肛門痕癢的眞正成因

外科專科醫生　張浩然

楷和醫心

「肛門痕癢」聽似罵人的說話，說說笑之後就不以爲意。但是在結直腸外科醫生的眼中，「肛門痕癢」是一種確實存在、而且令人困擾的病症，會爲病人構成嚴重不適，影響睡眠、工作，甚至日常社交。不少人會將痕癢問題推斷爲痔瘡作祟，這的確是成因之一，但比例上只佔少數，甚至可以說只有少於百分之十的肛門痕癢是由痔瘡引起。有患者試過向一般家庭醫生求助，但因爲他們並未受過結直腸外科的訓練，結果被當是痔瘡醫治，輾轉十年痕癢情況亦未有改善。

絕大多數導致肛門痕癢的眞正原因，其實是因爲患者有輕微的失禁。程度上未至於有糞便漏出，很多時只是有極少量的糞便水分或大腸黏膜從肛門滲出，但就已經足夠引起痕癢不適。而患者初期因爲並不爲意自己有失禁問題，誤以爲是痔瘡引致排便後持續有種清潔得不乾淨的感覺，因此不斷使用多種痔瘡藥物希望得以紓緩，反而進一步刺激肛門；更嚴重的是，有部分人因爲難以忍受持續骯髒的感覺，甚至使用酒精消毒濕紙巾作便後清潔，結果肛門和大腸組織因受到酒精刺激而出現受損及發炎，痕癢情況更趨加劇，形成一個惡性循環。

至於爲什麼會失禁，主要是因爲患者的內括約肌肌肉鬆弛，導致非自主性的收縮功能失效。這個問題並不只出現在老人家身上，同時常見於五十歲左右的中年人士，而且不分男女。患者好可能同時有其他因盆骨底肌肉萎縮而衍生的問題，包括排尿不清、男性性功能障礙等。歸根究底，吸煙、缺乏運動、高膽固醇飲食就是元兇！

治療方面，如果未搞清楚肛門痕癢的原因，就胡亂進行痔瘡切除手術，效果只會令情況更加嚴重，因爲切除手術無可避免會爲肛門括約肌造成輕微但永久性的損害。若果病人的括約肌太差導致脫肛，就要視乎情況進行痔瘡結紮或外科手術治療；如果患者有痔瘡問題，但並未出現直腸垂脫，治療的首要目標要以先改善括約肌功能爲主，透過嚴謹的盆骨底肌肉收縮訓練，就可以將問題大大改善。

念許曉暉

陳劍梅

閒旅人

許曉暉女士病逝的消息令人遺憾，腦海出現一幕又一幕有她同在的溫馨場面，萬分懷念。如今悼良會之永絕，嘆卿英年早逝，香港痛失翹楚。近日看見社會各階層人士悼念她的貼文，都說她是一位溫柔的父母官。有人分享她二〇一七年在《晴報》告別讀者所寫的文章，就是她辭官之際的感言，不知那時她知道自己生病了沒有。文章第一句令我的心下墮千萬丈。她說，這是個流行告別的年代，她也要追趕上去向大家也說句再見。

我與她不算稔熟，只因近年努力推廣中國文化，她在任副局長期間，我們時有機會在大小場合碰面。印象最深刻的是婉若游龍的她，從不帶官威，反而親切可人，敬業樂業，每次致辭都十分由衷，實在獻出眞心去愛中國文化。

最近一次見面，只是數月前的事。她主動聯絡我希望我出席支持一個倡議成立南懷瑾文化中心的記者招待會。會議當天改了地點，也是她親自通知，凡事親力親爲。後來才知道，原來她曾經追隨南懷瑾學習十多年，才明白爲何她禁不住勞心勞力，結果與會支持者衆，不乏名人雅士及政府前官員。樸實無華的她，依然皎若太陽。她致辭時的一言一語，都是腑肺之言，恍似一闋熱情的清歌。可是她說話的氣力減了，呼吸很速，而且身體大爲清減，我開始擔心。完了我特別問候，她說沒事，只告訴我最近英港兩邊走照顧家翁，比較吃力而已。於是我沒多想，她還約我去政務司官邸參加另一個盛大的活動。明明說好了，她會同來，結果不見影蹤。事後在短信中，她仍然溫馨如昔，寄語祝福。如此這般，我又怎能料到她原來已經病重呢？

數年前有一天與她午飯，希望她和民政事務局支持我策動的一個推廣粵劇南派藝術的項目，我和一位大老倌還未開始解釋，她早已深明大義，一口答應了。當天她只留腸胃半腹給我，卻留下另一半給下一個午餐會。在各種限制之下，我們仍然暢談，不亦樂乎，此情此景已不復再。這個項目剛辦妥了，可惜她不能來。

西班牙鬥牛

白頭翁

閒話煙雨

「爲了誕生我誕生，爲了死亡我死亡；爲了死亡我誕生，爲了誕生我死亡。」

不知道寫這首詩的匈牙利詩人弗勒什・山多爾看沒看過西班牙鬥牛，我願借這四句詩獻給那些注定要流着鮮血被刺死的鬥牛。

我們到達西班牙首都馬德里時，正值薄暮冥冥，華燈初上。朋友安排我們抓緊時間到西班牙最大的鬥牛場范塔士鬥牛場觀看一場鬥牛。中國人對西班牙最直觀的印象就是鬥牛。中國人說不到長城非好漢，到西班牙亦如此，不看鬥牛枉一行。

中國遊客有四大唱詞：「西班牙的鬥牛，馬德里的足球，唐吉訶德的雕塑，巴塞羅那的風情。」

鬥牛是西班牙人的國粹，是西班牙人在全世界的一張名片，到處顯擺。西班牙看鬥牛是在鬥牛中追求的是驚心動魄，心驚肉跳，看的就是鮮血淋淋，殺戮死亡，一種勇士的冒險和鮮血的回報，西班牙人認爲那才是美的境界，美的享受，美的升華。儘管那種美是一種死亡之舞、鮮血之舞、生命之舞。在驚險和造型中有一種美的定格，在鮮血噴濺和生命終結中有一種縱情的享受。

歐洲人似乎對鮮血迸濺有一種獨特的嗜好，從古羅馬帝國開始。西班牙的鬥牛是不是從古羅馬帝國的鬥獸場中繁衍派生出的？范塔士鬥牛場也是橢圓形的場地、讓我這個中國人感到它們似乎應該有「血緣」關係。

西班牙的鬥牛可追溯到兩千多年前，成爲國粹也有千年歷史了。西班牙人不理解偉大的中國爲什麼會把京劇作爲國粹，像着了彩裝的木偶，不是站着就是坐着，不是咿咿呀呀地唱就是呀呀咿咿地說，斯文太過，血性太弱。我們和西班牙離得太遠了。十五世紀中葉，西班牙和葡萄牙兩牙相磕，在西班牙的小鎮托爾德西拉斯鎮簽訂瓜分世界的《托爾德西拉斯條約》時，分到東方的是葡萄牙人，相當多的西班牙人連中國的京劇是何物一點都不知道。中國駐西班牙大使館的朋友舉的一個例子可作說明，假如你在中國問一百位從未到過西班牙的中國人知道不知道西班牙的鬥牛，可能有九十九位都會回答知道。假如你在西班牙問一百位從未去過中國的西班牙人知道不知道中國的京劇，可能有九十九位都會搖頭說不知道，一點不知道，不明白你說的是什麼。西班牙人的解釋是因爲鬥牛作爲西班牙的國粹已經有一千多年的歷史了，而中國的京劇作爲中國的國粹才一百多年。西班牙人也狡黠。

◀鬥牛是西班牙的國粹，但實際場面血腥　資料圖片

范塔士鬥牛場夠氣派夠講究。十個看台能容納三四萬人，燈光把場地打得神采奕奕，燦爛輝煌，節奏極強的樂曲極富有調動性和煽動性，在看台上方的樂隊尖利的小號吹得高潮迭起，鬥牛尚未開始，人們已經處於一種勃勃的躁動和亢奮之中了。

這麼大的鬥牛場觀衆只坐了一半，不知爲什麼卻這麼不叫座？一問方知，眼前正是西班牙度假之時，西班牙人都忙着度假去了，但同時我們被告知，能犧牲度假坐在這裏看鬥牛的才是眞正的鬥牛愛好者。

刺耳的小號吹響了，鬥牛開始，牛欄上面有一木板，上面標明這頭鬥牛是哪一個牧場的，體重、年齡、名字，牛欄門一拉開，一頭狂躁的鬥牛飛奔而入，牠的背上拴着一條彩色的布條，那就是這頭鬥牛牧場的場旗。

我們坐的位置很好，第一頭鬥牛重五百一十五公斤，是頭黑色白蹄白角的大傢伙，牠從遠方直向我們衝來，又彎又尖的雙角直刺過來，我們都感到一種地動山搖的震撼，看得清楚，牛鼻子裏噴着憤怒的白沫，兩隻野性的大眼充滿仇恨，充滿着鮮血。粗大的牛蹄有力地敲打着地面，騰空的身軀直撞上前來。我們的心不由得一下子就提到嗓子眼了。這和坐在家中喝着香茶從電視中看鬥牛絕不是一回事，只有坐在這裏，才能感覺到生命拚搏的殘酷和迸濺鮮血的血腥。

幾位手拿彩色披風的人在和近乎瘋狂的鬥牛接第一招，但都心虛膽怯地晃一下就逃，有一位穿着花俏戴着圓帽的鬥牛士拖着粉紅色的披風一晃就跑，鬥牛拚命在後面追，兩個鋒利的長角幾乎挑到鬥牛士的後腰，那個鬥牛士像猴子一樣跳到木護板後面，瘋了的鬥牛直抵護板，我們不但能聽見而且能感覺到「嗵嗵」的沉重的撞擊聲，你能感覺到那頭黑牛的力量，牠要把整個范塔士鬥牛場頂翻！

實際上，西班牙鬥牛曾經攻擊過一輛飛馳的列車。西班牙鬥牛除了一種天賦的勇猛，無尚的高貴，還有一種血液中的傲慢，牠蔑視一切，視萬物爲趾下泥丸；牠敢於接受任何挑戰，敢於用生命去戰鬥。只有見到了眞正的西班牙鬥牛，你才能體會到什麼叫牛脾氣，才能體會到鬥牛的怒、大怒、暴怒、怒氣沖天，敢一頭撞坍擎天柱。中國沒有鬥牛，只有孺子牛、老黃牛。

鬥牛場沸騰了！成千上萬人像着魔般地一起學牛搖頭，一起學牛瞪眼，一起學牛生氣，一起學牛大吼。

人們激動得忘乎所以，天地之間再無他物，除了鬥牛就是鬥牛，彷彿他們就是鬥牛，一群和鬥牛比瘋狂的鬥牛狂。都在用自己最喜歡的方式表達自己的心情，他們歡呼的是：「棒！這鬥牛行！」我背後和前面的男女突然發狂了，他們在高喊高呼高吼！鬥牛這東西眞厲害，短短幾十秒就能把全場人的情緒撩動起來，煽忽起來，燃燒起來，狂躁起來，我這才明白它爲什麼那麼殘酷血腥，卻幾千年流傳而不滅呢！（上）

善意的意義

徐海娜

自由談

一位蹦蹦跳跳的小女孩，書包上的心形掛飾掉在地上，一個陌生人幫她撿了起來，並說了聲，「不用客氣」。這個人與衆不同，他是一個機器人。好奇的小女孩一直跟着他，看到他在擁擠的地鐵上給手抱嬰兒的人讓座，給問路的情侶指明方向，撿起別人亂丟的垃圾，協助下樓梯的人搬動嬰兒車，可是一直都沒有人說謝謝。儘管如此，機器人在每次助人之後，都會說「不用客氣」。

小女孩終於忍不住上前告訴他：「你沒發現嗎？對別人好是無意義的，根本沒有人在意。」說完她就轉身走了，在過馬路的時候，書包上的心形掛飾再次遺落在地上。回頭看見掉在斑馬線上的掛飾，和已經在閃爍的綠燈，小女孩的腳步猶豫了，機器人卻第二次幫她撿了起來。這次小女孩開口說了「謝謝」。奇跡發生了，機器人瞬間變成了有血有肉眞實的人。令人意外的是，他一句「不用客氣」還未說完，便被一輛疾馳而來的汽車撞倒身亡。此時周圍的人轉換了模樣，都變成了機器人的樣子，他們驚呼：「天啊！我覺得他死了，趕緊拍照。」「你拍照了嗎？發給我」……「對別人的好毫無意義，因爲根本沒有人在乎」，在小女孩的話語聲中，影片落下了帷幕。

這是一次很偶然地在網上看到的一個短片的情節，名叫Sociopaths（反社會人格），這部日本短片，只有短短幾分鐘，卻在我的腦海裏揮之不去。影片的名字非常耐人尋味，當所有人都冷漠的時候，那個釋出善意的人就是反社會的。這是否違背了人之所以稱爲人的本性呢？眞是一部引人反思的好影片。

我想起曾經讀過一本書叫《關注孩子的目光》。作者是一位擁有超過四十五年臨床經驗的日本兒童精神醫學專家，佐佐木正美。他在書中指出，現代人最大的不幸在於，認爲自己如果不從人際關係中解脫出來，就無法放鬆。卻忽略了「在與人交往時獲得安慰」，才是人們的心理本能。他說不僅現在的人比過去的時代更加孤獨，在他的診所裏也充滿了缺乏社會性的孩子。而要改變這一切，首先要從培養或者保持「善意」開始，而要對別人釋出善意的心理基礎是相信別人的善意。然而現代人的生活方式卻令彼此越來越冷漠，發展下去也許就會像特蕾莎修女說過的那樣，在一個富裕的國家，人們不再因爲麵包而死去，但是會有很多人因孤獨而死去。因爲「最可怕的貧窮是孤獨和沒有人愛的感覺。」

取得滿意的人際關係的開端，就是彼此釋出的善意。這一切，也許可以從父母開始。當父母覺得孩子不夠好的時候，孩子也會覺得父母不夠好，所以，我們要警惕，不要那麼做。而是要從小在孩子心中培育豐富的善意，因爲，對別人好不是毫無意義的，會讓別人變得更好，自己也更好！每個人對自身存在都有不安和焦慮，最終都要從人際關係中尋找解藥。從有愛、有關心、有相互守護，那樣一種溫暖的人際關係中，人們才能感受到更多的幸福。

十一年前，我開始在香港生活的時候，我發現周圍人們最愛講的一句話就是「唔該」，這句簡潔的粵語意思是「麻煩了，謝謝」。不僅陌生人之間常常講，家人和親朋好友之間也常常講。一年多前，我又來到新加坡生活，發現新加坡人最愛講的一句話是「Sorry」，陌生人之間，往往還沒有碰到，就爭先講對不起。不要小看這些表達，它們都是人際關係的潤滑劑，可以熄滅人未起的怒火，可以激發人內心的善意。對別人好眞的不是毫無意義，而是讓自己獲得快樂的途徑。

▲日本兒童精神醫學專家佐佐木正美書作《關注孩子的目光》　資料圖片

影視作品的「科技化」

林　瑩

如是我見

在科技不斷進步的時代裏，成像技術不斷進步，AI，VR等新科技項目不斷更新，涉及遊戲的影視作品逐漸多了起來。比如美劇《黑鏡》的第四季中，主角可以以意識的形式進入遊戲當中，體驗駕駛太空船進行星際旅行的經歷；又比如之前大火的電影《頭號玩家》（港譯：《挑戰者1號》）更是在該題材上做到了極致，片中的人物只要戴上VR眼鏡，就進入了一個全新的遊戲世界。

相較之下，亞洲的影視產業在這一方面似乎就遜色了不少。韓國影視作爲亞洲影視產業中的佼佼者，一直以「趕英超美」爲目標，自然在「科技化」方面也不甘落後，tvN推出的全新韓劇《阿爾罕布拉宮的回憶》便可窺見其野心。

《阿爾罕布拉宮的回憶》陣容強大自然不在話下：人氣演員玄彬和朴信惠擔任男女主演，導演安吉鎬、編劇宋載正亦都極具業界口碑。從目前僅僅更新了四集內容來看，不難發現此劇最大的創新之處是大膽設想了可以配合AR技術使用的隱形眼鏡，巧妙地將現實和遊戲相結合，完美詮釋「黑科技」三個字。

作爲一款AR遊戲，劇中的設置是以現實生活爲背景，玩家通過隱形眼鏡看到遊戲中的東西，但並不會對現實世界造成眞正的破壞。它不同於VR的虛擬現實，而是「擴增實境」，將眞實的環境和虛擬的物體即時地疊加到同一個畫面或空間，可以令玩家充分感知和操控虛擬的立體圖像。

這樣的劇情和遊戲設置，無疑給人一種耳目一新的感覺，但即便如此，該劇的導演還是大量運用了巧妙的敘事手法，讓整部劇看起來極具現實主義的魔幻、懸疑色彩。

《阿爾罕布拉宮的回憶》講述的是玄彬飾演的劉鎮宇作爲韓國新型科技投資公司J-ONE的CEO，他推出的智能隱形眼鏡被評爲AR遊戲最完美的設備，不過劇中劉鎮宇所體驗的這款遊戲並不是由他打造，而是一個名叫鄭世株（朴燦烈飾）的學生。得知鄭世株研發了如此強大的遊戲後，韓國遊戲科創界的兩大巨頭都爭相買下它，一個就是劉鎮宇，另一個則是劉鎮宇的前同事車亨碩。奇幻的故事，也就從這爭鬥中鋪陳開來……

導演顯然沒有平鋪直敘，而是採用了多時空、多線敘事的方式，把看似枯燥的劇情拍出了懸疑劇的效果，非常吸引觀衆的追劇興趣。更難能可貴的是該劇還穿插着大量的幽默情節，使得整體基調更爲有趣。

《阿爾罕布拉宮的回憶》雖然以AR遊戲爲貫穿全劇的線索，但定位其實是浪漫喜劇。換言之，這仍然是一部韓式愛情劇，與衆不同的是，劇中男女主角的感情線非常淺淡，進展亦十分緩慢而克制，顯然是將重心放在遊戲科技和懸疑劇情上。

是愛情劇，還充滿着科幻元素和奇幻色彩，正是該劇的過人之處。不得不說，近幾年來韓劇的進步非常顯著，拍攝了大量佳作同時還能不斷有所創新。比如《請回答1988》以家族關係和鄰里感情爲主軸，又巧妙融合了愛情；《未生》則是被稱爲「工薪階層教科書」，它反映出的職場的現實和無奈讓人感同身受；《鬼怪》又呈現出史詩級的視覺效果，貢獻了讓人嘆爲觀止的全新世界，除此之外現實和玄幻的交織又產生了無窮趣味……如今再到這部《阿爾罕布拉宮的回憶》，不斷創新，不斷突破的韓劇不得不讓人服氣地承認，它的成功並非僥幸。

◀韓劇《阿爾罕布拉宮的回憶》以AR遊戲爲故事背景　資料圖片

友人與我同看此劇時，不禁大發感嘆道：韓劇已經達到了登峰造極的境界，還能不斷產生突破，韓劇的極限到底在哪裏……而我更想問的是，何時我才能看到我國的國產劇也有這樣合理化的創新和爲人稱道的質的飛越呢？