

《醫學人生》執業醫生與您分享醫學、
人生與愛的故事，逢週一刊登

很多香港人都喜歡人家恭喜他「長命百歲」，雖然有時口中會回一些「不願意」的話。今天香港人是全世界最長壽的人群，平均壽命女士87.3歲、男士81.1歲。但幾十年前，孫中山58歲時死於肝癌，梁啟超56歲時則死於細菌傳染；而於1843年，馬儒翰(JR Morrison，翻譯聖經為中文的馬禮遜之子)時任香港布政司及行政、立法兩局議員，卻以29歲英年，死於急性瘧疾(香港政府為記念他，把小山命名為「摩利臣山」)。這些疾病在今天都是可治之症。

原因是1940年代起，逐漸開始應用不同的抗生素；再加上為人接種疫苗，急性及慢性傳染病受到控制。輸血、全身麻醉、無菌手術操作等醫學上的進步，解決了許多外科、創傷的治療。有神奇功效的新藥，又陸續被發明出來。所以今天的人理論上可以活到120歲，70歲不再是「古來稀」。今天70、80歲的長者在香港滿街都是，90歲以上才可謂「老」。

現代人應注意的，除了病從淺中醫，預防勝於治療之外，主要的是有健康的生活習慣及方式，例如：不吸煙、不酗酒、適當休息、適當運動、均衡飲食、控制體重等。公共衛生亦非常重要。在醫學院各學科中，公共衛生學是公認最沉悶的，但卻是社會中最具經濟效益的一門學問。

3,500年前的摩西寫道：「我們一生的年日是七十歲，若是強壯可到八十歲。」他自己因有特殊、重大的歷史任務，活到120歲。而今天信耶穌的人，因罪得赦，不止可以活到100歲、120歲，更可以有永遠的生命。

「我們一生的年日是七十歲·若是強壯可到八十歲·但其中所矜誇的、不過是勞苦愁煩·轉眼成空、我們便如飛而去。」(詩篇90：10,和合本聖經)

「神愛世人、甚至將他的獨生子賜給他們、叫一切信他的、不至滅亡、反得永生。」(約翰福音3：16,和合本聖經)

半兵 / 資深骨科醫生、表列中醫



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong