

自然療法專欄

談感冒與流感

■ 王大衛

感冒和流感是常見的傳染病，但許多人把它們混在一起。因此，首先必須清楚地弄清兩者間的差別，在防治上才能有的放矢地對症下藥。

一、發病：感冒俗稱“傷風”，是四季均可發生的常見病。成年人平均每年患病二到四次，孩子可多達6-8次；流感則大多發生在人口密集的大中城市裏。感冒發病的症狀一般都比较輕，可能是聲音沙啞，喉嚨疼痛、鼻塞、流涕、達噴嚏、咳嗽等等；流感起病比較急，症狀可能是頭痛、咽喉痛、體溫驟升、乾咳、全身不適及肌肉和關節疼痛等等。

二、傳染：感冒通常是通過“手”，即與病人或病人摸過的東西直接接觸而傳染的；流感則是“氣”的傳染，即病人打噴嚏或咳嗽時，健康人因吸進了充滿病毒的飛沫而受感染。

三、癒後：感冒通常不必看醫用藥就能痊癒，引發其他併發症的機率不大；但流感嚴重時常引發併發症如肺炎、鼻竇炎、中耳炎、支器官炎、心臟病惡化、哮喘等等，甚至可危及生命存活。

據醫學專家們的觀察，引起感冒的誘因有五：

感冒是“摸”出來的。過去人們一直以為，飛沫傳播是感冒的傳播途徑。但是，科研人員現在發現，手才是傳播感冒的真正“罪魁禍首”。感冒病毒在手中可以存活一小時；在手上卻能存活七十小時。因此，患者透過擦鼻涕，挖鼻孔把病毒粘在手上，再通過握手，衣物接觸，把病毒傳給別人，是感冒傳播的最主要途徑。從此以後，感冒病患要注意隨時洗手，而預防者，則可要處處小心，不要讓“毒手”給粘住了。

感冒是“吃”出來的。現代人的飲食少不了山珍海味。但是，高脂肪、高

蛋白、高澱粉類的食物都是屬於酸性的食物。長期這樣吃下去，就造成身體的體液喪失了酸鹼的平衡，從而不可避免地減低了人體的免疫功能。如此，感冒頻頻來訪，也就不是什麼奇怪的事了。

感冒是“愁”出來的。情緒與免疫功能是雙胞胎。經常發愁的人，容易引起免疫功能下降。機體殺傷、吞吃病原微生物和炎性細胞的能力一旦被削弱，就給呼吸道的病毒留下了可乘之機。有關的研究指出，心理壓力大和性格內相的人，經不起感冒病毒的攻擊；而心胸豁達，情緒樂觀是預防感冒最有效方法。

感冒是“閑”出來的。臨床觀察指出，活動較少的人，患感冒的機率比活動正常的人高出2-3倍。如果那些感冒纏身，卻整天坐在電視機或電腦前的孩子們，能夠蹦蹦跳跳地回到大自然中，對感冒病毒的抵抗力很快就恢復了。

感冒是“藥”出來的。現代人由於各式各樣的成年病、文明病、慢性病纏身，所以服用抗生素、止痛藥、退熱藥、抗癌藥等等，幾乎成了藥不離口的習慣。這樣一來，就大大地削弱了身體的免疫功能，從而增加了感冒的機率。

由以上這些有關感冒和流感的最新資訊，您可以看到關於防治感冒或流感的問題顯然存在著表本兼治的必要。就治標而言，當感冒或流感發生之時，服用一些具有抗病毒和消炎作用的天然藥物，還是有好處的。就中醫而言，有“感冒無藥醫”之說；但就中醫而言，數千年來在跟風、寒、濕、熱等外邪之氣的對抗中，已經積累了豐富的經驗。它對於減輕傷風的症狀，縮短感冒的病程，起著積極的作用。

佳植公司的抗感/流感產品，根據東、西方積年累月跟感冒奮戰的心得體會，集合了具有強力抗感冒病毒作用的植物精華和多種維生素C，可以助您一臂之力，使您在遇到感冒或流感之時，能夠儘快地擺脫病痛的糾纏。（本稿為欣興自然療法中心提供，若您想進一步瞭解，請電(626)274-6757）

法律信箱

楊檢察官

在美國無論是強姦罪、騷擾幼童罪，或是類似的性侵犯罪行，經過一個多世紀的女權運動與社會變化，已被現代人視為滔天大罪。其可憎性，甚至可與殺人罪相提並論。

因此，加州雖有針對一般累犯的“三振出局”刑法，也有更加嚴酷的

嚴懲性犯罪 -- “One-Strike” 刑法

“One-Strike”（一次出局）刑法用來懲治某些嚴重的性侵犯行為。

根據此法，若當事人被判的罪名是此法所列舉的性侵犯罪行之一，譬如強姦罪，而且當事人符合任何一樣下列條件：（1）當事人有性侵害前科；（2）罪行牽涉高危險性的綁架；（3）罪行牽涉人體部位的毀損或肉體折磨；或（4）罪行牽涉性犯罪企圖的住宅擅闖，當事人便可判終身監禁，25年內不得假釋。

上述的四項條件，就算不符合，當事人若符合任何兩個下列條件，也可判相同的刑罰：

（1）罪行牽涉一般性的綁架；（2）罪行牽涉一般性的住家或商店擅闖；（3）罪行牽涉兇器使用；（4）受性受害者不止一人；（5）罪行產生嚴重人體傷害；（6）罪行是經由捆綁完成的；或（7）罪行過程中，當事人強逼受害者使用毒品。

商業文書顧問

寫電子郵件時，清楚知道誰是收件者並有幾位收件者非常重要。一來可幫助自己寫信語調的定位。

例如寫信給老闆或教授時所用的正式簡潔語氣和給同事或同學較隨性口語化的筆調是不盡相同的。當這些人都在收信者名單中時，下筆時的語氣控制就比較難處理，之中微妙之處只有寫信人才能真正掌握。

再者，若是收件者很多，則可設立收件者”群”(Mailing

電子郵件 – 收件者

Groups)。如此可省卻讀者須先瀏覽所有收件者才能閱覽內容的時間。有些較尊重隱私的人不喜歡他們電子郵件地旨被陌生人看到，這樣也可使他們安心。

如果常寫信至這群人，設立收件者群更有助自己節省時間。如果您有任何疑問或意見，歡迎來電諮詢文博商業書信顧問楊小姐 at (626)534-1409 或參觀我們的網站 www.MyDocuServe.com。

上班族信箱

譚工專欄

隨著經濟的持續擴張，失業率不斷創低，使得許多雇主不得不面對彈性工作時間的問題。否則將面臨人手不夠的情形。

許多無法在正常時間裏上班的勞力加入就業隊伍，但他們的唯一要求是，必須允許他們採取彈性的上班時間。

比如一雙夫婦同時出去工作，妻子要求所在公司允許她早點上班，使她可以早點下班去學校接小孩放學。有些員工要求彈性上班時間純粹是爲了避開交通尖峰時間，否則他們則會換到家附近的公司去。這些要求在失業率高時是聽不到

彈性工作時間制度的新發展

的。如今面對勞力市場緊缺的情況，雇主不但聽到了種種類似的要求，而且還不得不實行。

對於許多雇主而言，企業合不合適採用彈性工作時間制度，是要不要回應員工這種要求的關鍵；如果採用彈性工作時間制度，彈性的範圍又要如何掌握，也是雇主面對的問題。

首先採取這種旨在員工利益的公司是出在德國。1967年，德國一些公司爲了減少員工上下班因交通擁擠而花費的時間，允許員工採取彈性上班時間而避開交通尖峰時間，此

舉純粹是一種員工福利，但公司也不必增加成本。

瑞士緊跟德國也採取了彈性工作時間制度。來吸引家庭婦女參加工作。1972年，美國公司HEWLETT-PACKARD成爲美國第一個採取彈性工作時間制度的公司。1978年國會通過了聯邦機構試行彈性工作時間制度的決議，其主要目的還是爲了員工減輕上下班所花的時間，1985年，正式批准聯邦及地方政府可以採用彈性工作時間制度，以方便員工。時至今日，採取彈性工作時間制度已成爲許多公司的員工福利之一。由財富雜誌評選的最受員

工歡迎的百家公司中，有70家是採取彈性工作時間制度的，當今勞工市場緊張的情形之下，這無疑具有指標性的作用。未來如果失業率繼續維持低水準，相信會有更多的企業跟進。

彈性工作時間制度有如下幾種形式：

- 一、上、下班時間彈性。
- 二、允許員工儲蓄休假時間，隨時支取使用。
- 三、允許員工選擇支薪或是補休的形式來作爲加班的報酬。
- 四、允許員工多工作幾個小時，而在另一周少工作幾個小時，或是同一周有幾天工作多幾個小時，而在另一天少工作幾個小時，或一周工作少於五天。
- 五、允許員工在家工作。

Read with Me

Merchandise Miracles

By : Warren Chu

Now if you ever want to refer a friend to Jesus

Christ you don't even need to bring him to church. Just buy him some Christian merchandise. There are special things such as golf balls, flip-flops, mints, and perfumes. All specially equipped with something related to God, the Bible, or Jesus.

These products are aimed to get others to remember stuff, such as going to church if they have not gone in a while, getting others to inquire about Jesus. They've even now started to create Christian perfume with Bible passages specially packed in. There are some flip-flops with specially designed soles that at the beach they will leave the message "Follow Jesus". There are mints with Bible passages printed on, golf balls also with passages, and hats with a picture of a crucifix. This will really bring people closer to Jesus.

This is a great way to bring atheists to the light of Jesus. Plus, this form of promoting God will appeal to younger adults.

企業管理

■ 鄭博士

若真是涉及法律訴訟的話，有關智慧財產權或無形資產的估算，則是目前靈手可熟的題材，因爲智慧財產本身不像有形資產可以原始成本或市場值來估算，其中涉及的不確定性或變數甚多，但也因爲如此，在求償與訟的討價還價當中，有相當可調整的額度。更困難的地方是智慧財產通常不一定非擁有其專屬的市場。比方說。某項軟體設計可能尚未完工，但已經初具規模。可是在市場上一者未必有買主，二來真正的市價恐怕很難確定，因爲該產品還是半成品，估算起來相當困難。

一般來說，估算智慧財產有三種方式：1、市場估計；2、成本估計；3、收入估算。簡單地說，市場估計乃是以整個公司的產值來衡，比方說，某公司擁有其特定之智慧財產權，分析者需要先估算整個公司的產值，然後，扣除有形資產，流動資

無形資產與智慧財產權的估算

金等，使所剩餘以產值恰可歸屬於無形資產或智慧財產權的部分，這樣智慧財產的價值就可以大致估算出來。當然，首要的前提是能正確該廠高企業在使用（或擁有其智慧財產之下的可能產值，也就是說必需正確了解企業使用該項智慧財產的經濟效益，這種估算方式才能成立。

相對地，成本估算則是針對如果企業需要替換該項智慧所需花費的成本估算科研成果財產的價值，所以這種估算方式必需分析替代成本或者說，如果企業欲再選用同樣的智慧財產所需要的花費。這種估算的方式也有它的缺點。因爲它只考慮成本，卻未考慮該項資產的經濟效益與缺點成長，也沒有考慮到技術的更新可能使原資產效益的剝蝕。收效估算方式則是直接對擁有該項智慧財產所產生的附加經濟效益來估算。比方說，使用該項資產可節省成本每磅一美元。或是某種產品因使用這種智慧財產可以更高價銷售等等。但這也最爲最困難衡量的部分。因爲這仍然需要

針對這附加價值估算一個公平的市價。

以上所述的估算，若是在國際市場上，那就更爲困難了，牽扯到的不同個體也更多。比方說，針對該項財產而言，根本沒有實質的市場或者是市場交易籤并非稀，那估算可能就更困難。以目前高科技市場而言，正在發中的新科技，尤其難以估算，使用成本估算容易忽略該項科技可能有的效益，何況有的新科技可能毫無用處，整個發展成本根本是沒有收益的。使用市價估算方式，則有可能無法正確估算整個企業因使用該項新技術所增加的產值，因此使用收入估算可能是比較可行的辦法。但是仍然需要估算發展中的新科技新增加的非其成本，使用時機等等。

在智慧財產的訴訟案件中，不論告訴的哪一方都需要考慮估算額與使用估算的方式，在法理上，需要有合理義務的基礎來抗辯或要求，因爲沒有一種估算方法可以運用在每一個企業中，唯有因每個個案背景環境，產業性質而調整使用。

理財的中庸之道

■ 山語

當今社會就連最保守的理財者，想必都不會將現金放在家中，至少會將之存在銀行。雖然銀行有存款的保險，但如果經濟大面積崩潰，也會有倒閉的風險。如突然而來的戰爭爆發，就有可能收不回存款，當然這種機率已經是很小很小的了。

美國人涉足股市之深，已不是一般的程度。蓋洛普在四月份進行了一個調查，發現每四位選民中，就有三位持有股票。政治一般是不干涉股市運作的，但卻是股市起落的動力源頭。不過要保護自己的投資還得從自己做起。最好的投資方式是採用中庸之道，既可避險又可獲利。

較之十年前，今天的投資人對投資的知識已十分豐富，這可以從市場只要有消息傳出，投資人就隨即有了反應能夠看得出來。信息越是發達，

投資人的知識水準越高，那麼市場的效率性就越高，投資策略也就越重要。過於保守，雖然資本保護得好好的，可是卻一無所獲；過於激進，雖然收穫甚豐，但也可能一夜之間財富大幅縮水，只不過竹籃子打水一場空而已。

以1999年爲例，如果採取保守的策略，只投資於不包括高科技及網絡股票的共同基金的話，可能是不但沒有兩位數的增長，甚至還有可能縮水。如果激進地將投資放在高科技股上，有可能是80以上的成長，甚至是十倍的成長。

但同樣的策略下，進入2000年，則激進投資派將會在股市摔個大跟頭，財富從哪儿長上來，就從哪儿跌回去。可悲的是，風水還是未輪到保守投資人身上。因爲，投資人仍未看好傳統股票的成長。從去年和今年的情況看，中庸的投資方式比較安全，雖然永遠無法成爲賺大錢的風光一族，但也不會成爲賠錢的跳樓一族。

那麼什麼是理財的中庸之道？理財專家總會先強調要分析每個人的情況，依據收入、支出來決定。不過還是可以大概地勾畫出不是中庸之道的投資策略，如果你的投資不是如此，大概就是比較適宜的了。

投資分配額上，如果沒有特別的用途，手中所有的積蓄中，現金的比例超過一半，就有可能過於保守。如果是借錢炒股和投資，就過於激進。如果手中的股票或基金沒有一個科技股或網絡股，則是過於保守。因爲如今的股票當中，年成長超過三成的股票，只有科技股才有可能達到。科技股業績成長驚人，傳統股票已走到市場飽和的瓶頸，難有大幅的成長。但如果全部擁有科技股，就太激進了。因爲股市中震蕩最大的就是這類股，而且有一個可悲的現象，科技股極易被人看貶，一旦投資人看貶一個股票，其股價要從谷底翻身，就難於登天了。

在成長率與利潤上，如果只看有沒有利潤，而不看有沒有成長率，則過於保守。有些

公司利潤很好，但成長緩慢，這樣投資只剩下分紅的收入，股價不長，投資回報幾乎爲零。但如果只看成長驚人，而不注意每股盈利情況得話，則是過於激進了。必須在成長與利潤之間取得一個平衡。

在追求投資方面，如果投資額是一個固定數，從不追加投資，則是過於保守的做法。因爲只有不斷有投入，回報才會因復利的原因而加大。但是，如果將全部的現金，一年一至兩次投入，或是試圖只在追高時，或是逢低時買入，則可能太激進了。因爲一次投入的時機不好的話，回報率可能會拖下來。只想追高或逢低吸納，則有可能因判斷與現實出入太大而損兵折將。合理的是分階段、均勻地抓準時機進入市場。

採取中庸之道來理財並不是易事。正如中庸之道做人一般，需要時間去實踐和體會。我們除了指出極端之外，剩下的空間就只有讓每位投資人去摸索自己合適投資策略的位置了。

南加生活

■ 山林

近幾星期因爲以黎之戰，火線更吃緊，募兵也火急。我在辦公室內，收到海軍與陸軍召集處的電話，需要傳真一些學生的資料。手上做公事，內心卻悽悽。

有一西裔學生由伊拉克返校取資料，幾星期後得回戰場。兩個他最親近的同學，一戰死，一截肢。他委委道來，面無表情。我讀過許多戰爭後遺症的故事，有些軍士情緒不穩。所以正面沒回應，但他能體會我的關切，我們默契十足。

另一白人晚輩，剛完成住院醫生訓練，等待未婚夫返國結婚，他是職業軍人。婚禮前二日，收到延期駐紮命令。所有婚禮開銷，不能退回。此準新娘爲等待未來住處，還沒正式申請醫院任職，損失極重。我正打聽那戰士通訊處，以便寄卡，給他打氣。

華裔青年，也有上戰場的。一位接受報紙採訪，說在飛機上投彈時，腦裡想的是轟炸巴比倫，是聖經中指的罪惡之城，她感覺它應受懲罰。現在科技發達，如在炸彈內裝追蹤器，一路投下去

伊戰與募兵

造成的損傷，一定可以顯現，但誰忍心去看無辜之血，與多年古文化遭到的破敗？

伊戰初始，我連著幾日，上〈約拿書〉的課。其中所述，與中國人相信的寬恕，手下留情相同。上帝憐憫尼尼微，不願摧毀眾百姓。尼尼微有考證，即今日巴格達。爲何不查古訓？

今天又有一非裔青年進來，我忙著爲他影印從軍所需資料。中下收入家庭，有個孩子高中畢業，已令父母欣喜驕傲。當初填表從戎，並不知將遠赴沙場。他表示已登記有案，逃兵有罪，靠高中文憑，也難找固定工作。

我知他以公車代步，塞給他幾枚公車硬幣，對這位即將遠行的壯丁，略表個人的一絲心意。

