

訪問

BAY VIEW RESTAURANT

黃愷怡(M10)

陳遠忠(M10)

李成峰(M1)

暑假快結束了，而我們很快便要再次回到Bayview的懷抱裡。這種感覺是令人懷緬的，因為這不其然令人回想起初次踏入醫學院那既興奮又忐忑不安的心情。隨著一連串的迎新活動，啟思編輯部特意準備了一篇對Bayview的訪問，希望新鮮人在忙中抽閒間，能細細體會我們和Bayview千絲萬縷的情義結。

啟思：「你們有甚麼招牌菜？」

經理：「京都豬排，幾受歡迎。」

啟思：「你們知道同學對飯堂的意見嗎？」

經理：「我們定期會和沙宣道三間學生宿舍和何善衡的代表開會，一個月一次；有時學生看見我，也會直接跟我說他們的意見。當中有許多寶貴的意見和要求，當然無法每一樣都應承，但最少我會記下來，向公司反映。」

啟思：「你對Bayview辦高桌晚宴 (High Table Dinner) 有甚麼看法呢？」

經理：「我們會為學生準備高桌晚宴 (High Table Dinner) 的，但曾經出現過問題，有一次我們為大學舍堂預備 30 桌，每桌有 8 碟餸，

我們要在40分鐘內把餸菜做好，即是每5分鐘就要做好一碟，實在太趕急，做出來的效果當然不太好啦。其實每桌12人，只收\$700，我們做出來的食物質素算是合理的。我們也明白同學的立場，付了錢，當然希望得到最多最好，但我們能做的有限，現在的改善方法是只做6碟餸，每碟的烹調時間長了，質素便進步了。」

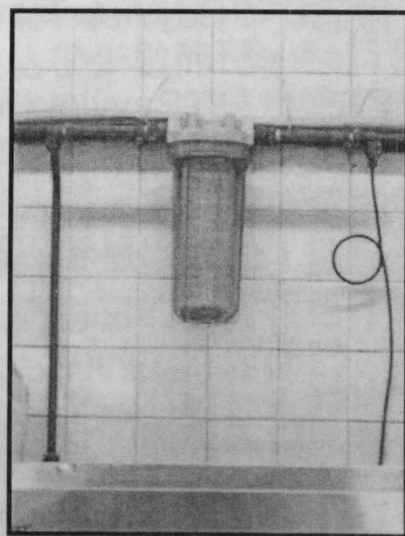
啟思：「你們怎樣處理食堂的食物？」

經理：「我們在中大UC，IVE 都有分店，賣的食物是差不多的。中餐部的點心在工場造好和包裝好，就會由設有雪櫃的貨車送來。有同學曾經反映為何我們沒有燒味，暫時不售賣的原因，是因為在運送和翻熱的過程中很難保證食物的衛生。」

「有同學反映過，說10元的碟頭飯，即“10蚊飯”，有時不太新鮮，質素亦非常參差，現在我們已作出好多改善。10蚊飯的餸菜只會預先做少量，盡量確保新鮮衛生，而在晚間，就會即叫即做。我們亦注意食物營養，飯餸都會加菜，菜有加鹽和炒過，會更有味道。我亦會帶廚師到各餐廳試食，以改進廚藝。」

啟思：「半年前，飯堂被指衛生情況惡劣，事情到底是怎樣的？你們有什麼回應嗎？」

經理：「當時港大安全組的職員發現瀘水器很骯髒，當時我們有兩個月無更換瀘水器，現在我們唯有10至15天左右更換一次，其實要換得這樣頻密，我想可能水源也有少許問題。另外，廚房的溝渠被指有異味，其實明渠難免有些異味，我們現在每晚關爐後，都會在溝渠倒下碳酸鈉（soda）及漂水，防止蚊蟲滋生。事實上我們也做了不少事來改善衛生情況，只是同學們可能沒有留意。」



啟思：「那你們做了麼來改善衛生情況呢？」

經理：「例如在中菜廳門口的那塊透明膠簾，同學可能以為是防冷氣流走，其實它是用來防止外面的小鳥飛進來的；我們也從不打開窗戶，目的也是一樣；但它們很聰明，有時在西餐廳那道門的門縫闖進來，那就真的沒有辦法了，我們已盡量做到最好。

「還有，我們會定期清洗廚房，並將沒用的機器（如大型攪拌機）搬到貨倉，用膠袋覆蓋。雖然我們用洗碗機清洗食具，但還要用毛巾抹乾，為了防止毛屑積聚在盛食具的容器內，我們每天都會清潔那些容器。」

啟思：「這裡的職員培訓是怎樣？」

經理：「我們會告訴職員對人要有禮貌，教導他們怎樣與人相處，怎樣稱呼顧客，例如對十多二十歲的就說「同學」，這樣相比起叫他們「哥哥」、「姐姐」更容易令人接受，因為有些同學未必喜歡別人這樣稱呼他們。跟據我的經驗，顧客對我們的第一印象是非常重要的，包容就是由印象和關係慢慢累積而來，如果第一印象不好，以後凡是有問題發生，顧客也不會包容。」

啟思：「Bayview有何環保措施？」

經理：「在Bayview 叫外賣是要多付\$1附加費，因為我們用的是環保飯盒，是過了一段時間便自動分解的那種。我們本來可用便宜幾倍的發泡膠飯盒，是大學要求食堂用環保飯盒的，雖說他們似乎沒有宣傳過，但大學是希望藉此鼓勵學生自備飯盒。」

啟思：「你們的營運是怎樣的呢？學校有給予資助嗎？」

經理：「我們是自負盈虧的，學校不但沒有資助，還要收取類似管理費的費用，並從生意額中抽取某個百分比。我們須負擔所有支出，包括水費、電費、冷氣費，等等。冷氣機是大學提供的，但耗電量頗

高，冷氣費差不多每小時一百元，所以我們打算跟學校商量，希望能購買分體式冷氣機，以及將飯堂隔開，顧客較少的時候（如早餐時段），就只開放某區域，以節省能源。

「學校規定所有飯堂外賣必須收取一元，我曾向學校提出我們不收那一元而維持使用發泡膠飯盒，但學校說要環保，那一元既可用來購買可分解的飯盒，又能鼓勵住宿的學生自攜容器或者選擇堂食。不過，學校方面並沒有大力宣傳，所以學生未必知道外賣收取一元的原因，我認為學校可多作公民教育。」



我們對灣景可以說是又愛又恨：愛的始終是情有獨鍾的「十蚊飯」，恨的即是……好像，也許，或者，應該是他的口碑吧。想著想著，灣景的食物的確是很有問題，但將問題看深一點，你會發現大部分問題其實很可能只是人云亦云，親身經歷遭遇只佔很少數而已。我們在訪問這威名遠播的幕後經手人——灣景餐廳的經理——之後也蠻有接觸。在訪問一開始你就馬上感受到經理對營運這間餐廳的熱誠和魄力，這完全是始料不及的。經理靈活和開放的態度，以及他面對營運困難的決心，某程度上使我們十分無奈，而且也十分慚愧。無奈的是餐廳的進步和變革是不太會被人發現，而人們對它的批評相信亦會基於它以往不堪的聲譽（不要忘記這順圖踏入合約的第三年而已）。我們說到慚愧，是因為作為一個大學生，自己在了解分析並批評檢討時，會膚淺平庸般無中生有，在對事件沒有完全充份的認識前便妄下結論，道聽塗說。這根本是不負責任的行為，更是過度自信的表現。錯誤草率地評價當然是很小事啦。但是，你可不知道這種先入為主的態度在將來會讓你失去了多少……

給中醫新生的信

中醫新生：

你好！剛剛走進中醫藥學院這個大家庭，你是不是有點戰戰兢兢，感到有點兒不習慣呢？

你對港大中醫又有多少認識？

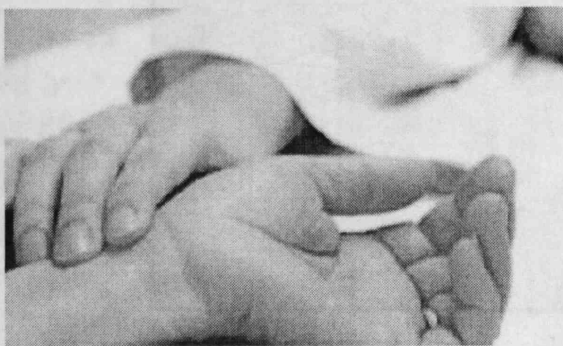
你對大學生活又有什麼憧憬？

有壓力？未解決？中醫藥學會可以一一為你解畫。



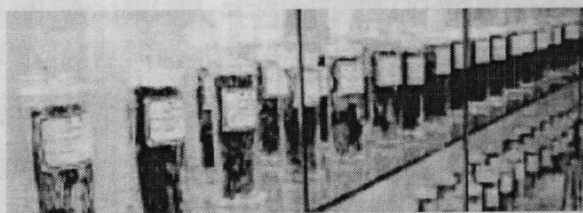
港大中醫課程內容包括傳統中醫課程（如中醫基礎理論、中醫經典等）、臨床課程（如診斷、婦兒骨科等）及現代醫學（如生理學、解剖學等）。中醫還要兼讀中文、英文、普通話及博雅課程；因此，中醫學生會被訓練成通才。要讀好這麼多的課程，同學需要好好分配時間。只要肯付出，一定會成功！

中醫正在發展，但這條路並不是一條康莊大道。新一代中醫需要面對很多衝擊，可能是對中醫的質疑，可能是自身對中西醫療思考的認知，亦可能是中醫制度影響的中醫權益。對中醫的堅定信任，對中醫思維的體會，每個人的程度、要求都會不同。但對中醫權益，可以擔保的是，在今年6月28日，立法會已通過中醫可簽發病假紙，這是社會對中醫專業的肯定。作為未來的中醫師，這些關係到個人的前景，以及中醫整體發展，你怎能不留意？



中醫制度影響的中醫權益。對中醫的堅定信任，對中醫思維的體會，每個人的程度、要求都會不同。但對中醫權益，可以擔保的是，在今年6月28日，立法會已通過中醫可簽發病假紙，這是社會對中醫專業的肯定。作為未來的中醫師，這些關係到個人的前景，以及中醫整體發展，你怎能不留意？

你擔心前景嗎？根據本會收到有關畢業生的情報，中醫畢業生的就業率是100%！而且現時政府正陸續開辦多間中醫診所，可見中醫行業的前景是樂觀的！與其擔心五年後找不到工作，不如擔心做不到一個好中醫！本學院為了令學生又會理論，又會臨床，與多間中醫診所有所聯繫，為學生提供多方面的見習機會。只要你肯努力，一定能做到一個好中醫。



看筆者嘮嘮叨叨，說極也是叫人努力讀書，有點沉悶了吧！

讀書雖苦，但樂在苦中尋。

首先，你會認識到一班好友。參加大ODay，大OTeaGat（即醫學會的迎新活動），你會認識到中醫、西醫及護理的同學；參加小OTeaGat，小OCamp（即中醫藥學會的迎新活動），你會與各級的中醫同學熟絡，甚至可能成為親

密戰友（且看下段分解）。你更有機會認識浸大、中大的中醫同學，他們可能是你未來工作的夥伴！而醫學生同學總是親切的，大家會互相幫助，互相分享，我們有時也會一起溫習。讀書有多辛苦？就一起努力吧！

再者，你會有一個貼心的學會作為你的後盾，照顧你的需要。除了迎新活動，中醫藥學會的活動還包括勁過飯、交流團及春茗等，令你能忙裡偷閒，輕鬆一番。中醫藥學會亦有訂購習題集、會衫會襖訂購等活動，體貼你需要。

如果希望得到更多、學到更多，當然要加入中醫藥學會！經過莊員的合作、分享，你會有一班親密戰友，亦會學到很多行政、社交技能。而且，正所謂人人為我，我為人人，上中醫藥學會做幹事，不正配合中醫醫者父母心的心態嗎？

新生，你對中醫藥學院這個大家庭了解多一點了嗎？新生活正在前面等著你，你準備好了嗎？

遇到什麼問題，不妨聯絡中醫藥學會的幹事啊！

祝生活愉快！

香港大學學生會醫學會中醫藥學會
杏人上

Health Exhibition 2006 - "The Best of Rest is Sleep"

For the last 18 years, medical, nursing and Chinese medicine students have collaborated on one of the largest student-run medical functions, the Health Exhibition, to enhance the general public's awareness on a prevalent health related issue. Each year, a special topic is chosen as the theme of the exhibition and topics covered range from general well being (1987 - Health Perspective) to mental health (2005 - Mind Your Mind), covering many aspects of important health issues. This year, the HealthEx session 2006 brings to you the important message about sleep health. The title of the exhibition is 眠中無憂 – The Best of Rest Is Sleep.

Why Sleep?

Hong Kong's technology savvy population is facing mounting demands from the fast-paced lifestyle. In order to meet targets and deadlines, sleep is often sacrificed and placed on the back shelf. This practice is extremely detrimental to one's health and can actually be counter-productive to work. However, this prioritisation is still common even when a recent University of Hong Kong study indicated that the severity and impact of sleeping problems in Hong Kong has been worsening. It is extremely prevalent that one need not look far for evidence, as we are constantly surrounded by "zombies" with humungous eye bags and find strangers' sleepy heads drifting off onto our shoulders on the bus.

It is not hard to find commuters napping in buses and students dozing off during lecture, sometimes with an occasional snore. These all seem to be harmless signs of sleep deprivation. However, many people do not acknowledge the fact that sleep deprivation can have severe consequences as well. One such example where anyone can be a potential victim is traffic accidents. Each year many road-users lose their lives to drivers who fall asleep behind the wheels. While some citizens are burning midnight oil when they ought to be sleeping, others are lying in bed, watching the clock tick away. The latter situation is called insomnia, one of the many sleep disorders that strike millions upon millions of people. Through the exhibition, we strive to convey the importance of sleep and motivate citizens to obtain enough quality sleep.

In the four-day exhibition spanning over two weekends in October this year, HealthEx will address the prevalence and social impact of various sleep disorders in Hong Kong.

We will also emphasize the importance of sleep; hoping people will gain a new understanding and go to bed regularly. In addition, talks will be given by professionals on important topics. Kids can play at game booths and learn the importance of sleep through the fun filled activities.

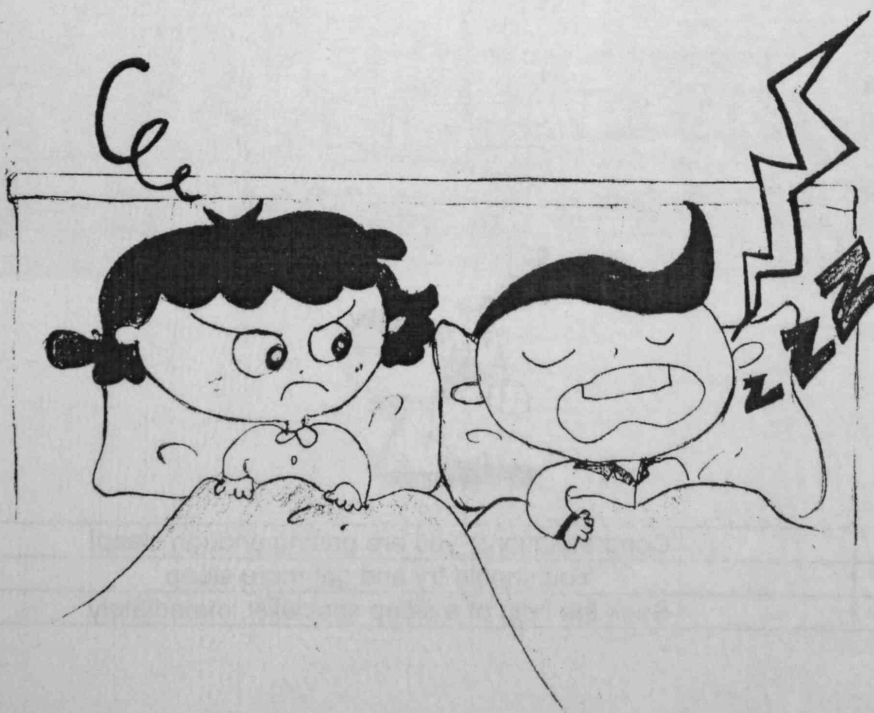
Um...sounds interesting, how can I help?

An exhibition of such scale cannot materialize without your help. We hope to see you in the future helper recruitment. By being a helper, you can have an opportunity to represent the Medical Faculty to interact with various kinds of people of the general public as well as sharpen your communication skills, which will be beneficial to your future career.

Before you feel plan to bury yourself under a pile of medicine textbooks, consider participating in the exhibition as helpers. I promise you, it will be an unforgettable and rewarding experience. Utilize your short university life and meet new friends, discover the diversity and take your first step toward contributing back to society in this profession.

Do not allow yourself to drown under a mighty torrent of textbooks! Save yourself by adding a practical experience and social aspect into your learning!

We will begin our helper recruitment in September. Until then, grade yourself with the following quiz and see whether you have enough sleep or not. See you at the recruitment!



Test yourself for sleep deprivation in one minute

How likely are you to doze off or fall asleep in the following situations, in contrast to feeling just tired? This refers to your usual way of life in recent times. Even if you have not done some of these things recently try to work out how they would have affected you. Use the following scale to choose the most appropriate number for each situation:

0	No chance of dozing
1	Slight chance of dozing
2	Moderate chance of dozing
3	High chance of dozing

Situation	Chance of dozing
Sitting and reading	
Watching TV	
Sitting inactive in a public place (e.g. a theatre or a seminar room)	
Sitting in a bus or MTR for an hour without a break	
Lying down to rest in the afternoon when circumstances permit	
Working in front of a computer	
Sitting quietly after a lunch	
In a car, while stopped for a few minutes in traffic	
Total:	



0 – 6	Congratulations, you are getting enough sleep!
7 – 8	You should try and get more sleep
Above 9	Seek the help of a sleep specialist immediately

香港大學學生會醫學會健康委員會 2006

多年來，香港大學學生會醫學會健康委員會積極籌備活動，為社會和醫學院服務，擔當重要的角色。我們籌備各類型健康檢查和健康教育活動，向市民提供保健知識和提升他們的健康意識。同時，希望透過邀請香港大學醫護生參加不同的社區服務，提升他們對健康服務的興趣。

我們健委的精神就是以愛心和醫學知識服務社群。本會今年的服務對象主要包括長者、學童、青少年和婦女。





今年一月至六月，我們已籌辦了八個服務，我們的義工在服務的過程中既能活學活用學過的臨床技巧，亦能享受助人之樂，最重要的是可以回饋社會，這也是本會希望做到的目標。

我們共分為五個部門，分別是社區中心服務部、健康教育服務部、屋邨服務部、外展服務部和內務研究部。現在就闡述一下我們過去半年的成果。

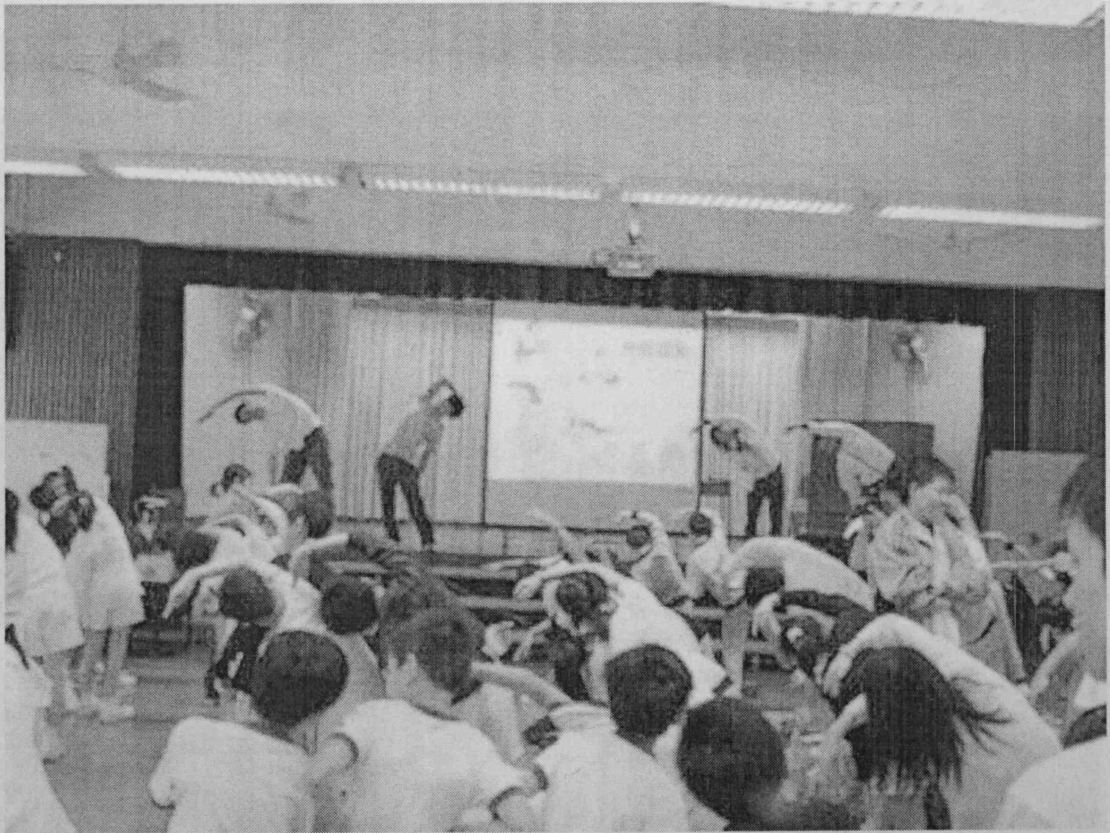
社區中心服務部：

我們誠邀了一位婦科專科醫生到長沙灣婦女中心為該區婦女提供講座，介紹各種婦女疾病，例如乳癌、子宮頸癌等疾病的成因、後果、預防及自我檢查的方法。



健康教育服務部：

我們到了位於沙田的胡素貞博士紀念學校，為該校的小五學生舉辦了一個有關傳染病的講座，由於該校的學生十分活潑，而我們的義工亦很有愛心，因此當日的氣氛非常熱烈，而我們也有效地傳遞了健康訊息給他們。



屋邨服務部：

在這半年內最忙碌的要算是我們的屋邨服務部了，總共籌辦了四個服務。我們其中兩次服務在葵涌區舉行，分別到了葵涌邨和大窩口邨為該區的街坊量度身高體重指標、血壓、血脂和血糖，並為他們提供健康諮詢。另外，由於我們與中大醫學會合辦的服務十分受同學們的歡迎，義工人數史無前例的多，當日場面十分熱鬧。我們健委、港大和中大醫學會亦互相交流上莊半年的心得，大家也獲益良多。而最波折重重的要算是黃大仙的服務了，我們先後被桌椅和人手不足的問題困擾多時，幸最終得到各同學的傾力支持，才得以順利完成。



外展服務部：

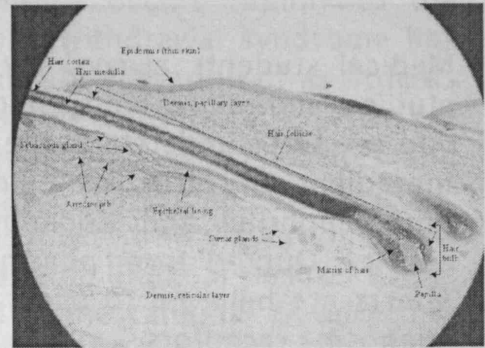
相信大家會忘記外展服務部上半年的服務。我們在上半年到了板間房探訪獨居者。那惡劣的居住環境實在令參加的義工畢生難忘，與孤獨的受訪者們的真情對話更令他們感受良多。義工們都不約而同向我們反映這次活動很有意義，因為這次服務令他們重新思考身為醫科生及未來的醫護人員的目的。



我們上半年的活動多姿多采，令大家印象深刻。下半年，我們仍有許多活動需要大家來參與，請多多支持！

脫髮簡介

這裏介紹的脫髮是指全身或局部病理因素造成的頭髮的大量脫落。常見原因有 1. 損傷性，損傷性脫髮的病因和部位比較簡單，例如頭髮被捲入機器裏，可造成頭髮甚至頭皮被撕掉；2. 內分泌問題；3. 精神創傷；4. 藥源性脫髮，有人原本滿頭秀髮，但因用化療藥物，頭髮便迅速脫落；5. 皮膚病，如麻瘋、頭癬、禿髮性毛囊炎，病後可能留有禿髮。



脫髮常是全身性疾病，發現時不要只顧考慮長髮問題，必須先找出脫髮根源，並同時治療原發病和脫髮。

治療：

心理負擔或精神創傷可引起*斑禿。除此以外，這種因素發展下去，可導致心理失衡。因此，以心理治療糾正，早日康復十分有用。

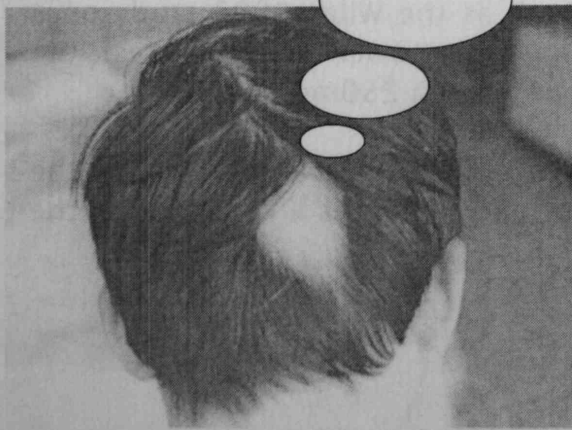
可導致脫髮的急性傳染病如麻疹、傷寒，慢性病如慢性腎病、系統性紅斑狼瘡，都應有相關的其他症狀，應及時治療。

若毛囊尚未破壞，則治療尚可，若毛囊壞死，往往是不可逆的。

外用生髮藥：刺激皮膚血管擴張，改善局部血液循環，促進毛髮生長。但有刺激作用，或會引起過敏反應。

全身用藥：常見用藥有鎮靜劑、營養劑、腎上腺皮質激素等。激素可抗過敏和免疫抑制作用，以及抗炎。

*鬼剃頭醫學上稱為斑禿，一種斑片狀的脫髮。有人會在毫無徵兆的情況下突然發生一片或幾片斑塊狀脫髮，禿髮區變大並融合。由於發病驟然迅速，沒有任何先兆，常常一夜而成，故以為有鬼作怪。斑禿原因有神經緊張，遺傳過敏的家族史，有的病人常伴有甲狀腺疾病，其血液中可測出幾種自身抗體。所以此病或有自身免疫因素，且用腎上腺皮質激素有一定療效。其他因素還有內分泌障礙、腸道寄生蟲感染等。



What we need is COFFEE!

Chan David Yuen Chung (M10)

Medical students always say they don't have enough time for their studies, and taking coffee might seem to be a great idea. Coffee keeps you up, so to understand the power of coffee, let us look at the active ingredient of coffee: caffeine. Caffeine is a mild stimulant, raising norepinephrine and dopamine release and stimulating the neural activity. Quoted from pharmacology textbook, "...many of caffeine's effects are believed to occur by means of competitive antagonism at adenosine receptors."

Does coffee actually keep us awake? Right, you might think this question is really trivial, well, beware of the logic trap, and as you get into the medical school, you must have aware that medicine ought not to be empirical. We want evidence-based medicine! So, how can we test if coffee actually keeps us awake? Measuring the level of attention might be a good idea. People have been using driving simulation models to test the effects of alcohol on drivers' level of attention. Wait a minute, you should now realize a problem, is that the level of attention for driving is different from that for attending lectures! Driving model is testing your reaction attention, and what we want to test is the attention for information processing and understanding!

We should now rephrase the question with measurable variables. The quality and quantity of coffee should be uniform, and we should test with coffee's active ingredient, caffeine. As for waking you up, why don't we measure sportsman's performance, for example cycling, with the level of caffeine intake? Cycling is a sports that requires not only strength and energy, but also high level of attention and strategic performance. The sportsmen compete as individuals and the performance can measured quantitatively. So, the question now we are asking is, "the correlation between the level of caffeine and physical performance."

The result is significant. Bell (2001) study showed caffeine (5mg/kg) improve performance in a high intensity cycling test. There are also a number of studies showing that caffeine ingestion has beneficial effects on high intensity exercise, such as the Wiles 1992 study on a 1500m run, the Anselme 1992 on anaerobic power on cycling test, the Collomp 1992 on a swimming test 200m (with 250mg of caffeine).

In these studies, not only performance is shown to be improved by the ingestion of caffeine, but more importantly, there is a reduction in the

sensation of fatigue.

Well then, drinking coffee sounds good. However, don't drink it too much. According to textbooks, "...tolerance occurs rapidly to the stimulating effects of caffeine, thus a mild withdrawal syndrome has been produced in controlled studies by abrupt cessation of as little as one to two cups of coffee per day. Caffeine withdrawal consists of feelings of fatigue and sedation. With higher doses, headaches and nausea have been reported during withdrawal (Silverman et al., 1992).” But don't worry too much, though there is a withdrawal syndrome, few caffeine users report loss of control of caffeine intake if desired (Dews et al., 1999). Thus, caffeine is not listed in the category of addicting stimulants (American Psychiatric Association, 1994).

Enjoy your coffee! ☕





快活不知時日過，短短兩個星期（4/6至18/6/06）的清華大學醫學院交流拜訪很快地就結束了。感想多不勝數，雖然旅程的安排未算是完美，但總結來說這旅程可算是挺滿意的。我不會把整個旅程一五一十地告訴你們；反之，我會將這旅程稍為特別的地方與大家分享。

得著

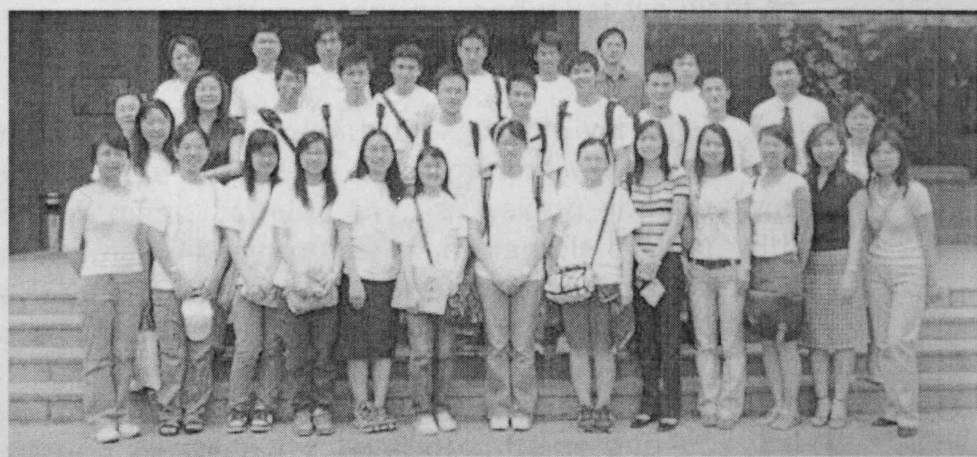
1. 體會到中國傳統文化精神與現代國內醫學的發達之處：

→ 經過這次旅程，我領略到中華文化的博大精深之處：從觀看升旗、遊覽故宮、長城、十三陵等等的名勝學會到悠久的中國歷史；從一些教授的講課（譬如說「中醫養生文化」）亦能讓我們進一步了解中國醫學注重預防疾病和養生之道。除此之外，我們亦有機會到北京當地的解放軍總醫院見習四天，從中得悉內地醫院的醫療制度、內地醫生的診斷、問診方法、以及內地醫院完善先進的醫療設備（尤其是那個酒店級的健賓樓和那個設置在地下，像醫院中秘密基地的放射科！）。我亦十分佩服當地醫生的專業以及大膽假設，小心求證的精神。



2. 擴闊個人的視野和社交圈子：

→ 在這旅程中，與我們交流的大多是來自清華大學現讀生物工程、生物科學和醫學的學生，一些甚至是醫學的碩士生，還有一些是來自中國其他大學的醫學生。透過與他們的談話，我得知原來在內地讀醫部



和我們一樣是要用五年的，如果要讀到博士級，更要另花上三年的時間。另外，通常在清華大學畢業的醫學生都不會在醫院看症的，因為他們大多數會被世界各地的一流大學以高薪及福利吸引去做研究，只有內地的其他醫學大學的畢業生會擔任在醫院看診的角色。此外，我亦非常讚嘆清華大學學生力求上進、以及對我們熱切招待和好客的精神。他們除了上課認真之外，還積極發問及運用各種中英文的參考書以幫助了解導師的講課。在我們與各大學醫科生聯誼的一晚中，他們更悉心安排了精彩的舞蹈及色土風表演和自己拍了一個講述女同性戀的故事短劇來招待我們；相反，我們只能即興地派出了幾個「歌神」來唱個卡拉ok來「撐場」，當時我真的有點兒過意不去。不過，這次旅程我們認識的朋友絕不會因這次旅程的完結而中斷，我們應該會繼續保持聯絡的。

3. 增進使用普通話的能力和信心：

→ 當然，不可不提的是我的普通話水平在我每天不停的聆聽和對話的鍛鍊下實在提高了不少，尤其是在那短短兩堂普通話老師精彩的教授和糾正下，我對普通話和簡化字有了更進一步的認識和了解，而且我對學習普通話的興趣比以前更大，相信終有一日我能像北方人一樣，說出一口流利標準的普通話。

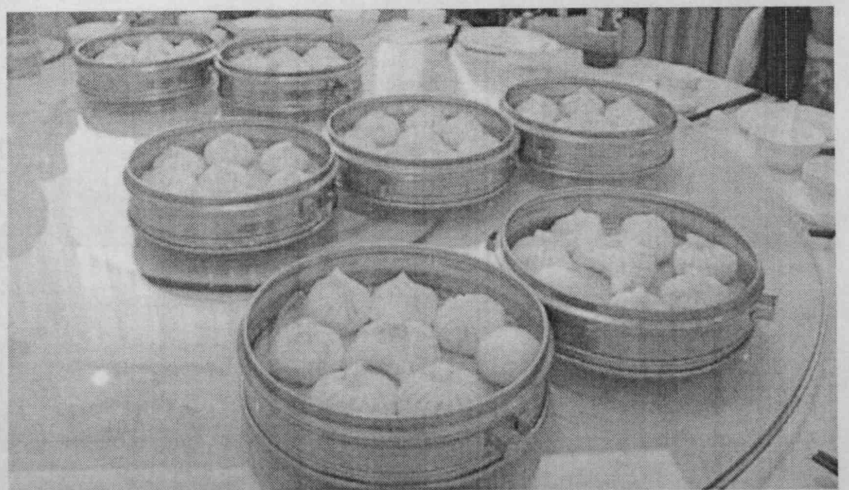
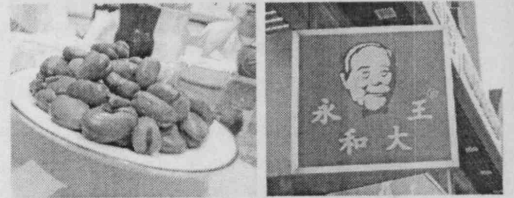


旅程中印象較為深刻的事

1. 我們精彩的普通話課：

→ 我們的普通話老師（趙老師）很有趣。他初來時已經給了我們兩位的year3學生「屈了機」。他要求我們用普通話說出自己的名字，其中一位year3說了lun（二聲），他卻說他說了long（二聲）；另外一位year3更慘，明明已經刻意清楚地說了liang（二聲），他卻說聽到了yang（二聲），我們十分同情這兩位同學的「不幸」呢！不過，他對我們的發音的要求十分嚴格，只要我們說得有絲毫的不準確，他的反應便會很快很大，立刻指著該學生要求再說幾遍。在這方面我覺得他教得很好。此外，我們還將「謝謝您」變成我們的口頭禪，不論在購物、在餐店飲食抑或是問路的場合，我們都濫用了這個「您」字，使得很多與

我們談過話的北京人都對我們情不自禁地笑出來。



2. 每天都品嚐到新奇而便宜的食品：

→ 從旅程第一日至最尾一日，我們每天都嚐到了新的食物：清華大學的多間的食堂（有好有壞）、五道口和王府井各式各樣地道與其他風味的美食（譬如有「超抵食」的永和大王的小籠包、韓式菜、日本菜、煎餅、大大串的串燒、擔擔麵、餃子、茴香豆、天津狗不理包子、麻花、還有很多很多……但是亦有我們不太喜歡的爆肚（羊內臟）和耳朵眼（很油膩的炸物））、和不可不提的是十分著名的全聚德北京烤鴨（我已經總共在三間不同的名店品嚐過北京烤鴨了，最好的當然是全聚德的烤鴨，不肥不膩！）。

3. 北京人的好與壞：

→ 北京人比我心目中較為有禮貌，但是他們蹲下的動作仍是隨處可見，不過他們大多數都樂於幫助別人和有好客的精神；北京的地方，尤其是廁所亦比我想像中乾淨清潔（這可能是北京政府為了準備零八年奧運而改善人民德育教育和公共衛生）。但是北京人亦有壞的一面，我朋友乘出租車的時候連續被「兜路」幾次，車費最高貴了十多元，那些司機還扮作很好客一樣呢，說什麼我們清華大學的學生很能幹，以減低我們的戒心。

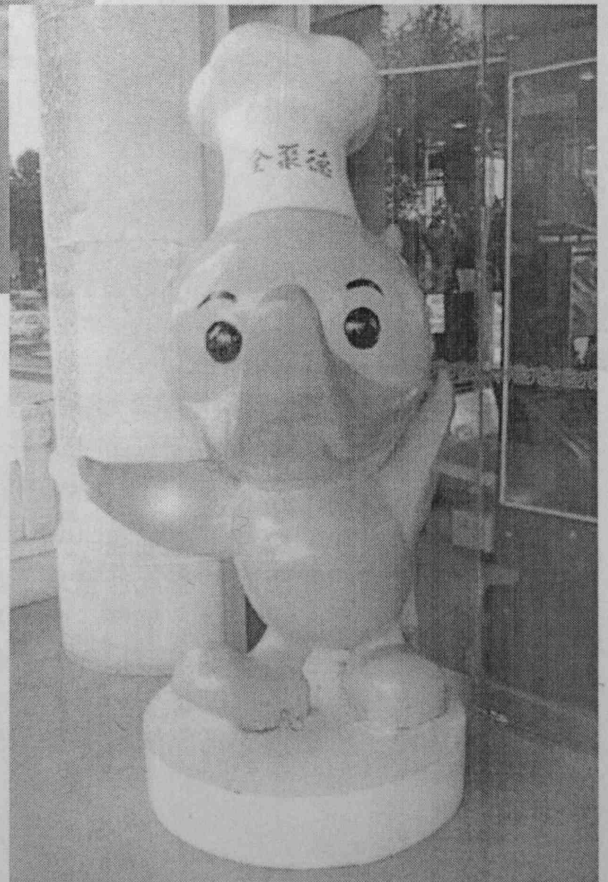
4. 我們組裏幾位「鬼馬」的同學：（不便提供名字及年級）

→ 其中一名男的經常說笑，常對清華的學生說什麼自己是什麼學界猜拳冠軍（因為有時我們如果猜輸了便要吃一些剩下吃不下的食物），自己的爸媽是印度人和非洲人等等，看似很無聊但能搞好談話的氣氛，這位男的講價技巧也是一流呢，明明是75元的紀念品（在長城買的）被他最後以25元的超低價買入，那份的滿意感實在是難以形容；亦有一位女同學竟然能記得很多很多不同的IQ題和笑話，使得整個團都能打成一片，並打破了我們級與級之間的隔膜（其實有時year3的學生比我們還要玩得呢！）。在此，我十分感激這兩位同學的貢獻和主動，為我們的旅程增添了不少色彩。不過，清華大學的同學亦不甘示弱，在勸我們把聯誼會剩下的可樂帶走說笑地說可樂是可以壯陽的，清華男學生每天不是讀書便是喝可樂，但最終他以這個理由自己取了，之後我還說「矣！你不夠囉！」。

總結來說，我們在這次旅程中見識到很多新的事物，認識到很多新的朋友，亦拍了總共幾千張的相片，可以用兩個字來總括整個旅程：



難忘！



上海中醫交流之旅

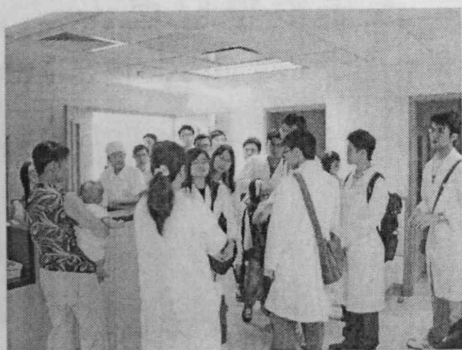
周哲光 (M10)

要成為一名好的西醫，除了要明瞭西方醫學的各樣知識外，對中醫以至其他療法也應有基本的概念。特別是因為中醫正逐漸受大眾所重視，中西醫的結合是大勢所趨，我們更不可以對中醫理論不聞不問。是次上海中醫交流之旅，正好開啟了我對祖國醫術認識的大門。現在，讓我總結一下我們十八位一年級和二年級的醫學生在上海的愉快經歷吧！



學習內容

中醫其實也和西醫一樣，分開不同的專科，例如中藥學，推拿學，針灸學等。上海交通大學醫學院為了讓我們更深入認識中醫博大精深的理論，除了安排教授講課外，更安排我們到醫院實習，了解中醫在臨床上的應用。中藥課讓我們了解到中醫所講的寒涼溫熱，以及中藥在治療及預防疾病中的功用。針灸學方面，則介紹了身體不同的經絡系統；在實習課裡，更有機會讓同學親身體驗針灸和拔罐的滋味呢！



此外，我們亦參觀了當地的社區醫療系統。跟香港不同的是，上海在不同小區設立了很多小型診療所，負責小區內市民的健康，例如定期為他們作身體檢查，以及宣傳預防疾病的信息等。

除了學習中醫外，我們亦有機會學習中國武術。在武術老師的悉心指導下，我們基本上都能耍出一套少林拳法和劍法，從而體驗中國武術著重剛柔並重的精神。



學生交流

學校除了安排中醫學習課程外，還安排了幾位當地的醫學生與我們交流。我們彼此交流了兩地醫科課程的不同之處，也不忘談到上海的旅遊心得；後來他們更當小導遊，主動帶我們四圍觀光呢！



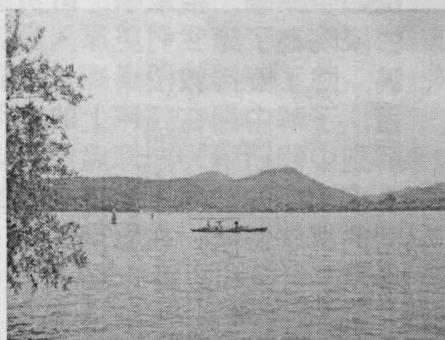
上海觀光

除了學習，當然少不了四處觀光！以下便是其中一些我們遊覽過的地方：



←外灘

杭州西湖 →



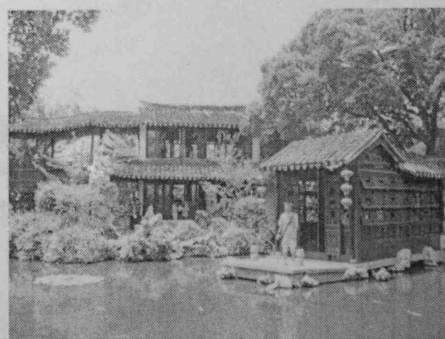
←豫園

朱家角 →



←蘇州

同里 →



小魚兒成長實錄

無聊人

小魚兒終於成長了，可以游到大海去。

他滿心歡喜，覺得自己獲得了自由，可以到外面世界闖一番大事業。

在浩瀚的大海中，小魚兒遇到了很多新鮮事物，覺得很興奮，什麼事也想嘗試，他放了很多時間在這些新奇事物上，休息的時間便相對減少；同時，因為他離開了原來生活的魚塘，就得重新認識新朋友，而他所遇到的海洋生物，又與他有著截然不同的背景，慢熱、不大懂得與其他生物相處的小魚兒實在不知道該到哪裡找知心好友；其他生物都比小魚兒強，但他卻不願意接受這個事實，總覺得他們有著不可告人的秘密以保護自己，他覺得其他生物都帶著假面具，更不想和他們接觸。

小魚兒覺得壓力很大，周圍都是勁敵，他不懂得亦不想去面對現實，便經常躲在珊瑚礁後，獨個兒躲在那裡。他覺得生活很乏味，開始厭倦起來，如果可以的話，他真想回老家度假、休息……

於是，小魚兒趁著寒假回到了故鄉。在這裡，他重獲父母親的照顧，感受到孩童時期的幸福；他與故友再次見面，覺得既熟悉而又陌生，畢竟大家在不同的環境生活了一段日子，經歷有所分別，共同話題也就少了，他們對大海的認識不多，小魚兒知道他們不會明白他在那裡所遇到的難處，但有時無聲勝有聲，只要能 and 故友在一起，或者只是他們一句簡簡單單的關心話，都足以令小魚兒暖在心頭了。小魚兒懷念故

鄉的一切，是多麼親切熟悉的一切，陪伴他度過了
不少歲月，埋藏著喜和悲的經歷……

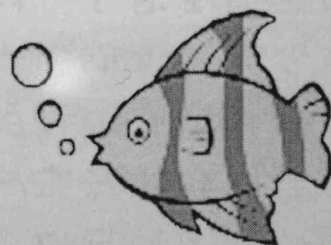
但小魚兒知道自己不能整輩子待在這裡，因為上
天早已給予他偉大的使命，他必須跟從，絕不能退
縮！他必須克服一切困難，超越一切障礙，在大海中
真正成長，達成上天給他的旨意！他終於回復了鬥
志，再次躊躇滿志地游到大海中。他找到了人生目
標，同時學會放下對其他生物的偏見，和他們交心相
處，不再勉強自己做不想做的事，從此他喜悅地過生
活，做回真正的自己。

現在，他喜歡大海，喜歡挑戰，轉眼間，壓力變
成了原動力，驅使他努力工作，每天都在超越昨天的
自己。他明白「一山還有一山高」，根本無需要和其
他生物比較，每種生物都有各自的長處，只要今天的
自己比昨天的自己強，就已經足夠了。

今天的工作，就當今天完成；至於明天的挑戰，
就留待明天才憂慮吧！

小魚兒熱愛大海中美好的生活，並正期待著故鄉
的朋友們盡快游到大海，一同過日子。

註：這是一個十分無聊的故事，只因作者仍然停留在「思想幼稚」
的階段，敬請莫怪。

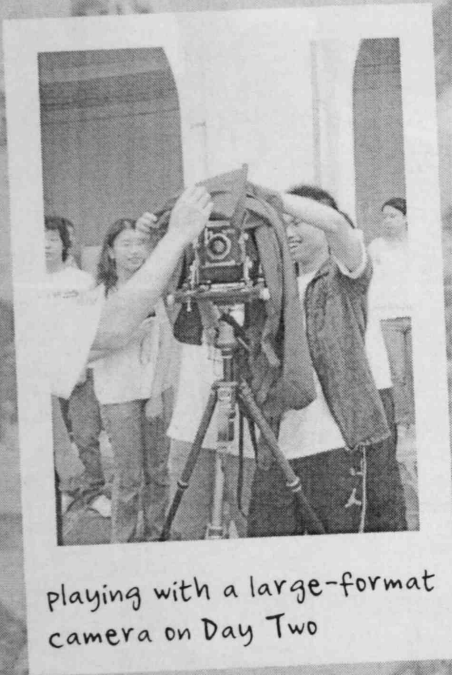


ALBUM OF AN SSM

Denise Chan (M10)

Every medical student looks forward to special study modules...in other words, that happy time at the end of the year when you can take any course you like and call it a class.

This year I picked Photography and Exploration. Here are the happy results.



playing with a large-format camera on Day Two



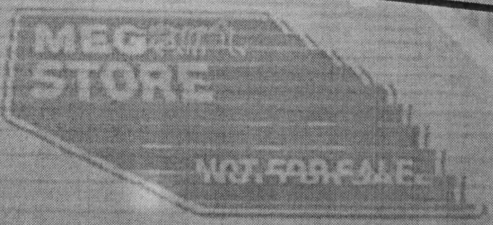
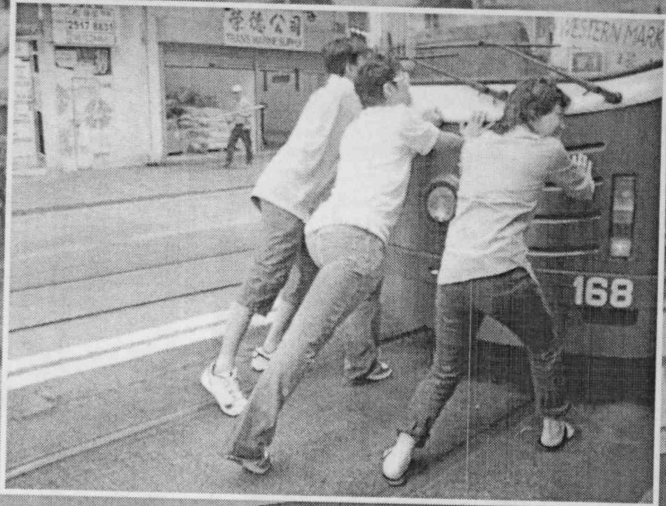
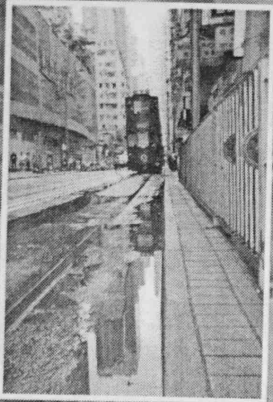
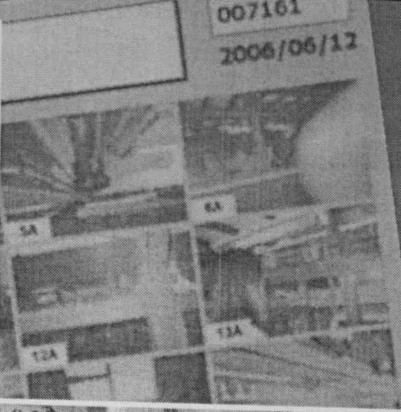
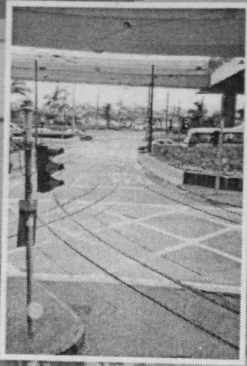
危坐醫學生



頹廢三兄弟



007161
2006/06/17



商場時代的繁華與熱鬧



新手醫生 - 傷風怎樣醫？

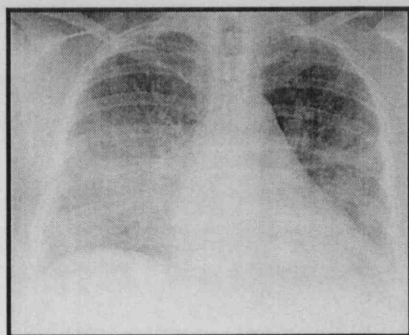
一位醫生新掛牌不久，一個患重傷風的人走來求醫。

病人：「醫生，請替我治好這討厭的傷風吧。」

醫生：「你回去先洗一個澡，然後赤身不要抹幹，站在窗前去吹風……」

病人：「這怎能醫治重傷風呢？」

醫生：「但我知道這樣一定能使你的傷風變成肺炎，而我對於醫治肺炎向來是最拿手的。」



心病難醫

有個精神病人多年來總說他胃裏有個啤酒瓶。

當他患盲腸炎要到醫院開刀時，外科醫生和精神病醫生商議，借此機會消除他這個怪的幻想。

病人慢慢蘇醒過來，醫生高舉一個啤酒瓶說：「我們總算把它拿出來了。」

「你們拿錯了，」病人尖聲喊叫，「我肚子裏的啤酒瓶不是這個牌子的。」



盲腸的功用

有個人得了盲腸炎，但無論如何也不願開刀。

家人強行把他送到醫生那裏，他在痛苦掙扎中還不斷嚷嚷：「上帝既然把盲腸賜給人，那就一定是有用的……」

醫生說：「當然有用，要是人類沒有那討厭的盲腸炎，我靠什麼買汽車，送女兒到國外留學？」



特殊用藥

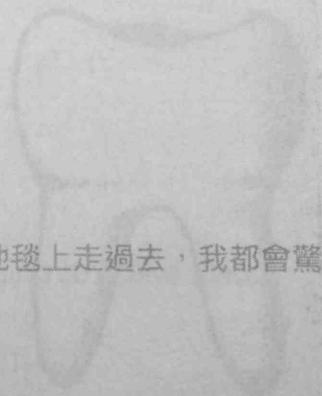
一個人對藥房裏的藥劑師說：

「我失眠得太厲害了。家裏的那只小貓在地毯上走過去，我都會驚醒。」

藥劑師飛快地拿出一包藥粉，遞給他。

他忙問：「這藥有效嗎？」

藥劑師極其自信。「沒問題。」



又睡不著了

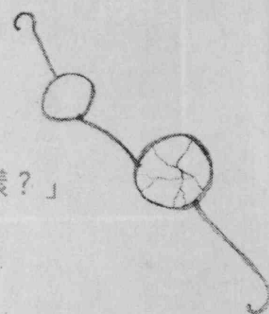
「那我一天吃幾次？」
藥劑師反而急了：「你可千萬不能吃，給你的貓吃一次就解決問題了。」

病人對醫生訴說著睡不著覺的苦惱。
醫生見數種藥方均無效，只得又教以原始的療法：「你堅持數數，一直數到3000，過幾天再來找我。」
下次見面，病人仍愁容滿面，精神不振。
「醫生，我依然睡不著啊。我按您說的，堅持數數，數到1786時，實在困得不行了，就喝了杯咖啡提提神，這才數到3000。但這一來，我又睡不著了。」

Source: <http://www.westmm.com/changshi/xiaohua02.htm>

到底誰神經？

有一位神經病院的醫生問患者：
「如果我把你的一隻耳朵割掉...你會怎麼樣？」
患者：「那我會聽不到...」
醫生：「.....嗯嗯.....很正常.....那...如果我把你另一隻耳朵也割掉...你會怎麼樣？」
患者：「那我會看不到....」
醫生開始緊張了.....「怎麼會看不到咧...？」
患者：「因為眼鏡會掉下來.....」



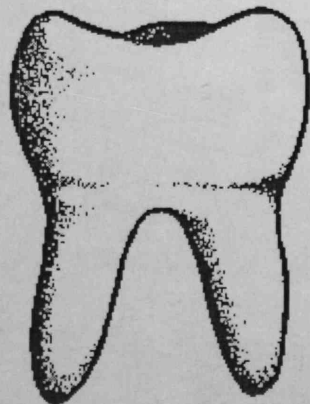
專科醫生的專業

一位牙科醫生，第一次給病人拔牙時，非常緊他剛把牙齒拔下來，不料手一抖，沒有夾住，牙齒掉進了病人的喉嚨。

「非常抱歉」，醫生說，「你的病已不在我的職責範圍之內，你應該去找喉科醫生。」

當病人找到喉科醫生時，他的牙齒掉得更深了。喉科醫生給病人做了檢查。

「非常抱歉」，醫生說，「你的病已不在我的職責範圍之內了，你應該去找胃病專家。」



胃病專家用X光為病人檢查後說：
「非常抱歉，牙齒已掉到你的腸子裏了，你應該去找腸病專家。」

腸病專家同樣做了X光檢查後說：
「非常抱歉，牙齒不在腸子裏，它肯定掉到更深的地方了，你應該去找肛腸科專家。」

最後，病人趴在肛腸科醫生的檢查臺上，擺出一個屁股朝天的姿勢，醫生用內窺鏡檢查一番，然後吃驚地叫道：
「天哪！你這裏長了顆牙齒，應該去找牙科醫生。」

Thank you for taking the time to read Caduceus!

Please take a few minutes to copy this questionnaire into a blank email and return it to caduceus06@gmail.com to help us improve.

1 = strongly disagree

2 = disagree

3 = somewhat agree

4 = agree

5 = strongly agree

1. This issue of Caduceus was entertaining. ()
2. I was inspired by some of the articles. ()
3. I learnt something new from this issue. ()
4. I am looking forward to the next issue. ()
5. The layout and format of this issue was easy to read. ()
6. The choice of interviewee was suitable. ()

How did you find out about the July issue of Caduceus?

Please suggest how this issue did not meet your expectations and how we could improve.

Thank you for completing the evaluation questionnaire and helping to make Caduceus the best it can be!



Caduceus Editorial Board
MS, HKUSU
Session 2006