

# 脊椎出問題，別當骨來醫

李世偉 醫生



脊椎作為支撐性中軸骨骼，支撐及配合整個人體活動，現代人因久坐或不適當運動，對脊椎傷害不小，越來越多人有初級的脊椎或頸椎病痛，困擾不堪。如不重視，長久下來會累積成疾，所以說日常護理並不可小覷。

有病症出現時，多數人以爲是骨骼出事，首先看骨科醫生，後來才發現是脊椎神經出現問題。我的一位病人坐輪椅兩年無法站立，腿腳麻木失去知覺，看過骨科醫生，骨骼並沒有問題，輾轉多間醫院，得到的答案都是一樣。兩年時間，病人都找不到發病原因，而久坐使她肌肉已經出現萎縮，每況日下的身體狀態令她和家人都非常擔心。

公立醫院要排隊，這無可厚非，等待一年後，她終於可接受磁力共振檢查，這次的檢查終於讓病情有了一些突破。這位病人的情況確實複雜，拿到檢查報告也不可輕易下結論，因爲醫學界普遍認爲塔勒夫囊腫不會引致這樣的症狀。於是我查閱好些醫學文獻，發現她的病症與一些外國塔勒

夫囊腫病情相似。塔勒夫囊腫又稱骯管囊腫，硬脊膜憩室或脊神經根袖的病理性膨脹會使骯管囊腫體積的逐漸增大，骯管內的馬尾神經根被壓迫，導致神經根刺激性或損害性症狀。簡單點說，就是脊椎周圍生長了一顆注滿液體的囊腫，囊腫中包圍着很多條神經線，囊腫逐漸增大壓迫到支配下肢的神經線，病人就出現了下肢麻木無法行走的症狀。骯管囊腫的患病機率爲百分之三至五，當中只有百分之一的人有病症。

我建議病人先做一次前期治療，將囊腫液體抽出，看是否有用。抽出骯管囊腫液體後，病人的腳恢復了一些知覺，這使我更加確定病人的病症就來自於骯管囊腫。這情況可以透過手術，將滲出液體的出口堵住，不再有液體壓迫神經。病人的症狀就會好轉。病人同意了手術，手術進行得很順利，術後的一段時間她已經可以借助拐杖慢慢行走。再次見到她時，整個人精神了很多。兩年的病痛折磨使她和她的家人心灰意冷，以爲永遠失去行走能力，復原中的她對生活充滿感激。作爲醫生，見證病人的進步也很感恩，我感恩自己可以成爲一名醫生，幫助更多需要醫治的人。

# 墨西哥城遊記



六月月上旬，我陪同一商務小包團，由上海飛墨西哥城。團員是香港、廣東、浙

江的參展商，因廣東商務廳在墨西哥城舉辦了一個中國輕工業產品展覽會。我們凌晨五時乘墨西哥航空公司客機飛十四點五小時抵達墨城。這是一座位於海拔二千二百五十米左右的高山城市。

由於我團成員乃參展商，參展事務繁重，只能趁開幕前兩天，大家順道參觀欣賞這著名的古老城市。

爲充分利用時間，早上七時抵埗後馬上前往最重要的景點：太陽金字塔，和月亮金字塔。

沿途非常塞車，六十公里用了差不多兩小時才到達。原來墨城是全世界最塞車的城市之一。北京、曼谷、墨城鼎足而三。

我奮勇爬上二百二十五石階的太陽金字塔，高六十四公尺，居高臨下，望向月亮金字塔。據說這兩個建築物，分別建於公元250年和公元450年，是Teotihuacan「特奧蒂瓦坎」文明之代表作。這是一個存在於中美洲公元前200年~公元750年，與瑪雅文化同期的古印第安文化。

這Teotihuacan城，考古學家估計全盛時期是公元600年左右，最高峰嘅人口有十至二十萬。金字塔塔頂，本有神廟，惜已經毀壞，無法確認祭祀的神祀身份。

墨西哥這國家，在一五二〇年之後，西班牙人入侵，受西班牙殖民統治了三百年。一八二一年才獨立，故語言，文化，建築，宗教都極受西班牙影響。

第二天，我們參觀市中心的中央廣場，亦名歷史中心廣場。

最重要的建築物是墨西哥城主教座堂，西班牙人在一五七三年開始興

建，一八一三年才完成。內裏美輪美奐，金碧輝煌，精雕細琢；教堂呈傳統拉丁十字形布局，長一百一十米闊五十四米。兩座鐘樓內有二十口鐘，十六座小禮拜堂，可算是美洲最大和最古老的主教堂。

中央廣場附近還有國家館，國家文化博物館，附近的街道和建築物風格都極富有西班牙色彩，令人流連忘返，遊客必到之旅遊地標。

之後前往矗立於繁華熱鬧的改革大道之獨立紀念碑，柱頂站立包金的自由女神。紀念碑四周乃飲食街，有各種類型的咖啡館、酒吧和餐廳。

最具特色是一些大型麵包超市，內有麵包工場，即做即售。我特意數一數，麵包加蛋餅竟有超過一百種！

該晚晚餐於特色西班牙城堡餐館Torre De Castilla。氣氛極佳，食物精美，有正宗西班牙火腿Jamon，西班牙小食Tapas：橄欖，炸魷魚圈，凍蝦，西班牙海鮮飯，牛扒等等。

配合西班牙開胃水果酒Sangria（紅葡萄酒+水果片+橙汁+冰）和特級龍舌蘭酒Tequila Reserva，色呈琥珀，加上一兩粒冰，內有橡木香，可媲美陳年威士忌！賓客都開懷飽食暢飲，樂不思歸。



▲墨西哥城主教座堂

作者供圖



七月，劍橋，是一首青春懷舊的詩。古老的哥特式教舍瀰漫着中世紀氣息，雄偉的教堂雕塑訴說着歲月故事，縱橫交錯的小巷裏來來往往着各國學子、遊客，一輛輛單車以靜止或流動的姿勢將濃郁的書香味傳遞到劍橋的每個角落。樹木高大，天空深邃，綠草如茵，牛群可見。

我漫步在七月的劍橋，體會着九十多年前康橋的氣息——那時，劍橋被人們普遍譯作康橋。

我來尋找舊日康橋的氣息。從劍橋的其中一所學院Clare College的後門走出來，步行一分鐘，一座彎彎的拱橋現入眼簾。橋邊垂柳依依，波光粼粼的河水上，漂浮着幾隻小船，船上的年輕學生們正在用力地撐着竹篙。這條河便是美麗的康河。

烈日下的康橋再喧鬧，我看到的只有安靜與空曠。我在這安靜與空曠裏，獨自遐想着昔人們的往事，耳邊漸漸飄盪起萬芳清新如蘭的歌聲，她淺吟低唱：「輕輕的我走了／正如我輕輕的來／我輕輕的招手／作別西天的雲彩……」

很多人爲《再別康橋》譜過曲，我聽過各種不同的版本，李健的，林有嘉的，張清芳的，但我最偏愛的還是素有台灣「文藝範鼻祖」之稱的萬芳的版本。她的演唱自然隨性，聲音裏流露出滿滿的青春氣息，一絲憂傷，兩點惆悵，卻又充滿了對未來無限的希望。

康橋的校園裏有好幾座橋，因爲詩歌《再別康橋》的渲染，那些普通的橋們被披上

# 再別康橋

了唯美的藝術面紗。康橋的微風依舊，河畔的金柳依舊，康河的柔波依舊，小船的長篙依舊……只是，那曾經在康橋校園裏談天說地的人兒已經不在。

有人說，校園是孕育愛情的最佳場所，因爲可以浪漫。想想還真是。校園裏可供談情說愛的背景道具真不少：草地、單車、圖書館、階梯教室、林蔭道、小花園……而在劍橋，那一座座彎彎的橋，又平添了一道浪漫，撐着長篙穿橋洞而過，想像着像徐志摩和林徽因在橋頭約會，風含情，水含笑，如果彼時，再有一些詩歌來吟誦助興，那年輕的心兒，怎能不醉了去？

德國詩人荷爾德林曾經說：「人充滿勞績，卻詩意地棲居在大地上。」詩歌與音樂的自然美引發出來的情感都是品味人生樂趣所在。就像這個夏天，當我來到康橋，我想起徐志摩，想起林徽因，想起萬芳《再別康



▲劍橋的康河上總能見到撐船者的身影

資料圖片

# 小鎮訪舊鄰

俗話說，「金鄰居，銀親戚。」好的鄰居比親戚更難得，因爲它並非由血緣按傳統組合，而是兩家人在長期交往中用真摯感情編織的友誼，如金子般閃光、珍貴。

金鄰居可遇不可求。與我們相處近二十年的好鄰居威廉夫婦，先生提早退休後，倆口子搬到離多倫多一個多小時車程的彼得堡（Peterborough）居住。我悵然若失，久久不能忘懷。趁夏日陽光絢麗，約好兒子一家前去探訪敘舊。

車窗外，高速公路兩邊的田園風光一閃而過，而歷歷往事也在記憶的屏幕上不斷湧現。上世紀九十年代中，當我們搬到現址時，兩個中西家庭開始結緣。威廉先生是一家大公司部門主管，太太在家，未有子女。他倆待人開朗親切，酷愛園藝。屋子周圍種滿各式花兒，簡直就像個花園。後面那片偌大草地，修整得連一根雜草都沒有，綠油油像一張柔軟的氈子。我至今喜愛種花養草習慣，就是受他們影響、跟着學來的。

雖然中西文化和習俗差異很大，但只要互相尊重、包容，就能和睦相處，守望相助。他們喜歡寧靜、整潔的環境，重視隱私，我們也努力把房子周圍整理好，保持雅觀，不獲邀從不闖其家門。威廉先生身體強壯，見我這個手無縛雞之力的「文弱書生」剪矮樹或鏟雪，常主動過來幫忙。兩家人很有默契，誰外出旅遊，只要打下招呼，就不必顧慮郵箱裏會塞滿信件和垃圾廣告。

那年我突然莫名其妙得病進了醫院，威廉夫婦幾天不見我們，覺得奇怪。敲門無人應，電話沒人接，有點擔心。仔細觀

察，見深夜窗戶有短暫燈光，才稍爲放心。兩天後，從相向的廚房玻璃窗看到我們身影，威廉太太馬上過來探望。威廉先生下班後也前來慰問，令我感動。

其實，在搬離前兩年，威廉先生已透露了六十歲提早退休的意願，但我不大在意。等到那一天，他們鄭重上門告知已和經紀簽了合約，準備出售房子，並把彼得堡選爲退休後的安居地時，我的心恍似一下子沉下去，不知說什麼才好……彼得堡是一個風景優美的小鎮，只有七萬多居民。由於偎依湖泊，河道縱橫，水運交通方便，曾是加國現代化前熱鬧之地。至今保留有不少原住民景點和加拿大歷史遺跡。鎮內有獨木舟博物館、安省最大滑板公園，還有其他的文化、藝術博物館，檔案館。一間大學，一間專上學院。也許傾慕於環境幽靜，離大都會又不遠，一些世界級大公司把加國總部設在這裏，如美國的通用電器和德國的西門子等。優越的自然環境使彼得堡成爲充滿活力的藝術社區和旅遊勝地。難怪威廉夫婦選擇此爲安享晚年之地。

知道我們要去探親，威廉夫婦非常高興，提早一天從度假屋回家。當車子進入目的地街區，我眼前爲之一亮：一座座造型各異的嶄新大屋，佇立在安靜的街道兩側。各家門前都是綠茸茸的草地和風格不同的花園。鮮花盛開，五彩繽紛，可以想像主人們在風光背後所付出的努力。

大家親熱擁抱問好。因爲是第一次登門拜訪，威廉夫婦按例俗，帶我們屋裏屋外參觀。這是一間有廊廂的闊面平房，雙車房和花園之間鋪着石板，弧形石階通向兩扇印花的玻璃大門。進門右邊是明亮的客廳和餐廳，左邊是衣帽間、衛生間和主人套房。後面是寬敞的開放式廚房和有壁爐的客廳。我發覺大多數傢俬和裝飾品都

陸小鹿

橋》的歌聲，我眼中的康橋，便美好得如同一幅夢中的畫。

徐志摩會說：「我的眼是康橋教我睜的，我的求知欲是康橋給我撥動的，我的自我的意識是康橋給我胚胎的。」當我走在康橋的校園時，就在一遍遍地想，假如時光可以倒流，假如我也可以在康橋的校園裏做一名朝氣學子，假如我能在這裏邂逅志同道合的知音一起聊聊詩歌和音樂，那該有多麼好。

康橋，它是一個夢想的美妙符號，它已不僅僅屬於英國，它是屬於世界的。就像《再別康橋》，它也不僅僅屬於徐志摩，它是屬於我們每一個讀者和每一個聽衆的。

離開康橋的時候，天空飄起細微的雨。我打開手機中萬芳的《再別康橋》，在淡淡不捨的旋律中，悄悄與它告別。悄悄的我走了，正如我悄悄的來，我多想悄悄帶走康橋的一片雲彩，把它懸掛在故鄉的天空。

姚 船

是新的，色調溫柔和諧，既有藝術性又大方得體，看得出他們的精心設計和心思。相對於以前在多倫多，屋裏的擺設更好。

雖然只住兩個人，但地底下一層遷入後也悉心裝修，客房、大廳、酒吧、運動房，一絲不苟布置得很漂亮。從地面廚房的落地玻璃門出去，是新搭建的陽台，一半是玻璃牆圍住的太陽房，另一半鋪着木板，放着一對悠閒躺椅。後園不大。他們請人搬來七、八塊約一米長，半米寬的花崗石擺放在斜坡上，間隙處種上花草，高株矮枝，五顏六色，精緻而渾然一體，極富詩意。

看着眼前一切，我們大爲驚奇和讚嘆。原以爲他們搬到小鎮，住在綠蔭掩映的小屋，過着輕風拂柳般悠閒簡樸的生活，想不到退休後，追求的比在大城市更豐富、更精彩！他們說，現在經常外出旅遊。也許，這就是一般西人的人生觀：到了老年，卸下生活重擔，更要真正快樂地享受人生。按照自己安排的軌道生活，簡直是另一青春的開始。

威廉夫婦爲我們準備了豐盛的午餐，有燒牛肉餅、雞中翼、焗大蝦，乳酪，蔬菜沙律，各式水果，朱古力餅乾，雪糕等等。大家無拘無束地聊着，回憶以前鄰里的趣事，互訴思念之情。威廉先生還問道，你們的新鄰居也是中國人，好嗎？我說，是一個有三代人的家庭，大家見面客氣打招呼，「井水不犯河水」，很不錯。只是他們不喜歡花草，把房子周圍的花園換成水泥磚，又把一棵大樹砍了。威廉太太忙問，後園那片草地呢？想必都長滿野草？我輕輕點頭。他倆無奈地笑了笑……

日近黃昏。惜別的時候，威廉太太半認真半開玩笑對我說：你們什麼時候也把房子賣掉，搬到這裏來，大家再做鄰居？

# 點讚之交

翟 傑



布衣之交、生死之交、忘年之交、車笠之交、酒肉之交……想必您都不會陌生，「點讚之交」不知您可了解？在互聯網快速發展的大背景下，各種「圈」應運而生，同時也催生了各種網絡現象、網絡辭彙，「點讚」便是其中之一。作爲一種網絡語言，它最初起源於各大社交網絡，表示對某個內容的贊同、喜歡和支持。如今在微信、微博、貼吧、QQ空間等社交軟件或網頁中，設計者都加入了「讚」的功能。被「讚」的數量能從一定程度上反映出人氣或者被關注的程度。現如今，「點讚」已從虛擬的網絡潛移默化地融入到了人們的日常生活當中。

我身邊的絕大部分朋友都有自己的微信朋友圈，前幾年在他們的「鼓勵」下，我也下載安裝了這款應用軟件。一開始，我的朋友圈裏只有聯繫非常緊密的十幾位親戚朋友，後來人數逐漸多了起來，有同行，有驢友，有編輯，有文學愛好者……後來，只有一面之緣的人在分別的時候，也掏出手機，要求掃個二維碼，添加到微信通訊錄裏，不好駁面子，只得應承。那天閒翻手機，忽然發現微友已達數百人，頓覺一驚。

一頁頁地滑動屏幕，許多名字竟然一丁點的印象都沒有了。什麼時候添加的？誰主動加的誰？加完之後聊過沒有？要不要發個信息試試對方知不知道我是誰？會不會早就把我拉黑了？一連串的問號如泉水一樣，不停地冒出來。

將此心情編成一條資訊，又配了張圖片，發在了朋友圈。不多時，有人開始點

讚了。逐一看過，有鄰居，有同學，有同事，還有幾個不熟悉的人。出於好奇，私發去一條消息表示感謝，當然更多的是試探對方的「真面目」。一來二去，終於明白，彼此誰也不記得誰了。此時再細究當時的添加細節已然沒有意義，便問他既不相識，爲何點讚？對方呵呵一笑，發來一條哲理：讚是爲了被讚。這話着實讓我感到有些慚愧，說實話，我很少給別人點讚，只是喜歡默默地欣賞和關注。而我那條朋友圈發出去不到一個小時，已經超過八十個讚了，這更讓我心生愧疚。

那天出門，遇到幾年不見的老鄰居小林。彼此寒暄過後，他問起我女兒是不是該上小學了。我深感詫異，說：「前幾天我不是還剛發過一條去參加孩子家長會的朋友圈嗎？對，當時你第一個給點的讚，所以我記得特別清楚。」小林搔搔後腦勺：「嗨！我這人「見圈就讚」，當時真沒注意你發的什麼……」

呼！我吐出一口氣，或許，這就是所謂的「點讚之交」吧！

有一朋友，在公司做人事主管。那次

聊起這一話題，他對我說：「有句話叫『日久見人心』，但是我們招聘，哪有那麼多時間考察人心？你知道嗎？我有一個招聘秘訣！」

哦？願聞其詳。原來，在面試結束後，他都會要求應聘者打開手機的朋友圈。一來可以看看對方近兩年來發的東西是否正能量，從中大概可看出一個人的心態；二來可以看看發的朋友圈是否被很多人點讚或評論，因此能知道這個人的人脈以及受關注的程度。他告訴我，有些人在面試時裝得像模像樣，一看朋友圈才知道，不是午夜在喝酒就是十點才起床。另外，一條朋友圈，平均下來十幾個人點讚，說明爲人肯定不咋樣……

我有些佩服朋友的聰明，但是我跟他說，被點讚的數量與爲人處世真的沒有什麼關係，你知道一個人的朋友圈裏有多少是因爲追求所謂的被關注感而結識的「點讚之交」？用此種標準去衡量一個人的交際，未免偏頗。

前幾天，孩子參加了一個活動，需要

「集讚」。沒辦法，爲了能取得較爲靠前的排名，我只好朋友圈裏發了一條「求讚」資訊。結果，不到半小時，集得了兩百多讚。我很清楚，這個數量沒有任何「含金量」，這種方式也只不過是主辦方爲了擴大影響而採用的「招數」而已，但看着滿滿的「讚」，內心還是浮起了一絲小小的虛榮，儘管裏面有三分之一的朋友屬於「點讚之交」，不過哪又有什麼關係呢？

然而，有幾個生活中極好的朋友這次竟然沒有爲我點讚。不可能沒有看見，在我發完該朋友圈之後，他們也發了自己的朋友圈，說明手機在手上。忽然想到，不能怪別人，以前人家發的東西我好像從來都沒有「讚」過。

還記得有幾位關係不錯的朋友對我關閉了朋友圈，原因竟如出一轍：從來不給點讚，那就乾脆不要看了。

我不是一個喜歡刷存在感的人，更不想成爲朋友圈裏的「讚士」，由此心生一感：點讚之交淡如水，點讚之交貴如油！