

顧問 CONSULTANTS

- 勞永樂醫生 傳染病專科醫生
Dr. Lo Wing Lok
- 嚴秉泉醫生 心胸肺外科專科醫生
Dr. Anthony P. C. Yim
Hon. Professor of Surgery, The Chinese University of Hong Kong
- 王國耀醫生 心臟專科醫生
Dr. Chris K.Y. Wong Specialist In Cardiology
- 李家仁醫生 兒科專科醫生
Dr. David Ka-Yan Lee
- 鄭志偉醫生 泌尿科專科醫生
Dr. Michael Cheng
- 郭妙芳醫生 心臟專科醫生
Dr. Jennifer Kwok
- 林禮根醫生 整形外科專科醫生
Dr. Lam Lai Kun Specialist in Plastic Surgery
- 蘇平輝 牙科醫生
Dr. So Ping Fai Alfred, Dental Surgeon
- 金德維 脊骨神經科醫生
Dr. David T. W. King Doctor of Chiropractic
- 梁沛錦教授 中國健康工程引發基金主席
Prof. Leung Pui Kam
- 張仁傑博士 自然療法醫師
Dr. Y. K. Cheung
- 曾遠和博士
香港大學專業進修學院健康及應用科學學部客席副教授
Dr. Warren Y. W. Tsang
Adjunct Associate Professor, SPACE, The University of Hong Kong
- 唐海誼博士
澳門理工學院 高等衛生學校診療技術課程主任及副教授
Dr. Tong Hoi Yee, Henry
Associate Professor/Biomedical Science Programme Coordinator
School of Health Sciences, Macao Polytechnic Institute
- 李偉民律師 香港執業律師
Mr. Maurice Lee Solicitor, Hong Kong
- 楊剛先生
Mr. Dominic K. Yeung
- 查錫我先生
Mr. Char Shik Ngor, Stephen

出版人 黃綺雯
企業發展總監 林旭華
編輯部 生命編採委員會
市務及廣告 楊麗芬 余鳳玲
美術設計 黃振基
出版 生命出版有限公司

PUBLISHER ALICE WONG
BUSINESS DEVELOPMENT CONTROLLER PETER LAM
EDITORIAL VITALITY EDITORIAL BOARD
MARKETING & ADVERTISING LORNA YEUNG CARMON YU
DESIGN ALEX WONG
PUBLISHING VITALITY PUBLICATIONS LTD.

香港九龍灣臨興街21號美羅中心第二期20樓2027室
Unit 2027, 20/F, Metro Centre II, 21 Lam Hing Street, Kowloon Bay, HK
Tel : 3527 0518 Fax : 3152 2552

Website : www.vitality.hk Email : enquiry@vitality.hk

Vitality is registered with the Hong Kong government. Nothing may be reprinted or utilized in any form or by any means without written permission from the publisher.

《生命力》健康雜誌受國際及地區版權法保障，未經出版人書面許可，任何圖文均不得全部或局部轉載、翻譯或重印。

本健康平台內容並不構成法律及其他專業意見，故不承擔任何法律責任。

《生命力健康平台》並沒有以「生命力」名義代理或出售任何健康產品，亦沒有進行任何傳銷活動。如有任何人士或機構假冒本公司／雜誌名稱進行以上行為，本公司將保留追究法律責任之權利。



健康潮流 / Vital Trends

- 4 世界癌症研究基金會忠告：要預防癌症應滴酒不沾
- 6 「有出路」基層心理健康輔導計劃提供負擔得起的心理輔導服務
- 8 香港哮喘會呼籲病人勿單獨使用長效氣管舒張劑

話題 / Vital Topic

- 10 何鴻燊博士醫療拓展基金會「澳門健康天地」宣揚健康資訊

政策面面觀 / Viewfinder

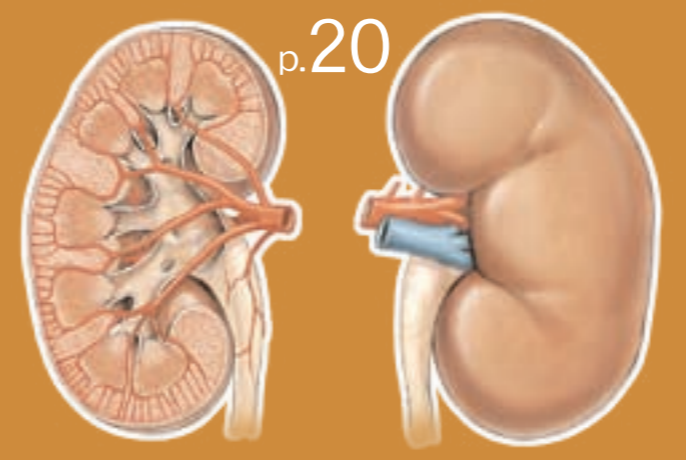
- 12 醫療融資在所必行 真正健康還看自身

醫保 / Insurance

- 14 醫療保險非閒事 買或不買都要知

討論區 / Vital Health

- 16 自助血液凝固測試機 前線醫護人員好幫手



男科 / Specialty

- 18 避無可避的男性病：前列腺增生症

中西大不同 / East & West

- 20 健康、五臟中西看 腎臟定義大不同

活動 / Vital Activities

- 24 光輝歲月流金頌 灣仔區活動 活得開心釋放正能量
- 26 屯門區 光輝歲月流金頌 分享長者醫者溝通技巧

特刊 / Vital Issue

- 28 意味深「腸」 消化系統 常見疾病(一)

食療 / Vital Life

- 32 清潤降火馬蹄

《生命力》雜誌內刊登之圖文，僅代表作者個人之意見，並不代表本刊立場。任何在本刊內刊載的資料，僅供參考，不帶任何責任，讀者如有任何疑問，必須諮詢醫生或有關專業人士意見。

我們會將廣告的部分收益捐獻給慈善團體，讓更多人得到幫助。我們亦會將每年的利潤部分回饋社會，讓更多人分享生命力的健康成果。

中藥材品質 需關注

想不到香港家傳戶曉的保濟丸出了事，雖然近年這品牌少賣廣告，但除非你是個常識匱乏的九十後，不然一定認識保濟丸，知道它有何功效，稍年長的更十居其九服用過。今次保濟丸被驗出受西藥污染，藥廠解釋是原材料問題，而並非生產過程失當。事件本來不算嚴重，但由於藥廠年初已發覺問題，卻不向衛生署通報而自行回收，違反發牌條件，必然會被處分，是否嚴重至被「釘牌」則有待分曉。

這次事件揭露了一些問題：首先，諷刺地，發現藥物有問題的是新加坡而非香港，是否反映香港衛生署抽檢藥物不力？當然，受污染的應該只是一小批，在香港亦經藥廠自行回收，「漏網之魚」流了去新加坡才東窗事發，香港衛生署就算抽檢亦未必抽中有問題的批次。不過中成藥五花八門，藥廠亦良莠不齊，我們仍希望衛生署能更積極抽檢藥物（不論中西）。

其次，藥廠宣稱原材料（即中藥材）受污染，不論是否屬實，中藥材的素質確是值得關注。香港隨街可見中藥店，若有受歡迎的中醫駐診就更是其門如市，消耗中藥材無數；而若計及全球華人社會，中藥材的使用量其實很驚人。絕大部分中藥均是植物，一如所有大量生產的農作物，會受農藥、重金屬污染，加上中藥的後期泡製又可能添加不明物質，而若商人不守法紀，用不同手段為某些藥物加色、漂白甚至增重，藥物含毒量自然更高。

潮流時興「有機」，幾乎甚麼農作物都有「有機」類可供選擇，唯獨除了中藥（除非自己種植或採摘）。用傳統方式煲的中藥，由於只喝湯不吃渣，即使原材料受污染，喝進肚的還算有限，最要提防的是現時頗流行的免煎中藥，由原材料直接磨粉而成，若不幸有何毒素，服者就要「照單全收」。台灣有一牌子藥粉宣稱是用原材料煲藥後，再從藥湯抽取藥粉，既易吸收，亦可避免直接吃入藥材。我們不是在作推介，只是想讀者知道有這種選擇。

總之，我們希望無論中西成藥及中藥材，政府都能嚴加把關、抽查成份，而消費者購買品質可以很參差的中藥材時，防人之心不可無，宜慎加選擇、自求多福。

《生命力》編輯部

2010年3月