常見病防治

●黃孝迪

慢性胆囊炎及胆結石在本港是一種十分常見的疾病，要了解此病的症狀之前，則首先要談一下胆囊的位置及其對身體的功能。

胆囊是人體內一個作用不大的器官，它位於人體右上腹部，緊貼在肝的下面，其底部僅超出肝下緣少許（約在人體肋骨下緣左右），胆囊的外形如梨狀，它主要是儲存着胆汁，而胆汁是通過肝臟分泌，胆囊管與肝管匯合而成胆總管，而胆總管與胰管聯合開口於十二指腸垂直部之特氏壺腹部，胆囊是貯藏和濃縮胆汁的地方，以備進食後將胆汁排入十二指腸帮助消化。胆汁的主要成份是水和胆鹽，其餘爲少量的胆色素、胆固醇、脂肪酸、卵磷脂和無機鹽等。當胆汁進入胆囊後，大部分水份和一部份鹽類被吸收後，胆汁即被濃縮至原來的五至十倍。而胆汁中的胆鹽在腸道中能夠乳化脂肪，帮助脂肪和維他命K的吸收。

胆囊常由於結石，發炎等原因而被切除，胆囊切除後胆汁不能被充分濃縮；因此，消化脂肪的能力會被減弱，所以切除胆囊後之患者，仍需不能多吃油膩的食物。

慢性胆囊炎可以由於急性胆囊炎發展而成，當然亦可能是由於胆固醇代謝紊亂而引起胆囊病變，主要是胆固醇沉積在胆囊粘膜上而引起慢性胆囊炎。

此外，胆囊內如有結石的話，會使胆汁滯留在胆囊內，由於胆色素逐漸被吸收而引起胆汁之成分改變，刺激了胆囊，進而發生輕度慢性胆囊炎。

不少慢性胆囊炎的患者是毫無症狀的，甚至可終生未被發現；同時，亦有不少患者是在偶然的情況下發現患有此病。

慢性胆囊炎及胆結石是臨床上胆囊疾病中較爲常見的一種，而患有胆囊結石之患者，絕大多數是合併有慢性胆囊炎，臨床有報道謂，百分之九十慢性胆囊炎患者同時可合併有胆結石。

羊肉益氣補虛

孫碩

冷風一來，氣溫下降，胃口也會好起來，正如俗語所說：「趁住天涼好進補。」

補益的食物很多，在衆多的補品中，羊肉歷來不單受到食家的讚賞，而且，一直都被醫家所推崇。在古代，羊肉已被列爲補虛增肌的佳品，古人認爲，羊肉性溫，冬月食之宜。李時珍在「本草綱目」指出：「羊肉補中益氣，性甘、大熱。」元朝名醫李東恒也云：「羊肉能補肌肉。參補氣，羊肉補形。」這說明羊肉有益氣補虛，溫中暖下之功益。

據營養學家的分析，每百克羊肉（瘦）含蛋白質十七點三克，脂肪十三點六克，碳水化合物零點五克，熱量一百九十四千卡，鈣十五毫克，磷一百六十八毫克，鐵三毫克，以及維化命B1、B2等都十分豐富。

羊肉的熱量比牛肉還高。冬天吃羊肉可促進血液循環，以增溫禦寒，因此，老年人或身體虛弱的中青年及冬天手足不溫、陽氣不足、衰弱無力、怕寒畏冷者，如能把握時機在冬季常吃羊肉補身，將大有益處。羊肉中含的鐵、磷等礦物質比其他肉類都多，適于各類貧血者服用。如婦女氣血不足，形體消瘦，或產後體弱，汗出不止者最爲合適。在「金匱要畧」中有當歸生薑羊肉湯的記載，認爲此湯能溫中補血，可治婦人產後血虛之症。

羊肉雖然暑帶羶味，但只要在煲湯之時適量加入一些配料，如五香粉、生薑、龍眼肉等，此種味道是不難辟去的。燉羊肉或紅燒牛肉，可用蘿蔔同煮同燒，也能辟去腥羶氣味。

雖然羊肉胆固醇含量較低，爲一種良好的補品，抵禦風寒，補養氣血，還能增加機體的抵抗力，但各種急性炎症、外感發燒、癤腫等患者都應忌食羊肉，有高血壓病、肝氣盛或虛火上升者，不可多食。

中醫隨筆

●黃孝迪

腎虛與性慾

性功能係人的正常生理現象之一，視爲長壽、養生之道。其中就包括應適當地節制性生活。從過往的歷史記載得知，帝王的性生活最是淫亂繁雜，往往借助亢陽藥物以催情，但從未有過一位淫亂無度的帝王長壽。

因此，縱慾過度係導致身體虧損的一個主要因素，特別係腎機能的衰退。在中醫的角度認爲，腎是先天之本，精神之舍。人的生長、發育、衰老過程及生殖能力，主要是由腎功能的盛衰所決定，其涵意甚常，勿妄作勞」，視爲，內分泌系統以及全身其他各系統的機能受到影響，因而出現過度疲勞。精神恍惚、頭暈目眩、食慾減退、臟腑失調等，久而久之，就會損害健康。

是以適當地加以節制性慾是保持健康的主要因素之一。此一觀點，用現代醫學觀點來驗証，也是符合科學道理的。因爲頻繁的性生活帶來的性興奮會打破人的生理平衡，使神經系統廣。

在「內經・素問」中記述：「腎者作強之官，會同於巔，入絡於腦」，此語乃言是厥陰經絡陰器，且與腎之大絡同起於會陰，由是可知腦腎神經衰弱，常見性機能障碍之理，皆與其督脉有關。

如在少年時有手淫的惡習，結婚後縱慾過度，都是會導致腎功能虧損的原因之一。在臨床病理上，多尿，癡閉、遺精、早泄、陽痿、疝氣、骨痿、腰痛、足軟、頭痛、眩暈、耳鳴、不眠、心跳、喘息……，壯年五更泄，以及小便失禁，浮腫等，無不責之於腎。

然而腦腎神經衰弱常見之陽痿、早泄等論治，必須以壯體益精、溫陽補腎爲宗旨，且要節慾培元以冀痊愈。不應以壯陽之品取快於一時，技巧出奇」。「腎者主蟄，封藏之本，精之處也，其華在髮，其充在骨」。然「腎主骨髓」，「腦又爲髓之海」。一旦腎虛虧損，則不能充盈滋養骨髓，至今髓海爲之不得充盈，以至出現腦腎神經衰弱。

反過來睇一些神經衰弱患者。常見有早泄、陽痿、遺精、性慾減退等症狀。從經絡上來講，此與督脉有不可分割的關係。在「李頗湖奇經八脉考」中言：「督脉別於經上額與足厥陰，旋茁助長，欲速則不達也。

補腎及興奮藥大體上可列舉的如鎖陽、鹿茸、海參、雄蠶蛾、海狗腎、肉蓯蓉、巴戟天、紫河車、仙茅、海馬、葫蘆巴、故紙等。

如果是精液稀薄者而缺之精子，則應酌情選用吐絲子、杞子、北味子、復盤子、蛤蚧、鹿茸等。

健身之道

腿部運動消除疲勞

・白薯・

最近城中的熱門話題是脚板底的按摩可以驅除疲勞之外，而且還能治病。

這在中醫的角度來看，並不是什麼大不了的事情，事實人類的脚板底却是有關鍵性的穴位，如能依照穴位來進行醫學的療理，很可能得到預期的效果。

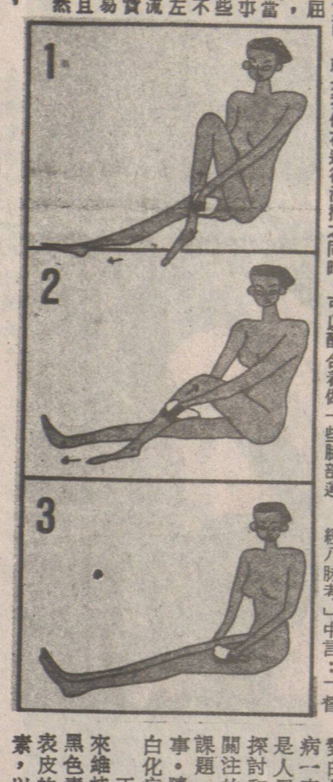
然而人類的身體穴位，數以百計，什麼的輔助行爲是對身體有益的，那也非要專業人士執行不可，切忌用以訛傳訛的方法來自己進行。

例如附圖這三款運動，是可以在洗澡缸中進行，否則也可以在冲洗完之後，利用絲瓜絡對腿部作額外的照顧。

其實用絲瓜絡來擦身，是可以把身體皮膚細胞刺激起來，以期得到血液流通，促進新陳代謝的作用，而用於腿部，更可以消除疲勞。

另一方面，就是我們在進行洗擦之同時，可以配合着做一些腿部運動，如屈曲伸展，都是相當有益。亦實，這些動作並不困難，左右脚輪流進行，實在輕而易舉，而且得到自然收效。

只不過，一般的健身運動，對身體是會有益處的，另外就是我們在每天洗澡之時，也可以對身體的某些部份特別加以留意。



遺傳性疾病——白化病

祝岩

白化病也叫「洋白」人，往今來對白化病一直是人們探討和關注的課題，真正揭開白化病之謎還是近二十年之事。隨着科學的發展，科學家終於弄清發生白化病的根本原因。

正常人的毛髮、皮膚主要靠體內的色素來維持其顏色。色素是由黑色素細胞合成，黑色素細胞分布在人體皮膚、毛球、真皮和表皮的交界處，它們在人體合成着所需的色素，以維持其民族固有的毛髮和膚色特點。

白化病的發病率是萬分之一或二萬分之一，個別地區的發病率為千分之一和百分之一。白種人和黃種人，酪氨酸酶陰性形較多，黑種人患酪氨酸酶陽性形者較多。

目前對白化病還無滿意的療效，相信隨着遺傳工程學的發展，有可能在基因矯正方面找到解決辦法。

白化病的發病率是萬分之一或二萬分之一，個別地區的發病率為千分之一和百分之一。白種人和黃種人，酪氨酸酶陰性形較多，黑種人患酪氨酸酶陽性形者較多。

目前對白化病還無滿意的療效，相信隨着遺傳工程學的發展，有可能在基因矯正方面找到解決辦法。

白化病也叫「洋白」人，是一種遺傳性疾病，其特點分為兩型，一種是「酪氨酸酶陽性」型，一種是「酪氨酸酶陰性」型。後者發色，膚色完全白化，終生不會改變。前者的頭髮、皮膚中的黑色素並不完全缺乏，隨着年齡的增長，黑髮會有所增加，膚色還能改觀。

有時在色素合成過程中也會發生代謝障礙。人體黑色素的合成，需要一種「酪氨酸」酶物質參與，如果缺乏「酪氨酸」酶，或這種酶的活性不夠，就會導致白化的現象發生。

白化病是一種常染色體隱性遺傳疾病。只有當兩個相同的白化病基因（來自父母）相遇時才會表現出來。如果只有一個致病基因是不會發病的，但它可以成為致病基因的攜帶者。

診餘漫筆

觀察步態知病症

申浦

春秋戰國時期的名醫扁鵲，一眼就看出齊桓侯得了重疾，事實證明是正確的，這充分說明了望診的重要性。現代醫學中，望診也是重要的診斷步驟之一，有時還會起決定性的作用。如在神經科診斷中，步態的觀察就是如此。這是因為一些疾病往往具有特殊的步態，觀之則可知其病。這裡介紹幾種神經系統疾病中意見的步態異常。

偏癱步態步行時病側上肢屈曲，擺動動作消失，大腿與小腿均伸直，腳向外甩，呈划弧狀，故也稱為“划圈步態”。常見於腦血栓、腦出血等中風病的後遺症。

剪刀步態雙腿僵硬，兩腳向內交叉，膝部靠近呈剪刀狀，步態小而慢。見於雙側大腦和脊髓的病變，如腦性癱瘓及家族性痙攣性截癱都可出現。

震顫麻痺步態行走時呈小碎步樣，開始速度較慢後逐漸加快，其狀慌慌張張，故又稱“慌張步態”，是震顫麻痺病和各種原因引起的震顫麻痺綜合症的特殊表現。

醉漢樣步態行步不穩，抬腳緩慢，落地如跺腳，搖擺不定狀如醉酒，故稱為“醉漢樣步態”，也叫“蹣跚步態”，見於小腦腫瘤、小腦炎症等小腦病變。

鴨行步態步行時挺腰凸肚，臀部左右搖擺，狀如鴨行，是進行性肌營養不良的特徵性表現。

跨越步態步行時腳抬很高，，人避免足趾撞地，見於多種原因起的腓總神經麻痺。

人體自燃原因

拾林醫零

■沉五

世界很多地方發生一種奇怪的現象，在絲毫沒有火體的地方，竟不明原因發生自然起火。將人燒死！有些科學家將這種不可思議的現象稱爲「人體自燃」，並給它下了如下的定義：所謂「人體自燃」是指人體沒有同外部火源接觸，內部發生燃燒，化爲灰燼，而灰燼週圍一切可燃物體保持原樣的一種現象。

專家根據有案可查的二百多案例分析，發生「自燃」的人男女的比例大約相等；年齡從四個月到一百一十一歲都有；身體有肥有瘦；發生地點則可在草墊床上、軟椅上、衛生間、走路時、開車、划船、沐浴時、跳舞、擁吻等，最令人吃驚的是在棺內的尸體也會發生自燃現象。有的專家經調查後發現，死於人體自燃的人多半是上了年紀的人，尤其是中年婦女，穿得多的人，不怎麼人根本不相信有這回事；有人認爲與衣服中的纖維質起變化有關，如漂染衣服，爲防止縮水使用化學製品等，在某種情況下互相摩擦，滲透，便產生起火現象；有的人則認爲與人體排出物有關，就人體而言，也有出汗、排尿等潮氣，這些潮氣收集了某些物質，在適當的場合便和衣服一起猛烈燃燒起來。據分析，人體每天要有一定量的糞排出體外，而尿裡還有許多鹽，而鹽和碘的混合物恰恰是烈性炸藥的原料，加上不講衛生時，就出現渾身起火的可能。

以上的看法使人感到缺乏令人信服的証據，下面的看法也許有助於人們揭開「人體自燃」之謎，專家認爲頭號嫌疑犯是球狀閃電。

球狀閃電是一種奇特的自然現象，這種球狀閃電的行徑術古怪，它像一個大火球，在大地裏裏忽忽，忽高忽低地移動着，它能穿過門窗的縫隙，升堂入室，也會像幽靈似地跟隨人。它在行經的沿途，遇到障碍物時似乎無堅不摧，却又不燒壞貼近它的一切可燃之物。

如將球狀閃電與人體自燃的發生現場作比較，二者極爲相似即貼近的可燃物絲毫沒有燒過的痕迹。球狀閃電能在瞬間燒穿金屬板壁，那它在瞬間把人體燒成灰燼也就不在話下了。

新機器洗地氈梳化椅 中英洗地毡
即洗即用不褪色不縮水或變樣，假日晚照服務，專洗餐館烟囱爐頭工商業住宅清潔打臘八折優待
晚電：253·5710

清潔公司 健良清潔公司
承接大廈・寫字樓，栢文等清潔工作・
電話：八七六・三八五四
傳呼機：六四五・七〇〇一

忠誠清潔公司
HONEST CLEANING SERVICES LTD.
承接辦公室，商場餐館或住宅等各項忠誠清潔服務，價錢相宜請電 874·8216

BMW M Power
BMW MOTORSPORT & AUTO WEST BMW
榮幸介紹此幾款獨特之汽車
給特別的一族
1991 M3
—此系列最後一部
—12月生產
—白色車身／黑色眞皮座椅
1991 M5
總裁座駕
黑色車身／香檳色眞皮座椅
1988 M6
—全新—全部保證
—舊款特惠
—黑色車身／黑色眞皮座椅
我們保證駕駛BMW汽車絕對滿意
你隨便問一位寶馬車主的朋友
你就會很同意
AUTO WEST BMW
RICHMOND AUTO MALL
KNIGHT & WESTMINSTER HWY.
273-2217

DENNISON
5691 PARKWOOD WAY
RICHMOND B.C. V6V 2M6
本汽車中心，爲你提供Jeep Eagle全面服務
營業部——修理部——零件部——租賃部
鄭中仁 住宅：(604)599·5219
RAMUEL CHENG
JOSEPH HENG 貸款部經理
款式齊備，敬請速臨，參觀選購。
☎ 278-6608
Jeep Eagle

廖盛炤 窗飾公司
室內設計：
定造各款 窗簾 窗紗
百葉簾 垂直簾 牀帘
牆紙及裝飾品 美觀實用
價錢相宜 免費估價
二十餘年經驗 自開工場
有發行部・歡迎訂購
電話：253·4566
S.J. LEW Window Covering Specialists
S.J. Lew Custom Draperies Ltd.
1456 E.PENDER ST., VANCOUVER, B.C. V5L 1V8 TEL:253-4566
COQUITLAM PLAZA #8-2773 BARNET HWY., COQUITLAM B.C. V3B 1C2 TEL:941-7910

RICHMOND HONDA CARS
列治文本田車行
THE RICHMOND AUTO MALL, 13600 SMALLWOOD PLACE, RICHMOND, B.C. V6V 1W8
RICHMOND AUTO MALL
☎營業部 270-1367
修理部 270-2231
90年雅閣，大量推出，全新款式
價錢公道，服務週到，歡迎查詢
本公司榮獲全加拿大本田銷售及服務冠軍代理，在一九八九年共售出一六一五部本田新車。
ACCORD EXR
有多種顏色及款式可供選擇
請即駕臨參觀試駕
營業代表 FRANK WONG 王鎭文
直接傳呼機680-4188
維修部由日本訓練技師主理