

9
月
号

讀書

讀者文摘



DeWitt

出版者：讀者文摘遠東有限公司
地址：香港荷里活阿公岩村道三號
承印：凸版印刷（香港）有限公司
地址：香港觀魚涌華蘭路凸版大廈
Vol. 54, No.1, September 1991
The Reader's Digest is published by
Reader's Digest Association Far East Limited
3, Ah Kung Ngam Village Road
Shaokwan, Hong Kong
Printed by the Toppan Printing Co. (H.K.) Ltd.
Toppan Building, Westlands Road
Quarry Bay, Hong Kong

Reader's Digest

讀者文摘

一九九一 九月號

總編輯：鄭健鵬

主編：陳燕齡

編輯：高瑞武

副編輯：曾綠姬

助理資料編輯：張惠霖 葉迪慧

美術部：周念慈 龍正薇

訂閱本刊全年價目及匯寄訂費地址：

中國、香港、澳門：HK\$312
香港七姊妹郵政局信箱六〇一三〇號
讀者文摘遠東有限公司

日本：¥8640

c/o. Western Publications Distribution Agency
14-9 Okubo 3-chome, Shinjuku-ku
Tokyo 160, Japan

新加坡：S\$78 馬來西亞：M\$90
汶萊：B\$78

Reader's Digest Asia Ltd
Thomson Road, P.O. Box 70
Singapore 9157, Republic of Singapore

台灣：NT\$1416
讀者文摘亞洲有限公司台灣分公司
台北郵政87-7號
郵政信箱〇五六二五六一六號

泰國（空郵）：US\$50
c/o Distri-Thai Ltd.
15th Floor, Suite 190,
868 Soi Vanich 2 Songward Road,
Sumpuntavong, Bangkok 10100

其他地區（空郵）：US\$50 HK\$390
香港七姊妹郵政局信箱六〇一三〇號
讀者文摘遠東有限公司
訂閱本刊時，請同時惠寄訂費。

更改地址：請開列新舊地址及訂戶編號，通知：
香港七姊妹郵政局信箱六〇一三〇號
讀者文摘遠東有限公司

Reader's Digest Association Far East Limited
Box 50130, Tsim Tsz Min P.O., Hong Kong
(兩月後方可更改地址投遞)

總經理：Robert W. Adam

副總經理：Antony Rees

財務部：李照恩

廣告部：Leo U. Murray 徐靜儀

營運部：裴大為

人力資源部：李英聰

市場推廣部：陳秉州

讀者文摘亞洲有限公司台灣分公司

業務部：翁啟燦 廣告部：楊雪紅

讀者文摘有限公司（美國）

總編輯：Kenneth Y. Tomlinson

國際版執行編輯：Christopher Willcox

總裁：George V. Grune

本刊刊印以下列文字印行：英文（美國、英國、澳大利亞、加拿大、南非、紐西蘭、印度及亞洲版）；法文（比利時、加拿大、法國及瑞士版）；德文（德國及瑞士版）；西班牙文及葡文（拉丁美洲及老里亞版）；荷蘭文（荷蘭及比利時版）；中文：俄文；韓文；阿拉伯文；印地文；義大利文；丹麥文；芬蘭文；挪威文；瑞典文。

美國、德國、西班牙及瑞典版亦以盲人點字版發行。美國版並由美國哥倫比亞州路易維爾盲人書刊印務公司以錄音片發行。

封面：童嬌蘭

陳玉蓮畫

Reader's Digest®
Trademark Reg.

註冊商標

ISSN 1017-4265

版權所有
不准翻印

©一九九一年。本刊著作權歸讀者文摘遠東有限公司 (Reader's Digest Association Far East Limited)、讀者文摘亞洲有限公司 (Reader's Digest Asia Limited, Reader's Digest [Far Asia] Limited)、讀者文摘有限公司（美國） (Reader's Digest Association, Inc. [U.S.A.])。不准以任何方式，在世界任何地區，以中文或任何文字，作全部或局部之翻印、仿製或轉載。本刊著作權受國際著作權公約與北美著作權公約之保護。本刊在香港印行。ABC 本刊為英國出版商公會 (Audit Bureau of Circulations, London) 會員。

© 1991 Reader's Digest Association Far East Limited, Reader's Digest Asia Limited, Reader's Digest (East Asia) Limited and Reader's Digest Association, Inc. (U.S.A.). All Rights reserved. Reproduction in any manner in whole or part in Chinese or other languages prohibited. Protection secured under the International and Pan-American copyright conventions. ABC Member of the Audit Bureau of Circulations, London.

DeWitt

出版者：讀者文摘遠東有限公司
地址：香港荷里活阿公岩村道三號
承印：凸版印刷（香港）有限公司
地址：香港觀魚涌華蘭路凸版大廈
Vol. 54, No.1, September 1991
The Reader's Digest is published by
Reader's Digest Association Far East Limited
3, Ah Kung Ngam Village Road
Shauiwan, Hong Kong
Printed by the Toppan Printing Co. (H.K.) Ltd.
Toppan Building, Westlands Road
Quarry Bay, Hong Kong

Reader's Digest

讀者文摘

一九九一 九月號

總編輯：鄭健鵬

主編：陳燕齡

編輯：高瑞武

副編輯：曾綠姬

助理資料編輯：張惠霖 葉迪慧

美術部：周念慈 龍正薇

訂閱本刊全年價目及匯寄訂費地址：

中國、香港、澳門：HK\$312
香港七姊妹郵政局信箱六〇一三〇號
讀者文摘遠東有限公司

日本：¥8640

c/o. Western Publications Distribution Agency
14-9 Okubo 3-chome, Shinjuku-ku
Tokyo 160, Japan

新加坡：S\$78 馬來西亞：M\$90
汶萊：B\$78

Reader's Digest Asia Ltd
Thomson Road, P.O. Box 70
Singapore 9157, Republic of Singapore

台灣：NT\$1416
讀者文摘亞洲有限公司台灣分公司
台北郵政87-7號
郵政信箱〇五六二五六一六號

泰國（空郵）：US\$50
c/o Distri-Thai Ltd.
15th Floor, Suite 190,
868 Soi Vanich 2 Songward Road,
Sumpuntavong, Bangkok 10100

其他地區（空郵）：US\$50 HK\$390
香港七姊妹郵政局信箱六〇一三〇號
讀者文摘遠東有限公司
訂閱本刊時，請同時惠寄訂費。

更改地址：請開列新舊地址及訂戶編號，通知：
香港七姊妹郵政局信箱六〇一三〇號
讀者文摘遠東有限公司

Reader's Digest Association Far East Limited
Box 50130, Tsim Tsz Min P.O., Hong Kong
(兩月後方可更改地址投遞)

總經理：Robert W. Adam

副總經理：Antony Rees

財務部：李照恩

廣告部：Leo U. Murray 徐靜儀

營運部：裴大為

人力資源部：李英聰

市場推廣部：陳秉州

讀者文摘亞洲有限公司台灣分公司

業務部：翁啟燦 廣告部：楊雪紅

讀者文摘有限公司（美國）

總編輯：Kenneth Y. Tomlinson

國際版執行編輯：Christopher Willcox

總裁：George V. Grune

本刊刊印以下列文字印行：英文（美國、英國、澳大利亞、加拿大、南非、紐西蘭、印度及亞洲版）；法文（比利時、加拿大、法國及瑞士版）；德文（德國及瑞士版）；西班牙文及葡文（拉丁美洲及老里亞版）；荷蘭文（荷蘭及比利時版）；中文：俄文；韓文；阿拉伯文；印地文；義大利文；丹麥文；芬蘭文；挪威文；瑞典文。

美國、德國、西班牙及瑞典版亦以盲人點字版發行。美國版並由美國哥倫比亞州路易維爾盲人書刊印務公司以錄音片發行。

封面：童嬌蘭

陳玉蓮畫

Reader's Digest®
Trademark Reg.

註冊商標

ISSN 1017-4265

版權所有
不准翻印

©一九九一年。本刊著作權歸讀者文摘遠東有限公司 (Reader's Digest Association Far East Limited)、讀者文摘亞洲有限公司 (Reader's Digest Asia Limited, Reader's Digest [Far Asia] Limited)、讀者文摘有限公司（美國） (Reader's Digest Association, Inc. [U.S.A.])。不准以任何方式，在世界任何地區，以中文或任何文字，作全部或局部之翻印、仿製或轉載。本刊著作權受國際著作權公約與北美著作權公約之保護。本刊在香港印行。ABC 本刊為英國出版商公會 (Audit Bureau of Circulations, London) 會員。

© 1991 Reader's Digest Association Far East Limited, Reader's Digest Asia Limited, Reader's Digest (East Asia) Limited and Reader's Digest Association, Inc. (U.S.A.). All Rights reserved. Reproduction in any manner in whole or part in Chinese or other languages prohibited. Protection secured under the International and Pan-American copyright conventions. ABC Member of the Audit Bureau of Circulations, London.

開懷篇



俄國 小女孩在家

應門，一個男人要見她父親。「對不起，他不在家，」她回答，「不過他會在八小時四十分鐘二十三秒後回來。」
「你怎麼說得那麼確實？」

「他是一位環繞地球軌道運行的宇宙飛行員。」

「那你母親呢？」

「她也不在。」

「她什麼時候回來？」

「誰曉得，」小女孩回答，「她買麵包去了。」

— Coffee Break

婦人 坐在公共汽車上讀報上一篇有關壽命統計

的報道，她向旁邊的男人問道：「你可知道我每呼吸一下就有一個人死掉？」

「真的嗎，」那男人回答，「你試過漱口藥水沒有？」

— Milwaukee Journal

甲：「我朋友開了一家三溫暖，我想送他一塊匾額，你覺得題什麼字比較好？」

乙：「『蒸蒸日上！』」

— 聯合報

男子 來到天堂門口請求進去。

「告訴我你生前所做過的一樁好事，」天使對他說。

「好，」那人回答，「我看見一羣流氓騷擾一位老婦，於是我踢了歹徒的頭子一脚。」

「這是幾時的事？」

「大約四十秒前！」

— M.S.C.

棒球賽中，一個婦人頻頻大聲恫嚇裁判，不管

球賽情況如何，她總是不斷大喊：「殺死裁判！」這樣一連鬧了一小時，另一球迷嚷道：「太太，裁判沒錯啊！」

「可是昨天晚上他回家時襯衫領上有口紅印，」她回答，「殺死裁判！」

— Milton Berle's

Private Joke File

ILLUSTRATION CHRIS DEMAREST

一天 我在雜貨店裏遇見一位多年不見的世伯，他已不認得我了，我於是向他介紹自己是老莊和海海的女兒。「海海的女兒！」他大叫道，「這麼美麗的小姐。」跟着，他對她太太喊道：「瑪莎，快來，看看海海的女兒。你記得海海——那位漂亮的女士嗎？」「我當然記得啦，」瑪莎答道，「她總是那麼漂亮。」

他讚美了我母親一陣之後，又對我說：「你長得真像你父親。」

—C.G.

祖父 八十三歲初次住醫院。「這是什麼？」他拿起拴在他枕頭上的拉鈴繩問道。

「那是拉鈴，爺爺，」我回答。

他拉了幾下，然後說道：「怎麼沒有鈴響？」

「呃，它不響的，」我跟他解釋，「你一拉，過道的燈就會亮給護士看。」

「真沒道理！」他很以為然地說，「如果護士要開過道裏的燈，她不可以自己開嗎？」

—C.B.

好友 舉行婚禮，禮畢後大夥開洞房。有人拿酒注滿新娘的高跟鞋叫新郎喝下，新郎邊喝邊苦着臉對新娘說：「你看，不是早就叫你穿涼鞋的嗎？」

—K.W.

一羣 獵鹿朋友分成兩人一組展開行動。當晚，一人蹣跚地揹着一隻八叉鹿角的雄鹿單獨回來。「你的伙伴哈雷呢？」另一獵人問。

「他在離這裏幾公里的小路上暈倒了，」那人答道。

「你就讓他一個人躺在那裏，自己卻揹着鹿回來了？」

「我是很為難，」那人說，「不過後來我想，總不至於有人會把哈雷偷走吧。」

—The Jokesmith

本欄歡迎讀者投稿，詳情請閱第八十九頁。

一隻棄犬為一個苦惱的家庭帶來了和諧

可人善寧

戴

浩斯一家人在看電視新聞節目，介紹「難找人領養的

孩子，這時螢幕上映出了一個笑得很不自然的八歲孩子的照片。

「為什麼我們不能領養他？」

十四歲的史提夫問。

十歲的茱莉應和着說：「嘿，那可太棒了。」

「對呀！媽，你說怎麼樣？」

十三歲的雪麗也接腔說。

戴浩斯夫婦——唐和莎朗——看了

對方一眼。他們曾經收容過寄養的孩子，也曾討論過領養孩子的事。

他們夫婦都很仁慈，在美國密西根

州有三十五公頃的田地和樹林，讓

那個男孩子在那裏成長是再理想不

過的了。莎朗第二天就到領養服務

中心去查詢，但那孩子已給另一家

人領養了。

後來，中心寄了另一個孩子的照片給戴浩斯夫婦，還附了他兩個

(下接第十二頁)

PHOTO © STEVE SCHNEIDER/WOMAN'S DAY



(上接第七頁)

妹妹的照片和一些背景資料。提莫西八歲，克萊爾六歲，羅莉四歲，他們的父親不知是誰，母親在一次車禍中腦部受損，行為變得怪異、健忘，往往一連多日不見人影。

有一次，孩子的媽媽把他們留在寒冷的街頭，兒童福利機構的人員及時伸出援手，救了他們，並把他們分別寄養在不同的家庭裏，但孩子分開後終日愁眉苦臉，領養中心正設法找一個能把三個孩子一起領養的家庭。

唐是位事業有成的獸醫，他對妻子說：「如果你有辦法多照顧三個孩子，我也應付得來。」

戴浩斯一家人開了個家庭會議，都贊成領養那三個孩子。他們很興奮，直到三個孩子來到家裏為止。

提莫西小小年紀就要負起照顧兩個妹妹的重任，因此變得很謹慎、固執、悲觀和古板。他從不曉得怎樣玩耍，戴浩斯的孩子想跟他一起玩捉迷藏時，他急匆匆跑回屋裏去。

克萊爾剛好相反，整天在微笑。但她漠然的笑容永遠都是一個樣子，好像是畫在臉上的。她最喜歡黑色，沒事就用黑蠟筆在紙上塗鴉，然後把它們藏在屋內各個地方。

羅莉每天要發四、五次脾氣。她會用指甲抓克萊

爾的臉，有一天還用圓規戳她。她顯然很害怕男人，唐一回到家裏，她便尖叫。有人想碰碰她，她也會全身縮起來。

過了不久，這兩批孩子開始互相迴避。莎朗想開解兩個小女孩，親熱地摟着她們，和她們一起玩耍，但她們就是不肯放鬆，也不信任她。

有一天，兩批孩子快要打起架來了，就在這個時候，唐從診所打電話回來。他說：「開車把孩子帶到這裏來。」

莎朗厲聲喝令孩子上車，大家嚇得不敢反抗。於是六個孩子你推我擠地進入獸醫候診室，驚動了一頭毛色光潤的大黑狗，牠跳起來狂吠，護着他的主人和他們的嬰兒。

唐從診療室裏走出來，介紹莎朗認識那對年輕夫婦。「他們要搬到城裏去，」唐說，「他們的狗雖然很會看門又喜歡小孩，但他們沒法帶牠去，又找不到人肯收養牠。他們想我把牠解決掉。」

「啊，千萬不要！」茱莉大喊，「媽，我們可以養牠嗎？」

「牠很強壯、健康，才兩歲，」唐繼續說，「不過，莎朗，當然得由你決定。」

莎朗咬着嘴唇，沉思了一會兒。她為使一家人融

寧善的人可

洽相處，已經弄到筋疲力竭，再添一條狗，不是自找麻煩嗎？「先把牠放進狗欄，然後再說吧，」她喃喃地說，一面把孩子帶回汽車去。

回家途中，莎朗意料她自己的孩子會想到如果不是因為這些新來的孩子，她是會同意養那隻狗的。現在他們又多了一個不滿那幾個小傢伙的理由了。莎朗無可奈何地打電話給唐，叫他把狗帶回家來。「牠叫什麼名字？」她問。

「善寧。」

「怎麼給狗取這麼古怪的名字！」

第一天晚上，善寧站在狗屋前整夜吠個不停。第二天早上，除了羅莉其他的孩子都去上學之後，莎朗讓狗走進屋裏。善寧興奮得禁不住在地板撒尿。

「壞狗！」羅莉大聲尖叫，「滾開！」

羅莉舉起手臂要打善寧，莎朗及時攔住了。「牠不是壞，」莎朗說，「是害怕。牠不認識我們，也不信任我們。」莎朗在地板上坐下來，輕聲地說：「善寧，現在這是你的家了。不用怕，你會沒事的。」

狗嗅了嗅莎朗的手，然後把頭伸到莎朗的頸和肩膀之間。羅莉伸手去摸善寧，接着把臉貼在牠柔軟光亮的身上。莎朗移過手臂，把孩子和狗都摟了過來。

這是羅莉第一次容許別人碰她。

稍後羅莉又大發脾氣。善寧奔過來，又停下了。之後，牠走過去舔乾羅莉臉上的淚水。羅莉仍哭個不停，善寧就把羅莉的小毛毯叼來，蓋在羅莉身上。

羅莉嚇了一跳，楞住了。莎朗說：「我看牠想跟你玩拔河。」

羅莉抓着毛毯一角用力拉。善寧撐住兩條後腿也猛力地扯。狗的力氣雖大，但牠的爪子在打了蠟的地板上滑動了。羅莉大笑不止，在廚房裏把善寧拖得團團轉，最後人狗一起滾在地上。不出幾天，羅莉的行為開始有了改進。

有一天，唐買了一枝水槍給提莫西。唐示範怎樣玩時，善寧站在一旁。水槍射出弧形水柱，牠拚命跳高，想要去抓。提莫西接過水槍來玩，善寧也不停地跳躍。提莫西樂不可支，唐讓他們兩個盡情嬉耍。

善寧還愛玩人拋東西牠銜回來的遊戲。有一天牠叼了一根木棒放在提莫西的腳旁，猛搖着尾巴。但提莫西不懂得怎樣才能拋得遠，便請史提夫教他拋。於是不久，提莫西、茱莉和史提夫三個幾乎每天晚上都玩投擲遊戲。

這幾個孩子之中，雪麗最沒興趣跟狗玩耍。這個豆蔻年華的少女常一個人躲在房裏，沒精打采的。善

寧似乎察覺到這點，間或用鼻子推開雪麗的房門，把下巴伸在她的床邊，直到雪麗攔牠一把才走開。

但有一天雪麗很不開心，沒心情攔牠。原來她又在自己最不想人碰的物件中發現了用黑蠟筆塗鴉的紙片。她追着克萊爾高聲吼道：「以後不准再進我的房間！」

克萊爾笑容頓斂，躲到了角落裏。稍後莎朗發現她在啜泣，又低聲向善寧傾訴，善寧善解人意地用尾巴猛拍地板。此後克萊爾每逢害怕或不開心時就找善寧。不久黑蠟筆不見了，她開始畫色彩鮮明的圖畫。

有一天，莎朗烤點心，羅莉、克萊爾和提莫西都擠在廚房的枱前，等着舔盆裏剩下的糖霜。羅莉突然問：「善寧是寄養的還是領養的？」

「是領養的，」莎朗答道，「這是說我們不只替人家照顧牠。牠是我們的，是我們一家。」

「就算牠不聽話，你們也不會趕牠走？」

「永遠不會。」

「你們不會傷害牠？」

「永遠不會。」

過了片刻，提莫西說：「我們是領養的。」

「不錯，你們是領養的，」莎朗說。

數天後，莎朗和唐帶六個孩子去溜冰場玩。他們

參加了凌波舞比賽，但他們仰身試圖滑過越放越低的橫杆時，全部都倒了下來，只有克萊爾成功了。雪麗說：「嘿，看克萊爾溜啊，」跟着全家人都為她喝采打氣：「溜過去，克萊爾，溜過去！」克萊爾綻開笑容，揮着手繼續向前滑，結果只剩下她一人沒滑倒。莎朗起初以為，克萊爾眉飛色舞是因為贏得了錦標。但回家後，她聽到克萊爾對善寧說：「他們為我喝采，善寧！喝采呢。」

莎朗想：「現在幾個孩子像車輪的輻條，善寧則是輪軸，把他們聯結起來。」他們因為愛牠，也學會了彼此相愛。

那天夜晚，孩子靠臥在客廳地板上，唐和莎朗並肩坐在沙發上。「善寧，」唐輕聲叫喚。黑狗跑來把頭鑽到他的臂彎裏。「謝謝你，」唐輕柔地說，「你不單為自己找到了家，也使我們有了個美滿的家。」

Jo Couderc

一絲不苟

某次 我用麵包紙包着硬幣到銀行去存錢。銀行替我入帳後，交給我一張紙條，上面寫着：「儲存硬幣、麵包屑和芝麻。」

—J.S.

送花人 手有餘香

一位年輕主婦對鄰人說：「無論我做什麼，他們都認為那是我的分內事，也許等我活到一百歲，才會習慣他們這種態度。如果比爾能夠偶爾誇獎我幾句，我會快樂得多。」

我們很少人知道自己多麼需要鼓勵。其實，我們必須不時得到別人的讚許，才能建立自信。

人人都想受到歡迎，得到欣賞。但是如果沒有人讚許我們，我們又怎能知道自己是良師益友？

要增進與別人的關係，只需體諒了解對方就行了。但如何表現出這種體諒和了解，並使人感覺自己受重視和值得敬佩呢？方法很簡單：時時留意別人值得你敬佩稱譽的地方，然後坦言相告。

我們每人心中都有一幅自己的畫像——一個自我形象。要生活得美滿，我們的自我形象必須自己能夠接受，並且喜愛。如果我們很滿意自己的形象，並引以自豪，就會充滿自信，自由發揮所長，凡事盡力而為，表現得最好。如果我們不滿意自己的形象，並引以為恥，就會多方設法掩飾，不讓人見到真面目，於是變得

不友善，很難相處。

一個人增加了自尊自信之後，就會產生奇蹟。他會忽然覺得別人很可愛，他會變得親切和藹，更加合作。讚語是亮油，可以把自我形象擦得閃閃生光。

你稱讚別人就能使別人產生奇蹟。你使他增加了自尊，他就會歡喜你，願意與你合作。

英國政治家兼作家切斯特菲爾德勳爵有這樣一句名言：「要使人歡喜你，首先就要使他多歡喜自己一點。」

讀語的功効實在很大。一位派到被人戲稱為「冰箱」的教堂任職的新牧師，決定不指摘教友對不熟悉的人冷淡。他講道時開始熱烈歡迎客人，又說教友都很友善。他不斷根據自己的願望把教堂描繪成和睦親愛之地，教友於是力求不負所望。「冰箱」不再冰凍了。他說：「讀揚使冷冰冰的教友變成熱情的人。」

讀美別人必須有誠意，有誠意讀美才有力量。爸爸辛勞了一天下班回家，看到玻璃窗後向外張望、盼他回家的孩子的臉，就會感受到他們默默而又溫暖的情意，心神自然快慰無比。

讀語有助於消除日常接觸所引起的不快，夫婦之間尤其如此。可是一般人在家裏似乎比在別處更少讚美別人。懂得在適當時候讚美一下丈夫或太太的人，就掌握了使家庭生活美滿的要訣。

孩子特別需要讚美、鼓勵和誇獎。一位年輕的母親告訴牧師這個令人心酸的故事：

「我的小兒子很頑皮，我時常責罵他。可是有一天他非常乖。那天晚上，我替他蓋好被轉身離去時，聽到他哭。他的頭埋在枕頭裏，一面哭，一面問我：

「媽媽，我今天不是個乖孩子嗎？」」

那位母親說：「這一問，直刺痛了我的心。他做了錯事，我就急不及待地指摘他。他乖的時候，我卻沒有注意到。我就這樣的送他上床睡覺，沒有誇獎他一句。」

花點工夫找些什麼來誇獎孩子，你不久就會發現他的能力和態度都大有改善。用讀語來鼓勵別人，是使他竭其所能、鞠躬盡瘁的最有效方法。

畫家對於能使別人欣賞到美而感到高興。因此，擅於讚美別人的人，也會發現施者和受者都能得到好處。諺語有云：「送花人手有餘香。」這句話實在有道理。

Gottfried R. von Kromenberger



穩操勝券

贊比亞人識字率很低，文盲佔了總人口一半，因此，在選票上每個候選人名字旁邊都有個標記。比較常見的標記是眼鏡、小凳、叉子、窗戶和腳踏車。可是，總統卡翁達的標記不易弄錯，因為那是贊比亞的國鳥雄鷹，難怪在競選中沒有對手可與他匹敵。

—Financial Times

科學家終於找到了
慢性疲勞病的根源

累了還是病了？

美國

新墨西哥州家庭主婦南施·凱澤十七年前得了一種怪病。那年她三十八歲，本來非常喜歡打高爾夫球和游泳，但那時卻覺得彷彿就要死去。她軟弱無力，十分疲勞，為膀胱感染所苦。她的肌肉痠痛，心情變化莫測，記憶力似乎日漸衰退。醫生認為她正處於更年期。一九八一年，凱澤同意接受子宮切除術，但動過手術後健康仍無改善，醫生於是介紹她去看精神病醫生。

到了一九八七年，凱澤已經看過二百一十二位專家。她視力衰退，她的病每天輕微發作十來次。但因為診斷不出她究竟患了什麼病，別人都認為她健康正常。醫生暗示進精神病院對她說不定會好些。

光讀主流醫學雜誌的人不會知道，像南施·凱澤

所患的那些怪病，今天已經引起公共衛生界的重大關注。這種病有許多不同的名字。英國和加拿大患者把它叫做肌痛腦脊髓炎，日本人名之為低天然致死細胞徵候簇，美國一般把它叫做慢性疲勞徵候簇。它的一些常見徵狀——發燒、淋巴結腫大、盜汗、關節與肌肉痛——聽起來耳熟能詳，使人不安。但是它跟愛滋病不同，似乎不是由性接觸傳染，也不致命。它只把人弄到莫名其妙地病痛纏身。許多患者情緒不穩定，喜怒無常，大部分患者智力有些衰退。睡不好是常事，視力不佳也極常見。雖然有時病人大病數月之後，會霍然而愈，但這種病也會延續多年——或是好了又復發。

「它究竟是一種病還是幾種病，只有一種病源還是幾種病源，現在還不清楚，」美國疾病控制中心主

要負責研究此病的研究員華爾特·岡恩醫生說。診斷主要是個排除其他疾病如愛滋病、癌症和多發性硬化的過程，治療則靠不斷嘗試摸索。

慢性疲勞徵候簇可能不是一種新病。百多年來，有些病人也有同樣令人困惑的多種徵狀，或是零星幾宗，或是同時在一個地區出現許多病例。不過到了最近，有關這種疾病的報道才越來越多。

美國人對這種疾病的關注，是從內華達州塔霍湖濱消夏勝地傾斜村開始的。一九八四年秋天，有十幾個中學教師得了彷彿是十分頑強的流行性感冒，去看保羅·切尼和但尼爾·彼得遜醫生。沒出幾個月，將近二百個塔霍湖濱居民也患了同樣的病，而且沒有一個的病況有好轉的迹象。大多數患者在大量生產對抗EB病毒病的抗體，這種疱疹病毒會導致傳染性的單核細胞增多症。但成年人患單核細胞增多症的極其罕見，而成年人單核細胞增多症成為流行病，更是聞所未聞。因此切尼把這種奇怪的流行病報告疾病控制中心。

一九八五年九月，經過多次催促，中心派來兩位調查員，他們在發表的報告中斷定，EB病毒並

不一定是致病原因。幾乎每個人到了成年都會感染這種病毒，健康的成年人有時也會呈現切尼和彼得遜所記錄的高抗體計數。此外，這些病人似乎不僅與EB病毒搏鬥，驗血也顯示出病人對單純性疱疹和細胞巨化病毒的高抗體計數。疾病控制中心派來的人建議，手上有這種病人的醫生，與其為EB病毒煩惱，不如集中精力去注意「比較顯明和可能治好的症況」。

戴維·貝爾醫生還記得一九八六年他讀到有關塔霍湖傳染病報道的那一天。他正坐在紐約州林登維爾鎮的診所裏，林登維爾是個位於安大略湖南的農村小鎮。那時他自己的診所也遇到了他從未見過的最奇怪疾病：一種原因不明、類似流行性感冒、經久不愈的疾病。他從報道中知道那個內華達消暑勝地受到「優勝士流行性感冒」的襲擊，那是一種時興的疑病症，患者都是住在城市的有錢青年，而當地兩個醫生認為是EB病毒所致。「我知道不管我們研究的是什麼，它和優勝士絕對無關，」他說。事實上貝爾的病人大都是兒童，其中四分之一在試驗中對EB病毒呈陰性反應。

貝爾的煩惱從一九八五年十一月開始。那時他的

秘書瓊·波拉德和丈夫趕着送十三歲女兒進醫院進行切除闌尾手術，把三個小女兒送到朋友鄧肯遜家去請他們代為照管。鄧家自己有八個兒女，其中三個男孩那年生過病。沒出兩個星期，波家那三個女兒、鄧肯遜太太、以及鄧家五個男孩都病了，喉嚨痛、淋巴結腫大、腹痛、嘔吐和極度疲勞。貝爾猜想他們得了流行性感冒，不久就會痊癒。

可是，他們的病情竟然每下愈況。「我的兒子開始哭着走來走去，直伸着手臂，因為淋巴結痛得很厲害，」鄧肯遜太太回憶說。波家那三個女孩有三個月幾乎不能走路。到了第二年夏天，貝爾的病人大約有三十個患了這種疾病，其中有兒童，也有成年人。

他想請州政府衛生署幫忙解決問題，但不成功。

貝爾開始對病人進行調查，想找出一些共同點。他終於找到了一些：患病兒童可能都患有過敏症，而且一直在喝未經消毒的牛奶。可惜他們的徵狀和任何常見過敏症或細菌感染的徵狀並不相符。

到一九八七年春季，貝爾的這類病人還在增加。他把病人介紹給專科醫生，但專科醫生找不出原因。

他打電話給疾病控制中心，可是所得到的答覆是，只有州政府衛生署請他們幫忙，他們才會插手。隨後他遇到一個病人，她患的病現在稱為林登維爾徵候簇，是個典型的病例，她來自加州，知道自己患的正是慢性口口徵候簇。貝爾立刻明白過來，塔霍湖的醫生試圖診治的是同一疾病。

事實上，這種病在美國全國各地都有報道，而且已吸引了一小組基本的研究人員。波士頓布里格姆婦科醫院的內科主任安東尼·科馬羅夫醫生對塔霍湖流行病進行獨立的研究，發現了它是一種器官病的有力證據。匹茨堡大學醫學院癌症流行病學家西摩·格魯費爾曼醫生現正研究在北加羅來納交響樂團員之中出現的流行病。

秋天，貝爾在討論這種疾病的全國會議上結識了切尼，二人開始交換意見。大多數研究人員那時仍把這種病叫做慢性口口病毒徵候簇，但許多研究人員已注意別的病毒，包括新近發現的叫做口口口的疱疹病毒，以及小兒麻疹症、科賽奇病毒之類的腸病毒。問題在於這些病毒之中沒有一種是每個病人都有的，

也沒有一種只在這類病人身上出現。疾病控制中心在一九八八年把這種疾病改稱為慢性疲勞徵候簇。現在已無人能否定它的存在，不過它的病源依然是個謎。

最新的推論認為慢性疲勞徵候簇基本上是免疫系統失調。一些研究人員提出的理論認為，人體的免疫系統受到某種未知化學物或病毒損害，就會發病。免疫系統受損後，通常受到控制的病毒就會在人體內迅速增加。

其他研究結果後來提供了有關免疫系統失調更全面面的資料。美安密大學醫學院的南施·克里馬斯醫生所作的研究顯示，天然致死細胞通常襲擊人體中任何外來的物質，但在慢性疲勞徵候簇患者身上，這些細胞卻極不活動。她還發現某些種類的T細胞——原本用來攻擊特定外來物質的致死細胞——不是不夠活動就是過度活動。

這些發現雖然都提供了許多新的資料，但並未能破解這種疾病之謎：是什麼破壞了人的免疫體系，使他們的身體大受損害？

在一九八〇年代初期，愛滋病也曾引起同樣的問

題，而罪魁禍首後來證明是一種後病毒，就是可怕的HIV。後病毒基本上是獨立的核糖核酸(RNA)束，能變成脫氧核糖核酸(DNA)，並能永久拼接成某些細胞的染色體（它們叫做後病毒，因為核糖核酸通常是由脫氧核糖核酸製造出來的）。這些病毒在動物身上最為常見，但只有四種——HIV、HIV-1、HTLV-1和HTLV-2——曾在人體中發現。所有四種後病毒都襲擊叫做T型淋巴細胞的免疫系統細胞，而且都與慢性病有關，其中包括血友病，幾種神經系統疾病，可能還包括多發性硬化。

去年九月，包括貝爾與切尼醫生和費城威斯塔研究所的伊萊恩·德佛里塔斯醫生在內的一個研究組，宣佈他們發現了人類T型細胞血友病毒(HTLV-2)和慢性疲勞徵候簇之間在遺傳上可能有聯繫。但是如果罪魁是後病毒，它是由牛奶或肉類傳染的動物病毒呢（一如貝爾在當地調查中所暗示的），還是通過偶然接觸傳染的人類後病毒呢？

別的研究人員一直在探索各種各樣的原因，以便確定這種疾病的病源。一個在醫學界極有名望的研究