

從奧運看新中國67年的體育成就經濟成就

文滿林副會長

吸引世界數十億觀眾眼球的二零一六年巴西里約奧運會終於閉幕了。中國代表團在今屆奧運會共取得二十六面金牌，十八面銀牌，二十六面銅牌，共得獎牌七十面。金牌榜名列第三，獎牌榜數字則名列第二。這是自二零零四年雅典奧運會以來，首次跌出前二名。取得的金牌也比上三屆少了多面。其中有幾項比賽估計可以贏取金牌都因“失準”而落空。如體操項目，若能贏取一至兩面金牌，就可超越英國，保持“老二”地位。但無論如何，自一九八四年中國第一次參加奧運會比賽以來，一直都能名列前四名位置。成為世界體育強國之列。

從奧林匹克世運會所見，確實令中國人感慨良多。在六十七年前，即新中國還未誕生之前，民國政府也曾選派運動員代表中國參加奧運會比賽，結果都是“零雞蛋”而回。故被外國人譏笑中國人是“東亞病夫”。這是何等的恥辱。“病夫”者即是港人所說的“病君”也。體育而是，國勢何嘗不是積弱一沉不起？！也是“病君”矣。

自一九四九年新中國成立之後，尤其在上世紀八十年代奧委會恢復新中國奧委會成員國資格，一九八四年中國首次派出代表團參加美國洛杉磯奧運會比賽，就取得十五面金牌，名列金牌榜第四名。令世人眼前一亮。自此，中國人參加奧運會比賽“零雞蛋”的時代從此消失。經過三十多年八屆奧運會比賽，中國代表選手所贏取的獎牌和金牌一次比一次多，一直保持獎牌榜前四位，甚至前二位。由“零雞蛋”躍升成為世界體育強國。只是經歷六十七年時間。六十七年在人類歷史長河只是一瞬間而已。

有人說，對於新中國參加奧運所取得的金牌獎牌的成績，作出攻擊、污衊和詆毀，說三道四。形容中國選手是拿著泥巴的雙手打破世界舉重記錄的。甚至磨破屁股而取得的。姑勿論這些是真是假。全靠苦幹、實幹加硬幹贏取獎牌。這種

說法只是對一半。最重要的，是國家各種發展的實力不斷進步，人民的精神面貌，以及科研和技術的不斷改進、環境、衛生和醫學不斷改善。贏取奧運會一面獎牌金牌的背後反映很多因素。故歷屆奧運會贏取金牌獎牌最多的前列位置，都屬西方一些經濟發達的國家。據一些研究組織調查所透露有關資料，培養和訓練一個運動選手有機會贏取獎牌，估計需要以百萬元以上。沒有國家實力和經濟實力作為後盾是達不到這種“金牌”效應的。體育強國必是經濟強國，經濟強國成就體育強國。似乎是一種發展規律的體現。由奧運金牌獎牌成就看新中國發展，更是令人感觸萬分。悲喜交雜。

新中國成立之時，即六十七年前，有兩句話形容中國最為經典的話，就是：“東亞病夫”和“一窮二白”。六十七年後，新中國建國六十七年，這兩句形容中國不堪的恥辱已經成為歷史。體育強國，金牌和獎牌名列奧運獎牌榜最前列改寫“東亞病夫”。而中國的經濟發展和實力，擁有令世界最多外匯儲備的國家，及成為世界出口大國，製造大國，成為世界第二大經濟體，代替了“一窮二白”的辱名。由一窮二白一路成為經濟大國出口大國，世界第二大經濟體。只是經過六十七年的時間。不但令世人驚嘆，更令世人感到不可思議。據早年有則花邊新聞流傳，在美國人口中，平均每個美國人擁有中國製造的皮鞋達二點五對。在今屆巴西奧運會許多運動用品及賽會的許多獎品製成品，據說有八成以上都是中國製造的。由此類推，中國成為世界出口大國製造大國不由你不信，名符其實。

由奧運看新中國。新中國誕生六十七年可謂非凡的六十七年，蓋世的六十七年。待到新中國成立一百周年的時候，可以預計在奧運會贏取金牌和獎牌的成就以及經濟實力相信不會遜色於今日世界最強的美國。超英趕美不是一句被人喻為夢囈的大話。

鼻敏感、哮喘、濕疹為何會同時出現，如何治療？

香港中醫藥管理委員會
註冊中醫師 郭岳峰博士

鼻敏感、過敏性哮喘及濕疹均屬於過敏性疾病，通常相伴而生，中醫認為三種疾病皆由正氣不足所導致。

鼻敏感（過敏性鼻炎）、過敏性哮喘及濕疹是臨床上常見的幾種過敏性疾病。普通百姓可能以為它們是三種毫不相關的疾病。但作為醫生，常常會見到上述兩種或三種情況同時出現的病例，這是為什麼呢？一般來講，鼻敏感和哮喘同時出現比較容易理解，因為兩者同屬呼吸系統病變，「肺開竅於鼻」，引起鼻敏感的病因持續刺激，或鼻敏感反覆發作，並向下呼吸道蔓延的話，有可能會引起哮喘的發作。而濕疹是一種發生於皮膚的病變，似乎與呼吸系統關係不大，其實它們之間亦是有關聯的，因為「肺合皮毛」，即濕疹伴見鼻敏感、濕疹伴發哮喘都是有內在聯繫的，總的來說，上述三種疾病都屬於過敏性疾病，這是三者的共通之處。

過敏性疾病的發生多與患者體質有關，也即是說，患者對於外刺激因素的耐受能力不足，反應過於激烈，因而稱之為「過敏」，即過度敏感之意。中醫認為這種情況屬「正氣不足」，因為「正氣存內，邪不可干；邪之所湊，其氣必虛！」西醫對於上述疾病的治療，一般是以抗過敏藥物加類固醇或加抗生素。效果一般且容易反覆，長期應用還有不同程度的副作用（多毛、滿月臉、水牛背；高血壓、糖尿病、骨質疏鬆症等）。

中醫則認為上述疾病總屬正氣不足之證，主要責之於肺脾氣虛，治療大法應以裨益脾肺，培土生金化痰祛濕為主。可以採用中藥內服、外敷、熏蒸，針灸、拔罐、刮痧等方法綜合治療。療效顯著，且無副作用。



探訪荃威(嘉濤)護老院之改名

關李淑儀

華革社區服務團差不多每月有兩個探訪，華革通訊每兩月一期，每期只刊登兩篇探訪稿，所以半年內就堆積好幾個脫期的稿件，先請各位讀者見諒。

話說今年3月1日下午，我們探訪荃灣嘉濤護老院，這是一所政府甲一級質位的院舍，他們是剛搬到荃威花園，社工說院友全是新來的，大部分身體狀況都不太差。

我們將送贈90件由義工編織的冷帽給參加活動的老人家，感謝梁鎂清和陳杏屏幫手包裝和在每包貼紙寫上編織義工的姓名。有三袋之多啊！麻煩關世豪和歐陽俊德兩位男士代勞搬運。



今次時代曲組有李兆峰、歐陽俊德和黎敏華；粵曲組有梁鎂清、王玲玲、張思情和江玉馨。

社工告知安老院就是在39M荃威花園巴士總站對面惠康超市樓上。當日下午1:45我們在荃灣地鐵站A出口集合，然後前往巴士站乘坐39M巴士。2點左右巴士抵達荃威花園總站，下車即見到惠康超市，大家都很高興的朝著那個方向進發。



社工出來迎接，連聲致歉，她忘記告訴筆者安老院改了名。奇怪啊！此稿執筆時，他們的網頁還是用嘉濤安老院的名稱，是否政府登記未做好？

整個大堂坐滿了長者，義工立刻各就各位，鎂清當司儀介紹歌者和曲目，德哥負責打碟。這次辛苦了他，因為讀碟機和控制器在電視木櫃牆的後邊，每首歌都要來回幾次，看畫面和調校音量。

歌唱完畢，社工說想不到老人家可以坐得那麼久和那麼安靜，平時一個小時內已經走光了，她大讚義工唱得很好，老人家非常高興，所以把他們留住。

