

啤酒含哪些養份？

科雲

啤酒是用大麥，啤酒花或摻用部分優質大米釀成的。啤酒的種類很多。根據麥芽汁濃度分，有低、中和高濃度等三種啤酒；根據包裝是否經過殺菌來分，殺菌是停止酵母菌繼續發酵，有鮮啤酒與熟啤酒；根據啤酒的顏色分，又有淡色黃啤酒與濃色黑啤酒之分。

啤酒是酒中含酒精量最少（ 10% ）營養價值較高的飲料。一公升啤酒含固形物 30 克，其中氮化物佔 5 克，還有醱類、酒花浸出物、甘油、酵素與磷酸鹽等無機物。另外有維生素 4 和少量三羧酸、多生酸、葉酸、烟酸、醯胺等。與葡萄酒比較，啤酒中含固形物及氮化物比葡萄酒多 10 倍，醱量多 3 倍，而酸及乙醇少 10 倍。啤酒中含酒花的 α -樹脂有極強的防腐殺菌力，可殺死葡萄球菌、結核杆菌等。啤酒對治療高血壓、心臟病、腸胃病與神經衰弱方面，也有一定作用。又因其含有微量的酒精與鉀離子，故有利尿作用，增加鹽的排泄，保持人體鹽量平衡。

和消除肌肉疲勞
L.K.H.

鬼剃頭 是怎麼回事？

科雲

鬼剃頭是一種常見的脫髮病。這種病常在不知不覺中忽然脫掉一撮髮。開始的時候只有相當於一分硬幣大小的圓形禿斑，散着發生或者融合成片。這病在醫學上叫做圓形脫髮或斑狀脫髮。

圓形脫髮到底是怎麼回事呢？據觀察及研究，發現脫髮區的頭皮較有髮區光澤滑潤，看不到髮根。這就證明毛發是自然脫落的，脫落的毛髮根與健康毛髮根不同。在顯微鏡下觀察，健康的髮根有一個白珠似的透明球狀物，這就是毛球；自行脫落的毛髮毛球發育不正常，並伴有萎縮狀況。毛球又是怎樣萎縮的呢？原來皮膚中有許多通往毛囊的血管，在毛球底下也有由毛細血管組成的毛乳頭，供給毛球所需的營養。由於毛球的血管神經受到影響，所以就萎縮了。根據研究，精神緊張，支配內臟傳出的神經機能異常，情緒急躁，不安等都可以影響毛球的血管神經，以致使毛球部分的營養受到影響，而引起脫髮。一般圓形

脫髮患者，發病前都有精神不安，情緒急躁症狀，也有因緊張，焦慮，懨懨等原因發生脫髮的。總之，圓形脫髮不祇是局部頭發區域的毛病，而且是精神因素影響頭皮局部血管神經的正常功能，使局部區域的毛囊和頭受到暫時的營養障礙，停止發育而脫落。

圓形脫髮的治療是比較容易的，輕患者甚至不用治療也可以痊癒。這種病早發現早治療恢復也較快，一般病程在2-6個月內頭發可以再生。經醫生確診處方，可內服溴劑，冬眠靈等，還可採用帶有刺激性的2%柳酸酒精或升汞酒精等塗擦。民間也有用生姜塗擦的，方法是每日用生姜或鮮姜塗擦禿發區1至2次，每次用塗擦2-3分鐘直到有輕微刺痛時為止。這樣連擦5-6日休息一日，直到頭發再生。

LKH
LKH