工作時，這種心態尤明顯了。

「不過，」伊達娜提出異議，「我認爲亨利大叔不致會出賣我們，因爲這對他沒有好處，起碼在現階段來說，他仍需倚仗我們的，又怎可橫施毒手？當然，小心提防也是可以的，但事太緊張，反而不妙，待他回來時，如果他主動說出去幹過什麼，就表示沒問題了，否則，再提防也未遲。依我的想法是，他不想我們知道太多情況，是無可厚非的，他是指揮官呀，有這個權利。」

「好了，別爭論這問題了，」安東洛夫換了個話題，「我們昨日並沒有談及波比的事，你猜他會相信我們的謊話嗎？」

「應該相信的，」她點點頭，「因爲他後來再沒有追問下去了。按常理來說，他是不會想到波比會這麼快就約我們出外遊玩的，所以，我們即使再撒謊一次，他也不會起疑心的。當然，我們是不該老是撒謊的，總之以後小心就是了，若錯漏一次，就更失去他對我們的信任了。」

「他是不是又要返回波士頓？」

「是的，」她點點頭，「可能是在晚上。」

美蘇諜影

■東尼

動物世界

嚴新民先生：

在海洋深處有一種海蛞蝓，在近年來是神經科學家們的「寵物」。這是由於這種海蛞蝓有如下的特點：他有相對地少但却是巨大的神經細胞。其中有些神經細胞，幾乎有一毫米闊，比哺乳類動物腦中的神經細胞大了數千倍。這樣大的神經細胞，使得研究腦神經的科學家們，可以將微型電極相當容易地插入各別的神經細胞間；亦使得定出每一神經細胞的機能，描繪各神經細胞的聯繫，和研究學習這行爲對神經細胞發生什麼變化成爲可能。

在紐約，肯德爾博士集中研究海蛞蝓腹部神經節中五個特殊運動神經細胞。海蛞蝓腹部的神經節，約有一千八百個神經細胞，負担着許多像哺乳類動物的腦所担任的角色；它控制海蛞蝓的心跳率及其他內臟反應，亦控制着某些防衛反應。例如，無論何時，牠的精緻呼吸器附近被接觸時，即縮回呼吸器。肯德爾博士所研究的五個特殊神經細胞，就是負責控制海蛞蝓呼吸器縮回反應的。

肯德爾博士想找出，這五個神經細胞如何學習一些事情。當這組神經細胞學習諸如什麼是重要的，什麼是危險的，什麼是安全而不必加以理會的生活上的基本事實時，會發生什麼變化？牠們如何從經歷中獲得教訓呢？

第一次輕觸海蛞蝓脆弱呼吸器附近皮膚時，其呼吸器會馬上縮回體腔內，直至牠認爲危險已過去才再次伸出。這是一明顯反應。然而，若重複多次接觸牠同樣的部位，且無對牠造成任何傷害時，牠就學識這是無害的事情，停止對這種接觸作出縮回呼吸器的反應。這是心理學家稱之爲「成爲習慣」的現象。例如，某人突然大力一拍桌子，發出巨响，旁人一定吃了一驚；但如果繼續一再拍桌子，旁人亦不會再吃驚，因爲已經知道對他並無傷害。「成爲習慣」常被認爲是最簡單的學習形式，它是高度特殊的，因爲如刺激在任何方面有所改變，比方，接觸海蛞蝓稍爲與前次不同的地點，或力度與前次不同，海蛞蝓亦一樣縮回呼吸器。

如果一天二次用强的電擊刺激海蛞蝓的皮膚，一連十天，這小動物就以一種相反於成爲習慣的方式反應，亦即變得過分敏感，反應强烈。肯德爾說：「經過如此强刺激的海蛞蝓，即使你輕微接觸牠的皮膚，牠的呼吸器的反射性反應顯著增强，比未經用强電刺激過的對照組海蛞蝓的反應强得多。」

決定所受到的刺激是危險或不危險，是異常複雜的過程。就海蛞蝓的神經節來說，必須記得以前曾經發生過什麼，並且將之與現時所受到的刺激相比後，才獲得結論，這是一種最簡單的學習形式。肯德爾希望，憑着研究蛞蝓的簡單神經細胞，有助於了解人類精神病的秘密。因爲海蛞蝓能產生過度反應，亦即能人爲地使正常的海蛞蝓變成慢性焦慮的，神經過敏的海蛞蝓，從而研究出這情形的海蛞蝓的神經系統有何異常化（因其神經系統簡單便於研究），這就有助於了解精神病人的神經系統的異常變化；並以此作爲試用不同治療精神病藥物的療效。（伍車二、新九〇六〇三）

科學家研究海蛞蝓神經細胞奧秘

探索神經細胞奧秘

全球科學家學會呼出發

籲呼出發家學科球全

層氧臭救拯

氫氟氯產生少減助援供提金基立設

科技知新

徐建設先生：

最近，一百二十八個國家的代表，其中包括科學家、工業家和政府官員，在倫敦舉行「拯救臭氧層」的國際會議，主要是討論減少並最終取代含氯氟烴的生產方法。許多科學家相信可能致癌的紫外綫輻射量的增加。

據大氣科學家的探測分析顯示，自八十年代初期以來，整個氣層的臭氧已減少了大約百分之五。近年，在南極上空已出現了一個臭氧層穿洞，並正在迅速向北朝赤道上空延伸，目前已抵達南緯十六度，即已擴展到南美洲和非洲南部及澳大利亞南部的上空。可見，地球臭氧層空洞的擴大，已達到危險的程度。因此，參加今次「拯救臭氧層」會議的代表，一致提議各國應採取緊急的聯合措施，共同對付人類面臨的這一嚴重問題。

科學家們認爲，地球臭氧層之所以會出現穿洞現象，主要是近年不少國家大量生產一種化學物質含氯氟烴，被廣泛用於噴霧劑和電冰箱（電雪櫃），冷氣機等冷却劑中。據聯合國有關部門的統計，美國和西歐是含氯氟烴的重要生產者，分別佔全球產量的百分之三十六點二和百分之三十七點四。迄今爲止，美國生產了四十五萬五千噸，西歐生產了四十四萬噸，居第三的是日本，生產了十五萬噸（佔百分之十二點四），東歐集團國則生產了十二萬噸（佔百分之九點九），據指出，如果有關國家不加以限制生產，氯氟烴的產量還會逐漸增加，從而使臭氧層穿洞現象更爲嚴重。

爲此，許多國家，特別是發展中國家代表指出，從聯合國的有關統計數字中可以看出，全球臭氧層受到損害的問題，主要是由美國、西歐和日本等發達國家所造成，因此這一環境污染問題主要也應由發達國家承担解決。其中可行方法之一是，設立「國際保護臭氧層基金」，無償地轉讓含氯氟替代技術，優先支持發展中國家。這樣做是爲了贊助氯氟烴類的替代物質及技術的研究和推廣，以便在全世界範圍內使氯氟烴的使用得到往往難以突破對方的防綫，誰要主動進攻，誰就會遭到慘重傷亡。面對這種情況，當時各國的軍事家們都迫切要求發展一種既能進攻，又能防守，還能運動的新式武器。

一九一六年九月十五日，英法聯軍與德國在法國的索姆河一帶激戰。突然，英國出動了十一輛鋼鐵製成的龐然大物，以每小時六公里的速度隆隆地向德軍陣地衝來，將德軍打得一敗塗地。這些配有槍炮的鋼鐵怪物，就是英國海軍大臣在海軍部秘密設立的「創製陸地巡洋艦委員會」研製成功的新式武器——坦克。

由於英國海軍部在試驗和製造坦克時爲了保密，坦克的車體、底盤、炮塔等是在不同工廠製造的，所以大多數人以爲這種車輛是爲前綫供水的，於是人們就給坦克起名爲「水櫃」，漢語音譯讀做「坦克」。

坦克的研究成功，了却了各國軍事家們製造一種能攻、能守、能運動的新式武器的夙願。其實，這種集攻擊、防守、運動於一身的武器，並非從坦克始。早在春秋戰國時期，我國就有能攻、能防的戰車。後來，西晉時的馬隆製造有「偏廂車」，宋朝時的工匠製造過「萬全車」。雖然這些戰車是用畜力、人力作動力，用厚木板作防禦裝甲，用弓箭，刀槍或火炮做進攻武器，但集「攻擊、防護、運動」於一體，無疑給坦克的發明製造者以啓發。因此在某種意義上講，「偏廂車」、「萬全車」，還有十六世紀俄國出現過的一種活動戰車，是現代坦克的「祖先」。（古月、新九〇四九〇）

坦克能攻能守能運動

坦克能攻能守能運動

矛盾結合

上紙兵談

■王又

張小倩小姐：

坦克，英文「TANK」的音譯。裝有武器和旋轉炮塔的履帶式裝甲戰鬥車輛。坦克具有火力、機動力和裝甲防護力相結合的特點，是矛和盾二者結合爲一的武器。

第一次世界大戰時期，由於機槍一類速射兵器的大量使用，再加上鐵絲網的廣泛使用，使得陣地防禦戰術日臻完善，交戰雙方往往難以突破對方的防綫，誰要主動進攻，誰就會遭到慘重傷亡。面對這種情況，當時各國的軍事家們都迫切要求製造一種既能進攻，又能防守，還能運動的新式武器。

一九一六年九月十五日，英法聯軍與德國在法國的索姆河一帶激戰。突然，英國出動了十一輛鋼鐵製成的龐然大物，以每小時六公里的速度隆隆地向德軍陣地衝來，將德軍打得一敗塗地。這些配有槍炮的鋼鐵怪物，就是英國海軍大臣在海軍部秘密設立的「創製陸地巡洋艦委員會」研製成功的新式武器——坦克。

由於英國海軍部在試驗和製造坦克時爲了保密，坦克的車體、底盤、炮塔等是在不同工廠製造的，所以大多數人以爲這種車輛是爲前綫供水的，於是人們就給坦克起名爲「水櫃」，漢語音譯讀做「坦克」。

坦克的研究成功，了却了各國軍事家們製造一種能攻、能守、能運動的新式武器的夙願。其實，這種集攻擊、防守、運動於一身的武器，並非從坦克始。早在春秋戰國時期，我國就有能攻、能防的戰車。後來，西晉時的馬隆製造有「偏廂車」，宋朝時的工匠製造過「萬全車」。雖然這些戰車是用畜力、人力作動力，用厚木板作防禦裝甲，用弓箭，刀槍或火炮做進攻武器，但集「攻擊、防護、運動」於一體，無疑給坦克的發明製造者以啓發。因此在某種意義上講，「偏廂車」、「萬全車」，還有十六世紀俄國出現過的一種活動戰車，是現代坦克的「祖先」。（古月、新九〇四九〇）

坦克既能進攻，又能防守，還能運動。

良方妙藥

維生素C功效多

但長期大量服用則會帶來副作用

據說有預防感冒及一定抗癌作用

楊月英小姐：

維生素顧名思義即是維持生命的要素，它是人體大大營養要素之一，迄今被全世界公認的維生素有十四種。維生素C是維生素類中的一種，也是最早被發現的維生素之一，自一九三三年開始人工合成以後，目前是維生素中產量最高的品種。由於它具有抗壞血病的功效，故又稱爲抗壞血酸，人們已了解到新鮮水菓、蔬菜是維生素的最好來源，人類自身不能合成維生素C，要依靠從食物中獲取。

維生素C是人體不可缺少的物質之一，當體內缺之維生素C時，會出現牙齦、皮膚及內臟出血；亦會影响骨骼、肌肉和血管的健康；維生素C有利於纖質的吸收，可促進紅細胞的形成，在治療營養性貧血中的作用已受到重視，它參與腎上腺皮質激素的合成；它能保護酶系統的活性免受毒素的破壞，故有餘毒功能；對於外傷或手術的病人來說，維生素C的作用更爲重要，此時機體對維生素的利用大大增加，它能調節膠原的合成，誠受傷膠原變性，促進新膠原的形成，即促進創口的愈合和使愈合處疤痕張力增加。維生素C對骨折的愈合、骨頭和軟骨的形成是必不可少的，缺之使骨折愈合很差；老年人常服些維生素C，可使心臟病發作機會減少，因爲它能提高「有益胆固醇」的水平，具有防止動脈硬化的作用；它還能治療男性不育症，男性的精液中如有二成以上的精子黏集在一起，就不能生育，維生素C可使有黏性的精子不會黏在一起，故可治此種不育症；維生素可使拔牙後的齒齦迅速痊愈，齒槽膿大量服用維生素C會產生一些害處：可引起尿中草酸過多而形成尿結石，尤其是大量服用維生素又加服鈣劑時，引起尿結石的機會更多；會損害皮膚，嚴重者還可引起過敏性皮炎；大量服用維生素可破壞體內電解質平衡，引起功能紊亂。故如需長期服用大劑量維生素C時，應遵醫囑。（屹、新九〇五六〇）

速氣多痰

查檢肺心作應

王光先生：

來信說你年六十多歲，常有痰，早上起床後尤多，間中有咳，動作大些的工作，如蹲下時，便覺氣速，又有心口發痛，這是什麼樣之疾病呢？

來信提供之資料，那是很有限的，故我也只能從表象上去替你作診斷和提供一些參考意見。

首先是你平時是否有抽烟習慣？若從來信提到之情況來說，所患的是爲呼吸道方面的疾患，似是慢性支氣管炎，有痰，有咳都是其症狀表現，若是老烟民，則這就更是必然出現的症狀了。

處理方面，首先要照一張X光胸片，看看支氣管和肺部之情況如何，這對於今後之處理，是有參考價值的。藥物方面，則有一種Fulmucil的藥物，每次用水冲服一包，在除痰方面是有作用的。

另外一個問題則是快慢氣速，這與心肺都有關係的，因此，在進行上述檢查之時，亦可請醫生處理一下這方面的問題的，有一些藥物，例如Theo-Dur之類的藥物，有含有一些茶碱，對於這一類疾病，應是有些好處的，但最好要有醫生之指導下應用，才更爲合適一些的。（梁醫生、新九〇五八四）

憑情辨症