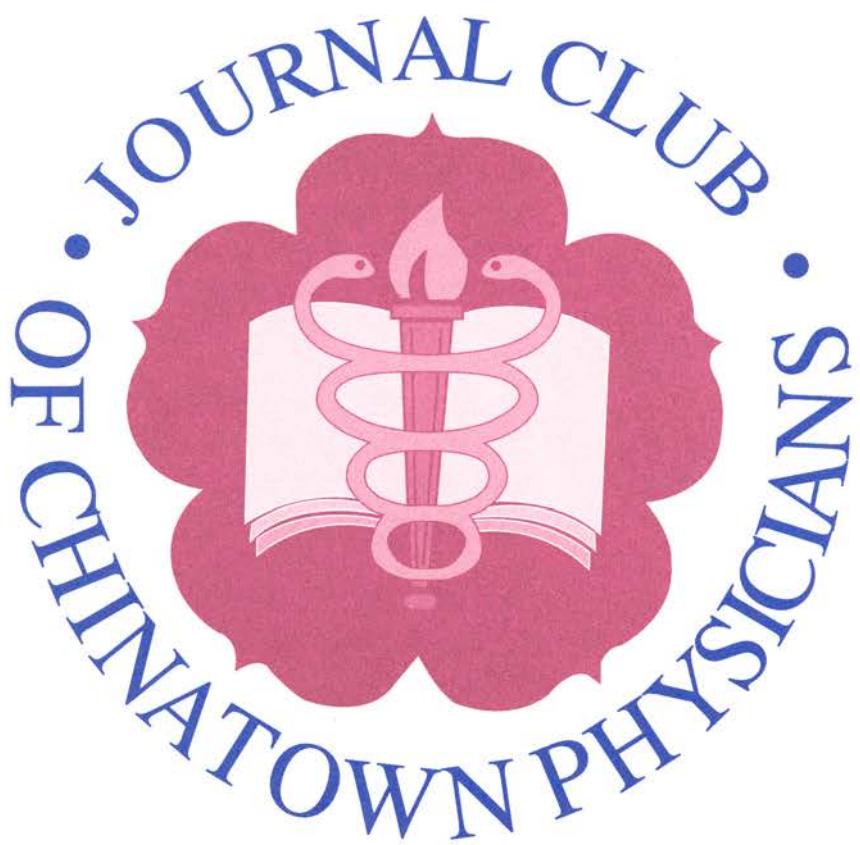


Health Digest 保

健文摘

李榮銓題



華埠醫學進修會出版

文章次序

1. 類風濕性關節炎
2. “艱難”的選擇
3. 肥胖症（下）
4. 腳癬（運動員腳）
5. 鼻竇炎
6. 藥物簡訊
7. 淺談陽萎
8. 憂鬱症
9. 再談更年期
10. 衣原體（一種常見的性傳染疾病）
11. 旅遊健康（上）

第七期
7
7th Issue



關節

節炎是指關節發炎。這過程導致關節疼痛，僵硬和疼脹。令病者日常活動困難。如病情嚴重的話，後期會引致關節損壞及變形和進一步減少關節彎曲的範圍。大約有一百多種以上不同類型的關節炎，僥倖地其中大多數都不常見。類風濕性關節炎是年輕患者最常見的關節炎。世界各地任何族裔不分老幼均有可能有類風濕性關節炎。甚至小童也會有這種病，但是病發高峰期介於三十至五十歲之間。可能男女荷爾蒙不同，女性患此病之人數比男性多兩三倍。醫學界尚未確定此病之病因，但肯定不是因為受過量的風吹和雨打。遺傳基因可能有些影響，但這病是不一定會遺傳的。對易受感染的人，有些發炎如病毒感染會引起關節炎。發炎時白血球從血液遷移至關節內膜而引起發炎。

癥狀

每個類風濕性關節炎病人發病情況不同：有急性或慢性：初期可能只有幾個或很多關節受影響。當病情逐漸嚴重，更多關節會受影響。尤其是手和腳。主要的病癥是關節疼痛，僵硬和腫脹，令患者做事困難。雖然活動會令關節更痛，但長期休息會令關節變硬。早上起床時關節僵硬非常普遍。有些病人因手指腫脹，可能要將戒指切開。如關節炎嚴重的話，有時會有其他病癥：包括食欲不振，體重下降和非常容易疲倦。

雖然類風濕性關節炎通常影響關節，但嚴重時其他身體各部分也會有影響。有時皮下可能出現小結(nodule)，尤其是肘(elbow)後部。鞏膜表面炎(episcleritis)可令眼睛疼痛和呈現紅色。眼淚和口水分泌減少引致眼乾和口乾，稱為斯耶格倫綜合病癥(Sjogren's Syndrome)。胸膜炎(pleurisy)或心包炎(pericarditis)可令胸口疼痛。肺組織纖維化(Pulmonary Fibrosis)可引致呼吸短促。甚至血管炎(vasculitis)。如神經線發炎便會引致麻痺和手腳無力。間中也會出現貧血。

診斷

家庭醫生或風濕病專科醫生，從體格檢查可診斷出類風濕性關節炎。這疾病可從其獨特的癥狀，如哪一些關節受影響和如上文提及其他受影響器官之癥狀而診斷出來。驗血也有幫助。血中類風濕性因子(Rheumatoid Factor)呈陽性反應便可證實有此病。類風濕性因子是免疫系統對病人自己體內一種叫 IgG 蛋白質所產生之抗體，表示身體抗拒自己體內之物體。照 X 光透視關節可決定關節受損程度。如有損壞的話則表示病情比較嚴重。

治療方法

類風濕性關節炎是慢性病，暫時仍未有根治方法，但卻可用藥物控制病情。治療的目標包括減輕痛楚，防止僵硬，維持日常活動能力及長遠方面預防關節被破壞。初期藥療包括止痛及消炎藥(非類固醇消炎藥)。市面上有多種這類藥物：如阿司匹林(Aspirin)(藥雖然舊，但仍很有效)，Ibuprofen、Naproxen 和 Diclofenac

作者：Dr. Peter Lee M.D. F.R.C.P(C) 風濕科專家

等。你的醫生會為你選擇最適合的一種。這類藥物一般可安全服用，但有時會引起胃部不適，甚至可能引致胃潰瘍。如服藥後有副作用，應立即告知醫生，以便更換另一種藥或加服一些保護胃部的藥。Arthrotec 是一種混合藥，包含消炎藥 Diclofenac 和保護胃部的藥 Misoprostol，用時較方便。最近有一種新藥叫 Celebrex (Celecoxib，屬 Cox-2 inhibitor)，有消炎作用，可止關節痛，而且是較不傷胃的。但如對磺胺(sulfonamide)、阿司匹林(aspirin)或其他消炎藥過敏的病人則忌服此藥。很多患者不能單靠這類消炎藥控制病情，而有必要另加一些比較強的藥物。這類藥物包括注射黃金或服用，chloroquine, hydroxychloroquine, sulfasalazine, azathioprine, methotrexate 和 cyclosporine 等藥物。這些藥物效能較強，但也可引起較嚴重的副作用。幸好這些副作用並不常見。如能定期驗血、驗小便和眼檢查，可及早發現問題。這些藥物見效較慢，需要連續服用兩至三個月才開始見效。醫學界仍未完全理解這些藥怎樣控制關節炎，但相信它們可抑制免疫系統而免疫系統，和關節炎發病有關。

類固醇(corticosteroid)是另一種很有效的消炎藥。雖然過量可導致嚴重問題，如骨質疏鬆、糖尿病和血壓高；適量的使用卻可有效地控制比較嚴重的關節炎。通常類固醇是直接注射入關節內，以快速減低發炎程度。此療法十分安全。如用法正確，不會引致如很多人所懼怕的骨骼潰瘍。現時有很多種新的抗關節炎藥正處於研製階段的後期，希望不久便會有其他更有效而更少副作用的新藥面世。

定期活動(運動)可以保持關節靈活及預防關節永久變硬。但如患處已腫脹，太多的活動反會令情況惡化。最佳的建議是保持活動，但避免過量而加劇痛楚。物理治療師可協助和指導你如何運動。一旦藥物治療不足以控制病情，關節繼續變壞；外科手術可有效地減輕痛楚，恢復活動功能。

更換髋關節(hip)及膝關節便是兩種非常成功的手術。多數病人可於手術後正常走動而手術處不覺痛楚。但如變形的關節是在腳部，在考慮手術前，可先試穿闊鞋加上特別訂造的鞋墊(orthotics)。

本文要點：

1. 如你懷疑自己可能有關節炎，應儘快見醫生。
2. 類風濕性關節炎暫時不能根治，但病情可有效地控制。
3. 外科再造手術可改善已損壞了的關節的功能。



很

難想像有一天，您的親人或您所關心的人再也不能住在家中了。為您的親人選擇一個可以替代家的長期護理中心，這個決定是不容易的。您的親人在聽到要改變生活環境的建議時，壓力會很大，充滿困惑。

是否要決定將您的親人送到護理中心，主要根據您的親人的實際需要。看看您的親人是否具有下列情況：

- 健康不良，如患有精神混亂，老年痴呆症，殘障性骨關節炎，中風或患有不安型痴呆症。
- 患有一種或多種慢性疾病，體力與精神不足。
- 對自己的財富，健康及日常活動不能做合理決策。
- 經常需要別人照顧。
- 行動不便，需用拐棍或其它輔助工具者。
- 日常的生活活動要依賴家人和朋友，如購物、做飯、清潔房間、往返赴約。

如果您的親人有以上的情況，您就需要考慮為其尋找一個能取代家庭的生活環境。

在考慮將親人送進護理中心時，應同時考慮照顧者本人的身體、精神狀況，以及個人需要。您及您的家人需要考慮是否有下列情況：

- 精神，體力疲勞。
- 行為異常，如易怒，沮喪，困惑，煩燥不安。
- 二十四小時家人要照顧自己的親人。
- 晚上睡眠不斷受到干擾。
- 因為出門時將親人交給他人照顧而感到內疚，或感到因是“職責”不得不要照顧親人。

肥胖症（下）Obesity (Part II)

作者: 吳新權醫生 (內分泌科專家) DR. DOMINIC NG M.D., F.R.C.P. (C)

譯者: 傅子正醫生 DR. MARSHALL FOO M.D.



身體超重應怎麼辦？

很多人都像珍妮一樣想減肥，而且更想以最快速度去減磅。你們也許已經注意到，市面上有多種減肥配方。不少人試圖從這個龐大的市場中獲取厚利。有些商品比較合理，但有不少卻明顯是投機取巧。

如果您或您的家人有任何一種以上的表現和症狀，您就需要考慮尋求幫助。只撥一個電話就會得到幫助，不必自己承受。您所要做的只是打一個電話給您當地的社區護理鑑定中心或您的家庭醫生。他們會幫助您的親人找到一家合適的護理中心。

眾所周知，在護理他們親人的時期，照顧者經常忽略他們自己的身體健康和個人需要。甚至經常害怕為不能給他們的親人提供護理而感到內疚，或者認為他們的文化傳統不允許他們將自己的親人送到護理中心。

您也許聽到過什麼有關護理中心的一些老的傳聞，那裏不允許家人參加室內的護理；不尊重個人需要；收費過貴而且沒有什麼服務和活動項目。這些說法是不正確的。當今的安省護理中心和安省其它護理機構一樣，對有特殊要求的年輕人和老年人都會提供優質的服務。每一家護理中心必須設有能滿足居住人日常生活需要的服務和活動。包括提供護理服務、醫療服務、康復治療，提供社會和娛樂活動。目前養老金通常能夠支付護理中心的一般床位和吃住費用。

在安省，居住在護理中心，老人的個人權力和需要都受到法律保護。安省的護理中心是由衛生部創建，並接受衛生部的管理。安省的很多護理中心是經審批承認的。只有提供長期服務的護理中心在其條件合乎加拿大審批委員會的標準情況下才可獲准進行這種特殊的服務。所以安省的絕大多數護理中心不僅要符合安省的條件，還要符合國家提出的條件。

在多元文化的多倫多，很幸運在百敦院護理中心(Barton Place)不必讓居住人排長隊等很久。這護理中心還設有中國人的節目和服務，如每天的中式飲食，配有會講不同地方方言的中國服務員，還有不同文化節目的慶祝活動，如中國的新年和中秋節的慶祝活動。

現在，您必定對安省的護理中心已有了更多的了解。您可以找時間到任何一個護理中心去看一下，去了解他們的服務和活動節目，在整個安省，護理中心願意與鄰居、家人和朋友們交流。

另一方面，我們亦見很多人對減肥興趣大跌，事關成功率不如理想，特別是那些有很大野心的人，想把自己的體型變成和很多身型苗條的服裝模特兒或電影明星一樣。最後，希望越大，失望也更大。雖然不是每一個人都可以減肥成功，但在不同的失敗因素之中，很多可以避免。在我們繼續討論這些因素之前，先看看一個極之重要的減肥觀念：

人類有如其它哺乳動物一樣，備有一種潛能，可以在生活豐盛時在體內儲存脂肪，以備將來饑荒。但在今日的發達國家，食物供應已不再是一個問題，但我們的身體卻仍然繼續儲存多餘的能量，變成脂肪。再其次，我們的身體更備有一種保持脂肪的潛能，要來抵抗突然大量減磅。無論身體過肥多少，若果在短時間內大量減磅的話，我們的身體就會誤會我們遇到饑荒，制止減磅。這也許可以解釋為何很多人減肥，初時成績可觀，但幾個月後，減磅進度漸漸慢下來，甚至中止。通常在這時刻，很多人感到灰心，所以也中止他們一路的減肥努力，更者回復舊日的飲食習慣，停止運動，引致體重反彈上昇。所以，若要成功地保持減肥效果，以下兩點應注意：

- (1) 減肥不應過急，特別是每週減肥不應超過兩磅；
- (2) 為了防止反覆增磅，即使減肥似乎再沒有進展時，也應堅持一直的減肥工夫，不要氣餒。

不同的人減肥，雖然下了同樣的功夫，但效果卻不一致，這是一個事實。我們應該知道，即使減磅百分之十，看來不多，但其帶來的健康改善，功效多倍。即是說，若果一個人將他二百磅的體重減到一百八十磅，我們就應為他慶賀。因為他在改善自己健康方面成就甚大。我希望以上的資料能對那些對減肥失了興趣的人作出一點鼓勵。

我們應該選擇那一種節食計劃？

對於那些尋求幫助減肥的人，很容易會感到眼花瞭亂，因為流通在市面上有數以百種的減肥節食計劃，不知如何去選擇。每個計劃都是通過它的參加者的見證來宣傳其功效。所以你會問有多少是可信的。每一種商業性的減肥節食計劃的可信性都很難判斷。首先，因為使用這計劃失敗的人是不會被邀請去做見證的；其次，這些商人不會像正統醫學人仕，向你報告他們所推銷減肥計劃的長期成功率。但最重要的一樣是沒有一個節食計劃是適合所有人的，所以應該根據每一個人不同的情況去進行處理。即使如此，最基本的原則仍然是要保持「熱能負方平衡」，意即是說，從食物吸收的熱能不應多過每日活動消耗的熱能。致於在技巧方法，有關資料來源甚多，最好就是請教專業營養師，但市面上也有很多書本討論這些問題。在加拿大方面，加拿大心臟及中風基金會所出版的書最可靠，其出版的食譜（包括最近的中文版）十分出色，可以多作參考。

甚麼是「行為糾正」？

我們大多數人飲食是習慣性的，除了我們正常主要的三餐之外，我們經常不加思考，情不自禁的去吃零食，尤其是在消遣娛樂之時，更加如此。再者，有很多人受心理壓力太大時也會過量飲食（尤其是零食）。因此，我們下意識地吸取了大量的熱能。即使有些肥胖患者和營養師重溫他們的飲食記錄時，也經常疏忽這些下意識的飲食習慣，他們常說「我不吃那麼多！」。「行為糾正」是一種幫人領會和糾正這些潛意識過量飲食的方法。其

中一些簡單的策略包括：

- (1) 減低飲食與娛樂的聯繫，例如看電視電影時，要避免或至少減低飲食的份量；
- (2) 改變具有誘惑力的環境（例如：若要接見朋友，盡量安排在沒有食物的場所見面）；
- (3) 約正飲食習慣，放慢吃東西的速度，如此，慣性暴食的人，可嘗試改為多餐小吃，這樣可以減少吃得太多的機會。

如何評價減肥藥？

目前來說，有數種減肥藥在不同的試驗過程。但得到政府批准幫病人減肥的藥物只有一種，叫做 Xenical (ORLISTAT)。這藥的主要功能是在於阻止我們身體吸收食物內的脂肪，將之通過大便而排出體外。所以這藥的副作用就發生於那些吃得太多油脂的時候引起肚瀉。因此，服用這藥的人也要小心食物油脂的份量。這藥對一個人減肥有作用，但不能為每一個人解決所有過肥的問題，小心飲食和常常運動仍然很重要。

運動有效嗎？

經常保持運動對減肥或防止增磅都很有效。運動不一定需要消耗太多寶貴的時間。若果能夠一星期運動四至五次，每次三十至四十五分鐘做運動。例如步行、慢跑、游泳等，收益甚大。其它時間，減少乘電梯，多跑點樓梯之類，也是增加消耗熱能的好方法。對於年老一點的人，或身體有其它病痛不能多作運動的人，多一點肢體的活動也很有效。運動不單加強身心健康，每一次運動都會給你帶來一種快感，一舉兩得！

總論——我們討論了什麼？

- (1) 肥胖症是一種很複雜的慢性疾病，所以不應該讓任何人的偏見和行為使你感到自卑；如果有家人或朋友有肥胖症，應該給他們多一點心理上的支持。
- (2) 小心飲食可以減低增肥的機會，若要減肥的話，決不可過急，每週減 1 至 2 磅最為理想。
- (3) 節食計劃和運動方法要實際，可以長期應用，功效方可持久。
- (4) 長期堅持飲食和運動計劃可以減少反彈增肥的機會。



腳癬是一種傳染病，傳染的生物體是霉菌，霉菌容易在濕和暖的地方生長，接觸到皮膚之後，它們能侵入和破壞表皮的外層在表皮繁殖。腳癬是十分普遍的皮膚病，在每一時刻，全球 10% 的人口，有腳癬，在某些情形下，如運動員、或居住在學校宿舍、軍營、監獄等的人，腳癬的傳染率會更高。空氣潮濕，腳出汗，赤腳在沐浴場所或游泳場所徘徊，會接觸到在濕的地面上那些在皮膚鱗片內生長的霉菌。高年齡或免疫能力低的人，都會較易染上腳癬，腳癬在熱帶和半熱帶地方十分普遍。

病徵

腳癬的病徵包括：皮膚癢、皮膚發炎、外層起鱗片，脫落。皮膚局部變厚，亦會裂開，腳有惡臭。

腳癬有四種不同的徵象：

1. 慢性擦爛類 Chronic Intertriginous Pattern 是最普通的。腳指間隙、皮膚起鱗片、爆裂。皮膚被濕度和摩擦變成軟化，這情況會擴展到腳底和足背。
2. 慢性丘疹鱗屑類 Chronic Papulosquamous Pattern，腳底部份起鱗屑，這情況可擴展到手。腳甲亦可被傳染。

鼻竇炎

Paranasal Sinusitis

作者：DR. KAN-YAN CHOW M.B., B.S., F.R.C.S.(C). 周近仁醫生（耳鼻喉科專家）

譯者：DRS. K.Y. FUNG & JOHN W.L. CHAN 馮根英醫生、陳榮倫醫生



鼻竇為頭顱骨內處於鼻腔周圍的氣腔。八個鼻竇可分為四對：分別為額竇(frontal)、上頷竇(maxillary)、篩竇(ethmoid)及蝶竇(sphenoid)。正常情形下，鼻竇與鼻腔相通，空氣可經由鼻竇口自由流動，維持鼻腔內的氣體與體外大氣壓相同。

急性鼻竇炎

鼻竇炎是鼻竇內的粘膜發炎。受影響的可以是一個、多個或全部八個鼻竇(Pansinusitis)。

鼻竇炎最常見的成因是傷風感冒。患者在傷風時鼻腔內粘膜充血，令鼻竇出口阻塞，空氣不能流通。鼻竇內原有的空氣被粘膜吸收，造成鼻竇內的負氣壓，刺激鼻粘膜，產生分泌液，充塞竇腔。鼻腔內的細菌感染又可經由鼻竇口或粘膜下的淋巴系統擴散至鼻竇內。大力噴鼻也會令感染更易傳入鼻竇。

任何導致鼻腔或鼻竇口阻塞的因素都可引發鼻竇炎。例如傷風感冒，過敏性鼻炎，血管神經性鼻炎，鼻中隔偏斜，鼻息肉，鼻內異物及罕見的腫瘤等。

在不潔的地方游泳及潛水也可引致細菌感染，直接通過鼻竇口擴散至鼻竇內。

患有上白齒感染的病人，亦有可能把感染擴展至上頷竇內，引致發炎。尤其是在拔牙或牙根治療後機會更大。壓力性創傷，面部創傷及鼻竇部位的直接創傷也都可引致鼻竇炎。

3. 水疱類 Vesiculobullous Pattern，腳背、腳底、腳指間隙有小水疱、膿疱，有時有大水疱，皮膚亦可起鱗片，這情況通常是夏季最嚴重。

4. 急性潰瘍類 Acute Ulcerative Pattern，腳底皮膚軟化，腐蝕、潰瘍，有液體滲出，皮膚呈現白色和過度角化，有強烈的臭味。

治療

1. 我們每天要用水和肥皂洗腳，用棉巾拭乾雙腳和腳指間隙。
2. 不適宜穿橡皮鞋，要穿通氣的鞋子或涼鞋 Sandals，避免天天穿同樣一對鞋子。讓穿過的鞋子的濕氣有機會蒸發。
3. 出汗多的腳，要用爽身粉吸收水份，亦可穿能吸收水份的襪子。
4. 一經醫生診斷患有腳癬，外敷的藥物很多：Oxizole (Oxiconazole) 藥膏或藥水每天擦兩次亦會生效，嚴重的腳癬可能要服藥。

其他誘發因素包括寒冷、乾燥或刺激性空氣、疲勞、不良飲食習慣和體質衰弱等。

急性鼻竇炎的症狀

1. 鼻竇痛：發炎的鼻竇表面會有疼痛或刺痛的感覺，尤其當患者彎腰或咳嗽時，痛得更劇烈。
2. 鼻涕：粘膿性分泌物從鼻竇內進入鼻腔流出成為鼻涕。
3. 鼻塞：鼻腔粘膜腫脹，特別在鼻甲(Turbinate bone)位置引致鼻塞。
4. 壓痛：用手壓在發炎的鼻竇表面，鼻竇會有壓痛的感覺。
5. 鼻竇以上表層軟組織有時也會發腫，特別兒童患篩竇炎者，常會引致眼眶周圍發腫。額竇化膿性發炎會引起前額和上眼皮腫脹和壓痛。
6. 其他癥狀包括發燒、疲倦及嚴重頭痛。

急性鼻竇炎的治療方法

首先要醫治激發鼻竇炎的成因。同時亦需要用適當的口服抗生素。鼻竇炎癥狀通常有鼻腔粘膜充血及鼻塞。治療方法包括外用減充血劑(decongestant)，如鼻腔噴霧劑



及內服減充血劑。如病人有過敏性鼻炎，可加上抗組胺劑(antihistamine)。

患者也應避免過度噴鼻以免阻礙鼻竇分泌的引流。

如要清除鼻腔內的分泌物，較好的方法是倒吸入口內再吐出。一般治療包括止痛藥，充足休息及睡眠，飲足夠水份及保持空氣濕潤。

如以上的治療方法仍不足以控制病情，患者便有可能需要接受外科手術治療。

慢性鼻竇炎

慢性鼻竇炎可分為化膿性及非化膿性兩類型或綜合兩類的病徵。

慢性化膿性鼻竇炎通常是多次急性鼻竇炎的後果。癥狀類似一般急性鼻竇炎，程度上卻較為輕微。間中有急性發炎的癥狀出現，但有時也會輕至只有鼻塞，流鼻涕及鼻後分泌。患者鼻腔粘膜可呈現增厚甚或產生鼻息肉。病人可能會感覺頭痛及喪失嗅覺。

慢性非化膿性鼻竇炎大部分是由血管神經性鼻竇炎或過敏性鼻炎所引起的。鼻腔黏膜變得蒼白及鬆軟，引致鼻竇口長期阻塞及形成鼻息肉。如有繼發性細菌感染，癥狀便與化膿性鼻竇炎相似。

治療慢性鼻竇炎，主要是減輕鼻腔粘膜充血，令鼻竇分泌流動正常。可用外用或內服減充血劑或用鼻噴霧劑來控制過敏性鼻炎或血管神經性鼻炎。如同時有細菌感染，則需加上口服的抗生素。如上述方法仍不足以令鼻竇暢順流通，尤其當病人同時患有鼻息肉或曾多次惡化至急性鼻竇炎，最佳的治療方法是動手術引流。

藥物簡訊 Therapeutic News

作者: DR. MARSHALL FOO M.D. 傳子正醫生



上市多年的抗生素 Levaquin，具有 94% 的臨床成功率。常用於治療鼻竇炎，包括治療革蘭陽性、陰性，非典型性和抗藥抗性菌株，也可用於治療對抗青霉素和紅霉素的肺炎。Levaquin 副作用極少，幾乎沒有胃腸道副作用（如恶心、

腹瀉 1.2%）。每天只需服用一次。全世界已有六千三百多萬病人在服用此藥。自一九九九年九月十五日起，Levaquin 已被列入安省醫藥計劃(ODB)，註冊號為 289 作為治療呼吸道感染之替用藥。

淺談陽萎 Erectile Dysfunction

作者: DR. M.P. LAU M.D., F.R.C.P.(C) 劉文鵬醫生 (精神科專家)



人類對生殖器官之重視，中外古今皆然，甚至有對生殖器官崇拜之宗教。

人類及高等動物之性慾性能，促進生育，為延續種族之生物本能。在文明社會，性活動及行為，加上文化哲學意義，與婚姻幸福，人際關係，自尊態度，密切有關。

陽萎之患，起因甚多：如身體器官有病（尤其是泌尿

道，內分泌，神經系統功能失常），或心理受壓力，環境期望太高（如“不孝有三，無後為大”），配偶不合，皆能影響性功能。藥物之副作用，吸煙酗酒，糖尿病，血壓高，血管硬化病及吸毒亦可能引起不舉。

人類尋求陽健維修，已有數千年歷史，古代皇帝為要延嗣，專請道士法師，尋求春藥及長生不老藥。現有不少所謂春藥，氾濫市面，其科學根底，尚未查明，不少用

者，因心理作用或迷信，或偶合而覺其有效，亦有不幸因副作用傷害身體。西醫用心理治療，亦有百多年歷史，深病用心理分析，時久費高，愈率亦低。近年來用指導性輔助（照步驟訓練房中術），或鬆弛術，或催眠術，有配偶治，或生活方式指導，對於輕病大有幫助。但求醫者比率不多，有受羞恥心及社會偏見影響。中國文化，重視禮節，經視肉慾。長輩夫婦，更加言不出齒。有關輔助房中術之手冊，中英文均有出版。

中西醫亦有用多種器具及手術，使陽具暫時堅挺，但應用不普遍。

比較現代之藥物，多是擴張血管之藥，有口服，亦有打針，或置入陽具。有各種副作用或不便之處。

憂鬱症 Depression

作者: DR. FAY TANG 鄧靜暉醫生 (臨床心理學專家)



憂鬱症是一個最普通的精神病症，同時也是一個最被人忽視和誤解的症狀。據估計有百份之十五的人，在他們的生命過程中，會去接受憂鬱症的治療。在加拿大患上這種病症的人便有三百多萬，在整個北美洲而言，在任何一個時候，在二十個人當中，便有一個正在接受治療中。

總言之，任何人不論年齡、性別、族裔都可以患上這個病症，原則上女性患者比男性多，在女性，其百分率是二十二，男性則是百份之十五。但是很多專家懷疑男性患者和女性患者的人數相仿。問題是男仕們不肯承認自己有毛病，因為他們認為這是沒有大丈夫氣概，而是女性化的軟弱作為，或者他們根本不知道自己患上這個病症，他們會去沉迷於酒杯中，用酒去遮蓋他們對人生的悲傷、失敗、失望和羞恥的際遇，其他許多男仕會去利用避世隱居草叢，或者去拼命工作來隱藏他們的病症。現在男仕們更可以去利用電腦的新玩意來補償他們生活中的缺陷，無可否認的，新型電腦可以帶來一時短暫的逃避，但其後患不幸是長遠和嚴重的。因為這一班人孤立自己和其他人隔離，自己不知道自己患上憂鬱症，而別人也沒有機會去注意到他們有什麼毛病，這種情形是愈來愈嚴重。

憂鬱症和自殺昔昔相聯，在患者中有百份之十五會在感覺到無救、無助的絕望情況下自殺身亡。據多倫多著名的 Clarke 精神病院 (Clarke Institute of Psychiatry) 的統計，在自殺者中有百份之八十是憂鬱症病患者。

當男仕們想自殺的話，他們的成功比率比女性自殺者高，所以我們不能去輕視懷有自殺念頭的憂鬱症病患者，尤其是男性病患者。

據估計在一個家庭醫生的醫務所裏，每天可能都會見

在未選擇用藥之前，患有陽萎的人仕，請先到家庭醫生處做一個全身檢查，以確定陽萎的原因，然後由醫生決定你的治療方法。

最近 Pfizer 藥廠出品之「威而剛」(Viagra) 俗稱「偉哥」，是一種服食方便、副作用少而相當有效的壯陽藥。「威而剛」並非「春藥」，它不會影響性慾。服用後，當你受到性刺激時，身體才會作出自然的反應。

「威而剛」的安全度很高，年紀較高，有糖尿病，或血壓高的人仕亦可使用。唯一要小心的是，如果你服用含有硝酸鹽”Nitrate”，或一氮氧化供體”Nitric Oxide”或烷基硝酸類”Amyl Nitrate”的藥物，你一定不能服用「威而剛」。原因是「威而剛」和硝酸鹽同時服用會把你的血壓降到危險的程度。

到最低限度一個患憂鬱症的病人。但是很多時候許多病患者都沒有理解到他們患上這個症狀，我們大家有些時候都會覺得煩悶，低沉和悲傷，尤其是在失去了一個親人和好朋友的時候，或者對某些事情失意或失望。這是一個正常的反應，在經過一段時間之後，生活一切就很快地回復正常，如果這種情形持久不變，而至影響到日常的生活和工作，這一來你可能是患上憂鬱症。

憂鬱症的症狀:

最普通的症狀是悲傷，容易哭泣，其他症狀如:

- 想哭但是哭不出來
- 對人、事物和各種活動等等失去興趣
- 有內疚的感覺，和感覺到沒有用，沒有希望，無能為力
- 有自殺和死亡的念頭
- 思想遲鈍，記憶力、判斷力和決定力差，很難去集中精神
- 感覺疲倦，沒有精力，沒有力氣去做任何事情
- 胃口改變——變壞，食慾不振，體重減輕，或者胃口變佳，體重增加
- 睡眠改變——睡得太多或者不能入睡
- 過量飲酒或者服用藥物
- 埋怨身體不舒服，酸痛等等而沒有醫學的根據

憂鬱症的起因

在一個人的生命過程中，任何一個時候，都可以患上這個病症，但是，通常是在青春期之後和中年期的開始，中年期是一個最危險的時間，因為在這段時間裏，家庭和事業的壓力都很大，老年人患上這個病症的比率也很高，這是因為生活環境轉變的關係；例如離家入居老人院，做事力不從心等等。

憂鬱症的成因，大致上可分四類：

1. 遺傳因素：憂鬱症是先天存播在一個家庭之內。但是如果你患上這個病症的話，你的兒女不一定會受到影響。但是你的兒女會患上這個病症的機會比較父母健全的人較高。
2. 心理因素：有心理毛病的人往往比平常人容易患上憂鬱症。例如：一個人在年幼時喪失父母或者父母離異分居，他有心理毛病的機會就比較大。其他如一個人過度憂慮和對自己的評論很低，不能夠表達負面的情緒——如發怒等等，而將之壓制下來，沒有安全感，要去依賴別人，做什麼事情都要十全十美，對自己和別人都很苛求。
3. 生理因素：憂鬱症是由於個人腦部化學成份失去平衡而引起。但是也可以在機體有變動的時候出現，例如在大手術之後，或者久病之後發生，女性在產後或停經的時候，都可患上這個病症。
4. 環境因素：最普通的是我們在發生一件壓力很大的事情，會鬱鬱不樂，如果不幸在同一個時候有其他很多壓力大的事情發生，這樣我們患上憂鬱症的機會便會很大，壓力大的事情如：

- 失掉親人
- 家庭有問題：夫婦、父母、子女、兄弟、姐妹、婆媳不和
- 婚姻有問題：夫婦分居、離異
- 經濟有問題：資金週轉不靈，生活難於維持等等
- 工作有問題：被解職、退職、轉職，找不到工作，或工作不愉快
- 生活環境轉變：移遷居所，或者遷居到別的城市、國家，例如新移民來到加拿大，言語不通，沒有親朋，生活習慣不同，氣候寒冷等等。

有些憂鬱症是由於患者患有社交恐懼症 (Social Phobia) 之延續而引起。這個病症往往在童年時代開始，一直伸延到患者長大成人，他們在公共和社交場合，會感覺到極端焦慮和煩亂，因為在這種場合裡面他們要去和別人接觸，或者要表演，演講，這一來他們會面紅，口吃，震顫，作嘔，肚子不舒服，出汗，心跳得很利害，口乾，驚惶等等，有些時候他們在咖啡室，餐館也會有相同的症狀出現，結果患者往往隔離自己，避免去和別人交往接觸。

許多人在公共社交場合和陌生人接觸，如果要發言和表

演的話；有些時候都會感覺到有一點緊張，但不至於會達到上述恐懼症的嚴重地步，社交恐懼症是一種心理病症而不是過度怕羞。

Paxil (Paroxetine) 是治療社交恐懼症的良藥，和心理治療雙管齊下則更加有效。

憂鬱症的治療方法

憂鬱症是最容易醫治的一種精神病症，治療的方法有很多種，要看病情和其他上述各種因素而定，最普通的治療方法有下列三種：

1. 藥物治療：抗憂鬱症藥物(Antidepressant)，是在 1950 年代發明的，由醫生或者精神科醫生給病人處方，它會很成功地去平衡病人腦部的化學成份，這種藥物往往在服用六個星期後，便會生效。在沒有服用藥物之前，一定要小心去和醫生討論清楚如何去服用，效果是怎樣的，要服用多久才生效，和會有什麼副作用及反應。最普通的反應包括：

- | | |
|--------|---------|
| • 昏昏欲睡 | • 肌肉僵硬 |
| • 口乾 | • 情緒浮躁 |
| • 視力不清 | • 感覺昏暈 |
| • 體重增加 | • 對陽光敏感 |

有些不良的反應可以利用其他藥物去治療，很多時候患者的身體會慢慢地去適應抗憂鬱症的藥物，這樣對藥物的副作用的不良反應可能會漸漸消失。

2. 心理治療(Psychotherapy)：是由臨床心理醫生和精神科醫生主理，這種治療方法往往和藥物治療一齊應用，以求達到雙管齊下的功效，這種治療方法，可以幫助患者去了解自己的病情，減輕和解除對自己對事物的壓力；如何去表達自己的感受——如敢怒亦敢言；解決各種家庭婚姻、工作、社交等等難題，和如何去處理有壓力的事物和局面；改善自己的言語、行為；推進個人的成長和發展等等。

3. 電療(ECT)：這種治療方法對一些病人而言，是一個救命的良方。因為電療對有自殺念頭的患者特別有幫助。有些患者在服用藥物後，沒有反應，或者有不良的副作用，便應該接受電療，這種治療方法的反應，往往會比較藥物快。因為在接受兩次到三次電療後，患者便會感受到病情有所進展，接受電療的次數普遍是由八次到十二次便可以了。

但是電療也會引起不良的副作用，例如頭痛、肌肉痛和失憶。

總括來講，如果你覺得自己，或者你的家人和朋友中有人患上憂鬱症的時候，應該馬上去見家庭醫生，他會判斷你的情況，如果你的病症是輕微的話，他會自己去醫治你，如果你的情況是嚴重的，他會介紹你去見心理醫生和精神科醫生來幫助你，不要悲觀和絕望。

每逢中年婦女自覺精神不好，情緒不佳，又心煩氣燥，就會說這是更年期病。仲景全書曾記載：「婦人中風七、八日續來，寒熱發作、有時經水適斷，此為熱入血室，其血必結，故使如熱狀，發作有時」這好像在描述更年期病狀，只不過中醫理論中，將一切不適、病變都歸於氣血不和，寒熱不濟，陰陽不調，風邪入侵等理論。西方醫學在古時亦不明白婦人在這期間的生理變化，直到二十世紀中葉，才有較大規模的研究和統計數據。現在願藉此機會，向大家介紹一些有關更年期的瞭解，及新近的治療。

很久以來，大家都明白，婦女的成熟，有月經，會排卵及中年後會停經等，都與體內的雌激素和孕激素的多寡及平衡有關。在不久以前如中年婦人有許多未老先衰的症狀，好像醫師以為只要給雌激素就可以解決問題，而事實卻不然。經過多年的觀察研究結果，發現女性賀爾蒙（雌激素和孕激素）的分泌、控制，及功能，遠比當初所知道的更複雜。在正常時候，這些賀爾蒙除了確保每月的排卵及月事（或受孕）外，對皮膚的活力、筋肉骨骼的健全、心臟血管的完整、神經系統的維護、內臟黏膜的功能都有很深的影響。當這類賀爾蒙在體內，因疾病而快速減少，或因手術而消失時，會在全身引起某種程度的不適，以對神經系統的影響來說，症狀輕的僅是發寒發熱，或失眠，神經欠佳等，而重的可致婦人失去記憶、神經錯亂。

服用雌激素後，的確可控制上述病狀，然而用口服的雌激素須先經過肝臟處理，而使服用的人易患高血壓。如家中有乳癌、子宮癌家族病史的婦女，長期服用後，較易患乳癌及子宮內膜增生。

由人口統計表上來看，婦女在停經前因冠心病死亡的機率還低過男士（約 1/2:1/3），而停經後數年的婦女因冠心病死的機率與同齡男士們相同，因而使很多人推測，雌激素可減少冠心病。1995 年在美國被命名 Pepi 的研究，證實了女性賀爾蒙能減少更年期後婦女冠心病的發病率。另外，關於骨質疏鬆的研究顯示，雌激素可減少骨質流失，減少髖骨骨折的機率。所以許多醫師主張，婦女應在停經後服用雌激素。

由於上述的瞭解，使婦女們不知所措，為了減少冠心病的機率，減少骨折的痛苦，保持青春，似乎每一位近更年期婦女都該服用雌激素，然而又怕患乳癌。雖然由人

口統計數據來看，近年來更年期後婦女死亡原因最高的冠心病，且在所有因癌症死亡的婦女中，最多的是肺癌，而不是乳癌，但仍不能揮盡恐懼乳癌的陰影。

許多藥廠都在努力研究，尋找一種理想的，只有好處而沒有副作用的雌激素，希望在近期內便能有所突破。到目前為止，市面上可買到的各類女性賀爾蒙很多，避孕藥就有很多種，但對更年期婦女避孕藥的劑量太高，通常不用。更年期婦女可使用的雌激素有口服、貼劑及膏劑。

將雌激素放入藥膏中是很久以來就有的事，以前所製造的需要放入陰道內，因沒有明確的劑量計算法，又不容易自己放入陰道內，所以漸漸少用。不過最近 Schering 公司推出一種雌激素膏劑 Estrogel，只需放一定量在皮膚上，等一分鐘，乾燥後，就可保證當日所需要的雌激素劑量。

另有一種特殊的藥物叫 Raloxifene，只對骨質及膽固醇的成份，有正面的影響，但是不刺激乳房，子宮內膜。

孕激素的使用，主要是為控制雌激素對子宮內膜增生，凡是沒有做子宮切除手術的婦女，需要雌激素加孕激素一起用。不久前，只有人造的孕激素，服用後使子宮內膜有如月經後期一樣的變化，唯一擔心的是，增加低比重脂蛋白的成份，消除了對心臟血管的保護作用。最近發售微粒分子化的天然孕激素製劑(Prometrium)，只要用低劑量，就可抑制子宮內膜的增生，且終能使其萎縮，用一段時間後就不會再有月經，非常受人歡迎。

總結來說，更年期，特別是過早的更年期，不必是不堪忍受的事，有藥物可用。不過，用藥之前最好要明瞭自己的需要，和自己的醫師商量妥善後服用，且一定要定期檢查。

鳴謝

星島日報義務協助發行

特此鳴謝

愛華 X 光超音波掃描

QUALITY MEDICAL IMAGING
X'RAY, ULTRASOUND
MAMMOGRAPHY & BONE DENSITY

302 Spadina Avenue, Suite 307, Toronto, Ontario M5T 2E7
Tel: (416) 977-6088

Gamma-Dynacare
Medical Laboratories

Roger F.T. Lee, R.Sc., M. Phil., MLT

District Manager
Physician Services

Head Office:
115 Midair Court
Brampton, Ontario
L6T 5M3
TEL: (905) 790-3000
FAX: (905) 790-3055

Downtown Office:
302 Spadina Ave., Basement
Toronto, Ontario
M5T 2E7
TEL: (416) 596-6561
FAX: (416) 598-7947



衣原體是最常見的性傳染疾病中的一種，通常發生在 15 歲到 24 歲的女子群中，這種疾病是由一種叫做衣原體結膜炎細菌而引起。

如何獲得這種疾病？是由於與一位患有這種疾病的人發生沒有防禦的性關係（口交、陰道交或者肛交）而傳染到的。

症狀：大約有百份之八十的女仕們，和百份之五十的男仕們，患有這種疾病而沒有症狀，這班人在不知不覺中，會將這種疾病傳染給其他人。在女性而言，她們的症狀是陰道分泌增加和痕癢，在性交時流血，下腹痛，陰處有臭味，小便時發痛和不能生育。在男性，他們的症狀是小便頻繁和有灼熱的感覺，陰莖排液，陰莖口四周痕癢和有灼熱的感覺，也可有附睾丸炎。

診斷：在女病人則刮驗子宮頸的液體，在男病人則收取尿液，或刮驗尿道的液體，陰性的檢驗結果，不一定表示病人沒有患上這種傳染疾病。

併發症狀：在女病人中，嚴重的病情會導至子宮和輸卵管發炎，子宮外孕，小產和不能生育，在男病人則會導

至不能生育。骨節炎和附睾丸炎。在嬰兒（如因母親帶菌而患上這種傳染疾病）則會引起肺炎和眼睛發炎。在成人如果患者的帶菌液體接觸眼部，也會引起眼睛發炎。

治療方法：主治醫生會開方抗生素，病人要緊記食完全部處方的藥物，就算症狀已全部消失，也要去食完為止。有時因為子宮、輸卵管和附睾丸發炎的關係，患者要留住醫院，去接受靜脈注射抗生素的治療。最好在完成治療四個星期之後再覆查。

性交伴侶：患者在過去三個月之內的性交伴侶，都應該接受檢驗和治療，如果在過去三個月之內，沒有性交活動的話，在三個月之前的最後一次性交伴侶，也應該去接受檢驗和治療。

旅遊健康（上） Health Issues For Travellers

A 君從海外回加後數天，有發熱、顫抖、頭痛、全身酸軟等病徵，經診斷後，證實染了虐疾。

根據一些統計，百分之十五至百分之五十的旅遊人仕可能在旅途上感覺不適。幸而，只有百分之五要醫療服務，百分之一要入院治療。特別我們在北美洲住有相當時間，因為公共衛生良好而接觸病菌的機會少，免疫的能力便較為不足。前往發展中或低發展的國家時，感染的機會便大幅增加。

隨著旅遊業的蓬勃和旅遊者的需求，旅遊醫學(Travel Medicine)因而興起。醫生按照各人的健康狀況，以及旅途地區、性質、季節和逗留時間，提供整體性的預防措施，包括預防接種，藥物處方，飲食衛生和其他項目。

時注射一次便可。沒有接種記錄的人仕，請與家庭醫生聯絡，務要補打。

麻疹 Measle，腮腺炎 mumps 和風疹 Rubella（德國麻疹）的疫苗在嬰孩一歲和四歲時注射兩次，便可終身免疫。六個月至一歲的嬰兒，如要進入麻疹盛行的地區，應作一次特別的注射，然後繼續常規的接種。六個月以下的嬰兒，因仍有母體得來的抗體，不需特別注射。沒有接種記錄的人仕，可藉抽血檢驗抗體，以決定接種的需要。

甲型肝炎 Hepatitis A 是最普遍而有效地以接種來預防的傳染病。曾在亞洲居住的人仕，多已接觸病毒而有抗體。市面上有兩種疫苗(Havrix 和 Vaqta)，功效相若。接種二至四星期後達到最高的果效，六至十二個月後再注射一次加強針，抗體起碼維持二十年。

乙型肝炎 Hepatitis B 是唯一仍在蔓延而又可藉接種預防的傳染病（參閱本刊第一期和第六期）。如在發展中或低發展國家逗留超過六個月，在工作上（如醫護人員）或私生活上有可能接觸病毒的人仕，應接受接種。感染危險不大的旅遊者也可考慮接種，因為疫苗十分安全而有最少五年的保護時間，在旅途上如要醫療或牙科的服務，便不用擔心乙型肝炎的感染。疫苗有兩種(Engerix-B 和 Recombivax HB)，注射時間為 0,1 和 6 個月，市面上

預防接種

除了一些國家要求某種疾病的接種外（如黃熱病），預防接種是為了保障個人的安全，可預防下列的傳染病：

破傷風 Tetanus，白喉 Diphtheria 和脊髓灰質炎 Polio（小兒麻痺症），需要常規的預防接種。在嬰兒時接受了三次基本系列和歲半及四歲的加強輔助注射後，每十年要再次接種破傷風和白喉的疫苗，脊髓灰質炎則在成年

現有甲型和乙型肝炎的混合針，可減少需要兩種疫苗人仕的注射次數。

水痘 Chicken Pox 的疫苗剛面世不久（參閱本刊第六期）。一歲至十二歲以下的小童，只需一次接種。十二歲至成年人，則需相隔四至八星期的兩次接種。小童接種後六星期內不能服用阿斯匹林，以免引起雷伊氏綜合病徵(Reyes Syndrome)。

傷寒 Typhoid Fever 在亞洲、非洲、中美和南美都很普遍。接種方法有注射(Typhim Vi)和口服(Vivotif)兩種。疫苗注射比較方便，注射一次便有三年的保護期。口服疫苗要在七天內隔日服用一次，一共四次，服用疫苗七天內不能服用抗生素，但只需五年加強輔助一次。

流行性感冒 Influenza 預防的重要性在易受感染和併發症多的人仕是不容忽視的（參閱本刊第三期）。加拿大流行性感冒的季節是十一月至三月，南半球的國家（如澳洲）則是四月至九月，熱帶地方全年均有流感的危險。

肺炎球菌疫苗 Pneumococcal Pneumonia Vaccine 的注射也適用於需要預防流行性感冒的人仕，但不需每年重複接種。

黃熱病 Yellow Fever 是由蚊子傳播的疾病，影響肝臟，死亡率高達 60%，前往黃熱病流行的非洲和南美國家，一定要攜帶「預防接種證明書」，以證明黃熱病疫苗的注射，否則不准入境。疫苗要在入境十天前接種，有限期十年。

日本腦炎 Encephalitis 是另一由蚊子作傳播媒介的傳染

病，流行於亞洲農村地區。患病後，三分之一完全康復，三分之一有嚴重後遺症（如癱瘓、弱智等），三分之一會性命不保。幸而旅遊人仕感染的機會甚微，只有在傳播季節前往高危險性農村地區而逗留超過四星期的人仕需要預防接種。注射時間為 0,7,28 天。因有嚴重過敏反應的可能，最好在離境十天前注射完畢，抗體可維持三年。

狂犬病 Rabies 出現於世界上每一個角落，尤以非工業國家為甚。與動物有接觸（如獸醫）或在流行地區逗留超過三十天的旅客，應接受預防接種，因為狂犬病通常是致命的。預防針的注射時間表為 0,7,30 天。接種後，如被患有狂犬病的動物感染，便不需免疫球蛋白和一系列五次的疫苗注射，但仍需要兩次疫苗的接種。

腦膜炎雙球菌 Meningococcal Meningitis 的疫苗適宜於前往流行地區（如西非國家）而與當地居民有長時間密切接觸的人仕。一年一度前往沙地亞拉伯麥加的朝聖者，規定要預種疫苗。注射一次可有三年的保護期。

霍亂 Cholera 感染的機會微乎其微。現時所用的口服疫苗(Mutacol)果效高達 80%，但抗體只可維持六個月。除了符合麥加朝聖(Hajj)入境的規例外，醫學界並不建議霍亂的預防服藥。

以上廣泛地提及與旅遊有關的傳染病預防接種。因為一些疫苗需要一段時間才能達到預期的果效，有旅遊計劃的人仕，請儘早與家庭醫生聯絡，他（她）會依據當時的需要而有合直接種的提議。（註：自一九九八年七月一日起，安省醫療保健計劃，已不包括旅遊健康服務，旅客要自付診金和一些疫苗接種的費用）。

保健文摘(Health Digest)郵寄訂閱辦法

保健文摘是免費贈閱的刊物。讀者也可到各派本刊物的醫生診所索取。為方便讀者，增設保健文摘郵寄服務。如要訂第八期及第九期保健文摘。加拿大國內訂戶請寄來郵寄服務費加幣支票 6 元，支票抬頭請寫“Journal Club of Chinatown Physicians”。並請附上清楚詳細的英文回郵地址及聯絡電話號碼。寄來“Health Digest, 280 Spadina Ave. Ste. 312 Toronto, Ontario, Canada M5T 3A5”。

我們將及時將新出版的第八期及第九期保健文摘寄給閣下。

本人願意訂閱第 8 期及第 9 期保健文摘
現付上支票加幣 6 元正

姓名: Name: _____

地址: Address: _____

電話: Tel: _____

華埠醫學進修會歡迎渥太華加華僑報及多倫多文藝季刊轉載本刊文章

工作人員

出版者： 華埠醫學進修會

地址： 280 Spadina Ave., Ste. 312, Toronto, Ontario M5T 3A5

編輯： 陳壽彬醫生 Dr. Patrick Chan 何肇松醫生 Dr. Michael Ho 陳景新醫生 Dr. King Sun Chan

分配： 李福東 Mr. Roger Lee (Gamma Dynacare Lab)

封面設計： 潘富仁 陳志強 陳志玲

出版日期： 一九九九年十月

This publication is supported in part by
an Educational Grant from

SEARLE
Searle Canada

Makers of



CELEBREX

致意：

Compliments of



© Trademark
Trans CanaDerm Inc.
Subsidiary of
STIEFEL CANADA INC.
Montreal, Quebec

專研皮膚學

Research in
Dermatology

Oxizole
CycloCort®
Prevex®
Solugel®
Uremol®

安 康 藥 房

ON CARE PHARMACY LIMITED

耆老特惠八折優待

BENJAMIN FU

481 Dundas St. W., Toronto Ont. Tel: 598-4009



We're part of the cure

Pfizer Canada Inc.
Kirkland, Quebec H9J 2M5

SPONSORED BY THE PROUD MANUFACTURERS OF



For Scientific Information: 1-888-8ROCHE8
"Fax on Demand": 1-888-ROCHE-FX

Compliments of

Makers of



(levofloxacin tablets injection)

† Antibacterial agent

* All trademark rights used under license

© 1999 JANSSEN-ORTHO Inc.

LBLV991016A

SB
SmithKline Beecham
Pharma



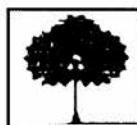
ENDING THE DARK NIGHT OF
DEPRESSION AND ITS ANXIETY



THE ANTIVIRAL FOR VZVLESSES
THAT CUTS PAIN DURATION
AND SPEEDS THIS RETURN TO NORMAL



AN NSAID THAT'S ACTIVE IN THE
JOINTS, WITHOUT BEING ACTIVATED
IN THE GI TRACT



百 敦 院
長 期 護 理 中 心

BARTON PLACE NURSING HOME

地址：914 BATHURST STREET
TORONTO ONTARIO M5R 3G5

電話：(416) 533-9473

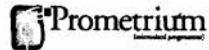
傳真：(416) 538-2685

Compliments of



SCHERING CANADA INC.

Manufacturer of



Podiatric Indication



保健文摘是由華埠醫學進修會出版。
其中文章，以報導一般醫學常識為主，
均由家庭醫生、專科醫生或其他專業人仕撰
寫。其內容屬參考性質。讀者如
有任何問題，請先向家庭醫生查詢。
版權所有，不得翻印。