

# 全國慢性乙肝三分一華裔

## 8專家講肝病防治引千人到場

【明報專訊】加拿大肝臟基金會昨日舉辦「肝病有得醫」免費講座，邀請8位肝病專科醫生和註冊營養師出席演講，吸引過千名市民參與，當中大部分為華裔長者。另外，全國慢性乙肝患者中，有三分之一為華裔。基金會主席何仲偉醫生表示，華人移居加拿大等西方國家後，飲食和運動習慣亦隨之改變，令患上脂肪肝的機會大增。他呼籲華人要注意飲食和多做運動，預防勝於治療。



出席講座的市民坐滿會場。

(伍禮婷攝)

由於華裔患上乙型肝炎的機會率較高，加拿大肝臟基金會推算，全國慢性乙肝患者中，有三分之一為華裔，臨牀統計亦顯示，在華裔社區93%的肝癌是由乙肝引起的，故講座特多華裔出席。

講座分為多個環節，包括講解乙型及丙型肝炎、肝臟移植、脂肪肝、放射性治療、肝病飲食指南等，多位專家亦在現場解答參加者的疑問。講座吸引過千名市民出席，當中絕大部分為華裔長者。有參加者表示自己曾患丙型肝炎，經治療後已經痊癒，因此十分關注肝病的知識，於是與丈夫一起參加講座。

免費講座以英語進行，主辦方準備了500多部無線耳筒翻譯機，為出席的華裔市民提供國粵語

即時傳譯。另外，加拿大肝臟基金會也設攤位出售「肝病飲食指南」小冊，為基金會籌募經費。

基金會主席何仲偉醫生對講座能吸引大批市民參加感到高興。他指出科技日新月異，有關肝病的趨勢和數據亦不斷改變，所以有必要每年舉辦一次講座，向市民灌輸最新的醫學知識。他引述最新的醫學數據，指在本國每4人中就有1人可能受肝病影響，較之前的10人才有1人大增。

何醫生又指出，乙型肝炎和脂肪肝都是華裔較

常見的肝臟疾病，這與華人的生活習慣息息相關。何醫生指華人傳統飲食文化尚算健康，但移居西方國家之後，飲食習慣跟隨當地文化改變，脂肪攝入量增加，加上大部分人以車代步，運動量大減，令患上脂肪肝的機會大增。何醫生笑說，加拿大人的習慣就是連停車也要選一個最近門口的位置，要他們多點走動也很困難。

何醫生說，脂肪肝患者只要及時治療，多做運動，改善飲食習慣，約一至兩年病情便可改善。



主辦方派發無線耳筒翻譯機，提供國粵語傳譯。(伍禮婷攝)



葉洪濤(左一)表示，溫哥華中國文化中心的宗旨為「以美的形式講述中國故事」。(陳威麟攝)

# 中國文化中心列市開幕

## 宏揚中國文藝 三級政要出席

【明報專訊】位於列治文的溫哥華中國文化中心昨日舉辦開幕慶典，三級政要及過百名社區人士一同出席，該中心希望促進文化交流，並讓移民海外的華裔及其下一代記得中國文化之美。

溫哥華中國文化中心位於列治文阿克來路(Ackroyd Rd.) 8171號的商業區內，中心行政總裁葉洪濤表示，該中心籌備耗時近年，主要宗旨為「以美的形式講述中國故事」。中心內有展示中國藝術品、京劇戲袍、揚琴及古箏等民族樂器，希望能讓華裔移民的下一代，了解中國文化及藝術之博大精深，繼續將文藝發揚光大。

多位三級政要亦出席昨日的開幕典禮，包括

中國駐溫哥華總領事劉菲、國會議員黃陳小萍、蘇立道(Joe Peschisolido)、卑詩省國際貿易亞太策略及多元文化廳長屈潔冰、省議員李燦明、葉志明、列治文市議員區澤光、本那比市議員王白進等人。

黃陳小萍指出，溫哥華中國文化中心的開幕意義非凡，她期望該中心能將中國文化發揚光大。

屈潔冰說，卑詩省華裔居民的地位重要，她相信溫哥華中國文化中心開業後能對推廣多元文化有所幫助。

區澤光則指出，溫哥華中國文化中心早前舉辦書畫展時，同時替列治文打響名號，他對該中心的開業表示肯定及興奮。



### 溫哥華圖書館開電腦班

【明報專訊】溫哥華公共圖書館舉辦國語電腦班，不僅可以在線閱讀中文報紙、雜誌，而且不管目前的英語程度是初級、中級還是高級，都能夠找到合適的數據庫自學提高，還有許多意想不到的電子寶庫供免費使用，譬如學習熱門辦公軟件、大學入學準備及職場預備等。

開課日期定於4月14日(星期四)晚上6時半至8時在中央圖書館七樓電腦培訓室。

### 吳門畫會文化中心畫展

【明報專訊】大溫哥華中華文化中心與吳門畫會合辦畫展，日期定於4月16日至24日，周二至周日上午10時至下午5時開放，免費參觀，隨緣樂助。查詢：604-658-8880。吳門畫會聯繫電話：604-322-6829。

### 高貴林圖書館防癌講座

【明報專訊】為提高本地華人對防癌和定期檢查的認識，加拿大防癌協會及高貴林公共圖書館聯辦免費「如何預防癌症」國語講座，探討如何從日常生活習慣減低患癌的風險，講座內容包括日常飲食和運動、煙草和酒精、環境因素及癌症檢查等。

日期定於4月27日(星期日)上午11時至下午12時30分。座位有限，必須報名。查詢可致電 Shirley, 604 554-7345。

### 香港護士協會聚餐

【明報專訊】卑詩省香港護士協會聚餐晚會於4月15日(星期五)舉行，地點：溫哥華紅日酒家，查詢：604-324-5176 賴明德(Ernest Lai)。

### 大溫地區天氣預測

今天	4/11 (一)	4/12 (二)	4/13 (三)
晴間雲 8-16°C	晴間雲 9-14°C	雨 7-12°C	雨 7-13°C

### 世界部分城市天氣預測

	溫度(°C)	概況
卡加利	-2 - 12	晴間雲
愛蒙頓	-2 - 6	晴間雲
溫尼辟	-8 - 0	雪雨
多倫多	-1 - 1	下午雪
渥太華	-3 - 3	晴
滿地可	-2 - 2	晴
三藩市	11 - 16	上午雨
洛杉磯	12 - 18	晴間雲
紐約	6 - 10	晴
香港	10 - 26	雷暴
台北	19 - 22	雨
北京	7 - 18	晴間雲
上海	13 - 18	晴間雲
廣州	21 - 26	雷暴
新加坡	27 - 34	雷暴
東京	5 - 14	晴間雲
悉尼	17 - 24	晴
倫敦	9 - 14	雲

**649** 4月9日 星期六 中獎號碼

12 29 34 44 47 49 37

百萬大獎號碼 **71383633-03** 特別號碼

幸運實號碼 **3 39 42 82**

**BC-49** 特別號碼

4 12 35 39 43 47 37

中獎號碼以彩票局正式紀錄為準  
查詢可瀏覽彩票局網頁: [www.bclc.com](http://www.bclc.com)

總店: 6600 No. 3 Road, Richmond (Richmond Centre, Tim Hortons 正對面) 604-270-7831, 604-270-7851  
分店: #110-8231 Cambie Road, Richmond (T & T 大統華超市旁) 604-270-1838, 604-279-1864  
分店: #101-2048 West 41st., Ave. Vancouver (Kerrisdale) 604-261-7838, 604-261-7839  
分店: 4556 Kingsway, Burnaby (Willingdon & McKay 之間) 604-430-5520, 604-430-5590

網址: [www.12baskets.com](http://www.12baskets.com) 營業時間 列治文總店: 9:30AM-6:30PM(七天), 列治文分店: 10:00AM-6:00PM(七天), 溫哥華/本拿比分店: 10:00AM-6:00PM(週一至六, 週日公休)

本公司只售純天然產品(最大 GMP 藥廠)  
快遞包裹, 代為裝箱服務,  
中/港/台郵遞包裹免稅, 快捷又方便

Made in Canada

補虛強精, 體虛神衰, 久咳、痰多, 改善性能力, 促進肝腎功能健康

**冬蟲夏草 菌絲體濃縮精膠囊**  
Cordyceps Formula Extract Softgels  
120 Softgels / 800mg

【概述】冬蟲夏草一向被用來消除疲勞並增進活力。本草綱目拾遺記載, 具補虛強精, 益骨髓, 壯腰力之功效, 對久咳、虛勞咯血、痰多、氣血兩虧、肝脾失調有效。研究顯示, 蟲草含有豐富的蟲草素、核酸、游離脂肪酸、甘露醇、蛋白質, 因此有增強免疫力、體力與性功能的作用。

【功能】對呼吸系統具有清潔氣管清肺, 減少痰產生的作用。有效的解決氣喘、呼吸道不順與帶氣不足的問題。適用症狀: 心肺疾病、體質虛弱容易過敏及慢性支氣管炎毛病。

【成份】每顆濃縮精 Extract 800mg  
蟲草精、西洋參精、毛蕊花精、野櫻桃皮精、牛蒡、北五味子精

Made in Canada

強力保濕、撫平皺紋、美厚唇型、烏黑美髮、祛除疤痕、美肌塑身、關節健康

**第二代 膠原蛋白(骨膠原) + 玻尿酸 錠片**  
Collagen II Plus Hyaluronic Acid Tablets  
120 Tablets / 620mg

【概述】膠原蛋白: 是人體皮膚的一種最重要的蛋白質, 具有很強的伸張能力, 亦是韌帶、肌腱和毛髮的主要成份。膠原蛋白能使皮膚保持彈性, 減少皺紋的形成。

【功能】。減少皺紋; 調整皮膚油脂分泌, 清除不平凹陷的肌膚。  
• 使骨、關節強健, 避免鈣質流失。  
• 使乳房挺拔、豐滿, 使鬆弛的組織緊實、有彈性。

【成份】每顆濃縮精 Extract 620mg  
膠原蛋白 600mg、玻尿酸 10mg、鈣質、玫瑰果實 C

Made in Canada

增強心肌氧氣, 增進活力, 防治心臟病、心絞痛、高血壓、牙周病、祛除黑斑

**天然輔酶Q10 濃縮精膠囊**  
Natural Source Coenzyme Q10 Softgels  
120 Softgels / 100mg

【概述】輔酶 Q10 有助於心肌帶氧量的提升, 預防突發性心臟病, 尤其心肌缺氧(缺血性)。隨著年齡的老化輔酶 Q10 在人體的含量會愈趨下降, 結果使人體細胞, 特別是心臟細胞的代謝功能下降, 因此“老態龍鐘”就顯現出來了。輔酶 Q10 是有效的抗脂質過氧化的物質, 是預防動脈硬化形成最直接的抗氧化成份。它同時能增加老年人的活力。

【功能】運動員、慢性疲勞症候群、免疫力不佳者, 補充輔酶 Q10 將大有裨益。心衰竭、心絞痛、擴張性心肌病變、高血壓、牙周病、牙齦出血較嚴重者, 除了補充維生素 C, 也應多攝入輔酶 Q10。

【成份】每顆濃縮精 Extract 100mg (由茹菌類發酵提取)  
Q10 Coenzyme Q10 (Ubiquinone) 100mg