

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
- 林旭華先生
Mr. Peter Lam

出版人 PUBLISHER
黃綺雯 ALICE WONG

編輯部 EDITORIAL
生命力編採委員會 VITALITY EDITORIAL BOARD

市務及廣告 MARKETING & ADVERTISING
余鳳玲 CARMON YU

美術設計 DESIGN
黃振基 ALEX WONG

出版 PUBLISHING
生命力出版有限公司 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。

P.16



P.11



P.14



P.22



P.28

健康潮流 / VITAL TRENDS

- 4 中文大學醫學院趙慧君教授榮獲「中國青年女科學家獎」最新研究突破成功發展血漿DNA測試以掃描癌症
- 6 「愛+人」計劃公布全港住戶追蹤研究結果高血壓控制與康和樂：及早正視 救治萬眾
- 8 香港浸會大學中醫藥學院研究所成為首間可按《香港中藥材標準》提供認可測試的機構

市場資訊 / MARKET UPDATE

- 11 黃大編輯委身推動良心有機食品 豆豆有機蔬果 糧油雜貨

話題 / VITAL TOPIC

- 14 聖誕傳說

山水相逢 / VITAL LEISURE

- 16 通達國際天界的張家界

食療 / FOOD REMINDERS

- 22 好趁冬天吃菠菜 補腎強身話栗子

活動 / VITAL ACTIVITIES

- 26 2012亞太區美容展 參觀者錄得雙位數增長
- 28 香港中文大學醫學院院會健康展覽「腎言」推廣腎臟科及泌尿科健康資訊

特刊 / VITAL ISSUE

- 30 泌尿系統

《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。

驚末日，不如驚地溝油

2012年12月21日，在這個據說是瑪雅曆法中的世界末日，地球會否如常運作？是2012年末的熱門話題。對剛好在這日死亡的生物來說，確然是末日，但對絕大部分人類來說，可能只是徒添一件茶餘飯後的笑話而已。我們無意取笑瑪雅曆法，因為它到底有否如此預言、抑或只是有人借題發揮，只有創造寫曆法者才曉得；我們也不是取笑相信末日的人，因為有始便有終，末日總會來。真正可笑的，是為末日做足準備、儲糧儲水建密室的人，未知他們有否想過，既然末日都來了，還容你生存嗎？做準備來幹啥？

上一次言之鑿鑿、傳媒大書特書的末日預言，是諾斯卓達瑪斯（Michael Nostradamus, 1503-1566）所寫下的「1999年7月，恐怖大王從天而降」，由於諾氏之前的預言曾被認為準確，所以令很多人都不敢忽視，然而至今十多年了，地球依舊運作。至於緊隨其後的千年蟲危機，更多人認為可能引發大災難甚至末日，結果也不用多說了，蟲影也不見，很多提供解決方案的倒藉此發了大財。

12月21日過後，下次再有末日預言彈出，又不知是何時了；其實，從科學角度看，末日會否來臨？首先要定義何謂末日，地球上生物死盡，算是了吧？既然太陽的能量總會熄滅，這日也總會到來吧。但太陽熄滅，遙遠得難以想像，與其關心末日，倒不如關心自己會否猝死來得實際。

在2012年尾，另一條觸目驚心的新聞是「香港也有地溝油」，雖然應只是個別事件，但為免自己的末日提早來臨，各位還是小心為上。在奶粉也可以充滿三聚氰胺的國度，人類未到末日，道德卻早已淪亡。

《生命力》編輯部

2012年12月