



慢性病 防治手冊

久病成良醫(續篇)

中西醫及氣功療法要訣

【自立晚報連載】

吳長新・曾文哲・詹汝娟◎著

胡俊弘◎推薦



慢性病防治手冊：久病成良醫（續篇）／吳長新
，曾文哲，詹汝娟著．-- 一版．-- 臺北市：月
旦出版；1994[民83]
面；公分．--（月旦生活系列；19）
ISBN 957-696-139-4（平裝）

1. 醫學 - 論文, 講詞等

410.7

83007494

慢性病防治手冊——中西醫及氣功療法要訣

作 者：吳長新·曾文哲·詹汝娟
發 行 人：洪美華
主 編：戚繼華
責 任 編 輯：徐惠蓉
出 版 者：月旦出版社股份有限公司
 台北市羅斯福路三段171號10樓之1
 電話：3690258

登 記 證：局版臺業字第5298號
製 版：和鑫照相製版有限公司
印 刷：成陽印刷股份有限公司
電 腦 排 版：上統電腦排版事業有限公司
— 版：1994年8月

郵 撥 帳 號：17239354 月旦出版社股份有限公司
定 價：210 元

本書如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換。

ISBN 957-696-139-4

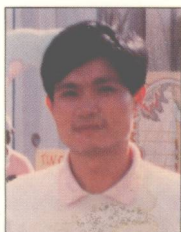
總 經 銷：學英文化事業有限公司
 台北縣新店市民權路130巷2號3F
 電話：(02)2187307

作者簡介



吳長新

中國醫藥學院畢業，曾任華視「手足按摩講座」主講，台視、聯合報、經濟日報、幼獅廣播電台「中國傳統保健講座」、「氣功講座」等主講。現任中國科學氣功學會理事長、中華民國手足按摩健康會創會人、台北縣易經學會理事長、北京中醫學院客座教授、中國醫藥研究所研究員、美國針灸學院名譽顧問。



曾文哲

國立中央大學英美語文學系畢業，曾任自立早報民生新聞組記者、醫藥小組組長。現任自立晚報綜合組資深記者兼醫藥版主編。著有《小病別怠慢》、《國民抗癌手冊》、《國民醫療手冊》、《久病成良醫》、《性本性》、《紙上診所》等書。



詹汝娟

輔仁大學經濟系畢業，曾任台灣新生報醫藥記者。現任自立晚報綜合組記者。著有《國民抗癌手冊》、《國民醫療手冊》、《久病成良醫》、《性本性》、《紙上診所》等書。



月旦生活系列

總說明

爲協助讀者追求更健康、更安適、更愉悅的生活，在選材上，結合國內外頂尖專業人士，有系統的介紹新觀念新方法；以現代人的日常生活爲起點，擴及心理、環保、醫療保健等領域。在編輯上，秉持實用原則，以簡明流暢、深入淺出的方式，並精心邀請國內專家審訂導讀，便於讀者將書中內容融入實際生活中。月旦生活系列每一本都是實用的好書，只要你開始閱讀，將會有意想不到的收穫。

◇月旦生活系列

①睡眠管理手冊

作者：柏黛兒／審訂：周勵志

作者以其親身經驗結合美國最新實驗研究結果，擬定一套睡眠管理計畫，能提高睡眠品質，同時改善睡眠之後的身心狀態。幫助飽受睡眠困擾的人，重新做睡眠的主人；讓未受困擾的人，透過自我激勵，達到充實人生、豐富生命的目的。

定價：二一〇元

②性與愛白皮書

作者：呂政達／推薦：文榮光

本書集結自立晚報《金賽博士白皮書》專欄，告訴你二十世紀的性愛是結合生理、心理、技術、責任和愛的生活藝術。內容旁徵博引，筆調的幽默，兼具實用和啟發性。

定價：二〇〇元

③男人的健康顧問

主編：羅法佛／審訂：江漢聲

這是一本最完整詳盡，也最具實用價值的男性健康手冊。由美國最具權威的健康雜誌策劃編寫，書中邀請數百位專家擔任顧問，針對身心健康的各種問題，提出解答。

定價：二八〇元

④國民抗癌手冊

作者：曾文哲、王怡文、白麗麗、詹汝娟

癌症名列當今人類十大死因之首，令人談癌色變。本書結合了國內中西名醫，各自就其領域，對各種癌症致病成因及治療原則加以分析、解說。堪稱最實用的防癌與治癌手冊。

定價：二二〇元

⑤像我這麼好的一個人

一年365天的每日肯定句

作者：艾爾·法蘭西／譯者：呂政達

本書作者為美國著名電視節目《周末夜現場》的主持人，他在每集節目中以「史都華·史麥利的每日肯定句」與觀眾互動，深受歡迎。本書告訴你如何以正面的肯定句取代舊有的負面而嚴厲的內心聲音；讓你更喜歡你自己。

定價：一九〇元

⑥國民環保手冊

定價：二四〇元

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：1723935 月旦出版社股份有限公司

地球的權利

作者：派翠西亞·韓恩／審訂：劉志成

本書寫作的目的在於提供一些清楚、可行、實用的概念，幫助地球上的公民，挽救日益惡化的環境。全書分成五個部份，分別探討五個最為人們關切的环境問題：殺蟲劑、固體廢棄物與塑膠、飲用水污染、臭氧層耗竭及全球溫暖化。

⑦國民醫療手冊

如何戰勝慢性疾病(一)

作者：吳長新、曾文哲、詹汝娟

現代人要對付高血壓、潰瘍、腰酸背痛、痔瘡等常見的慢性病，除了要有耐心，最重要的是熟知防治之道，以充分配合醫師的醫療。本書結合數十位國內中西名醫，分析解說二十種疾病的成因、預防及治療原則，並且佐以氣功療法，是最佳的慢性疾病预防手冊。

定價：二二〇元

⑧一生無病計畫

如何喚醒內在醫生

作者：阿諾·福克斯、貝利·福克斯／審訂：陳茂源

我們為什麼會生病？最重要的原因是「內在醫生」衰竭了，自然防衛系統崩潰了。本書詳細分析人體免疫功能的重要性，並列舉各種妨害免疫功能的原因，以及增強的方法。請愛惜、善待自己的內在醫生，保持預防、康復的能力，從今天起，實現一生無病計畫。

定價：二八〇元

⑨情緒管理手冊(一)

做心理上的強者

主編：帕德絲

情緒可以自己掌握！本書提供如何增加自我控制與管理的能力、管理情緒的方法以及如何化解外在壓力。閱讀本書之後可以有效、理性地自行或藉外力妥善地解決負面情緒；做自己心理上的強者！

定價：二四〇元

月旦推薦系列

①公平交易法解讀

作者：呂榮海、謝顯育、張嘉真

本書深入淺出解釋公平法重要法條外，並列舉百貨、家電、資訊、營造、建築、廣告代理、出版、銀行、電視廣播、進口服飾代理等20餘種行業為例。

定價：二八〇元

②著作權法解讀

作者：謝銘洋、陳家駿、馮震宇、陳逸南、蔡明誠

以新著作權法所造成的衝擊為主要重點，詳解新舊法間的重大差異，並列舉資訊電腦、大眾傳播、視聽娛樂、餐飲、廣告、製造、建築、仲介、出租等行業為例。本書以最淺顯文字解讀新修正的著作權法，協助讀者了解如何避免侵害別人著作權，如何避免著作權被侵害。

定價：二八〇元

③社會福利市場經濟解讀

作者：約克·提盟

我國經濟發展已達水準，目前所得分配問題已明顯惡化，以福利國家為目標的呼聲愈來愈高。故本書對西德社會福利市場經濟的重要政策，如競爭政策、社會福利政策、分配政策、穩定政策及環保政策等，均有詳細的分析探討。

定價：一七〇元

④讀書，這一行

作者：華佛／譯者：華昌明

本書深入介紹「猛浪譚」這個影響法國人讀書習慣長達十五年的電視節目，內容豐富又生動，讓所有愛讀書的人，在心領神會之際，忍不住擊掌叫好。

定價：二〇〇元

⑤阿溫觀點

作者：陳盛祖

這是知名企業家陳盛祖的第一本書。作者以其獨到觀點，或暢談經營哲學、或感時憂民、或代論國事，全書充滿了企業

定價：二三〇元

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：1723835月旦出版社股份有限公司

人的社會關懷與參與特質，魅力非凡。

⑥無事不參

作者：戴立寧時論集

作者歷經財政部金融司、保險司長，現為證管會主任委員。本書收錄其十多年來在報章發表的九十九篇專欄短文。讀者透過這些精采的文章，將可發現，作者總是及早預警了某些問題，並有相當具體的建議，深具閱讀價值。

定價：二六〇元

⑦大陸房地產投資解讀

作者：李永然

名律師李永然最新力作，全書從政策法令制度及投資買賣、營建開發、抵押貸款等方面，作深入的實務說明。計畫前往投資、正在積極參與或在洽談土地、營建、貸款、銷售等方面已經困擾不斷的相關行業人士，本書是最實用的參考手冊。

定價：二六〇元

⑧歐洲共同體解讀

作者：邱晃泉、張炳煌

本書以「羅馬條約」與「單一歐洲法」為主軸，輔以歐洲法院的條例，概要介紹歐洲共同體的目標、組織與職權、基本政策與制度、內部單一市場、競爭規範、一般法律制度與司法救濟程序、及孕育中的歐洲政經同盟等。

定價：二三〇元

⑨司法七巧板

作者：黃越宏

本書在中國時報的寶島版連載將近兩年的時間，並曾引起各界的熱烈反應，甚至，在連載期間多次接獲司法人員的投訴與內情透露，司法院亦曾剪報要求所屬改進。然本書的重點，不在批判，而是在對台灣的司法現況作描述，對人性面作介紹，對官僚壓頂作反應，以冀對司法革新獻微薄之用。

定價：一六〇元

◇月旦生活系列

⑩情緒管理手冊(二)

身心改造計畫

主編：帕德絲

本書提供改造身心的最佳計畫。除以運動消除緊張與焦慮、征服工作癮、咖啡癮、煙癮等軟性癮，並且開發自身潛能。以及說明各種常見意外事件、病痛與個人心理狀態的密切關係，學習觀察、了解自己，做自己最好的心理顧問。

定價：二四〇元

⑪情緒管理手冊(三)

情緒療法

主編：帕德絲

情緒也能治病！書中說明如何發揮個人所擁有的療傷治病潛能，並達到意想不到的效果。相互關懷也是一股強有力的療傷力量，而幽默、創造力、音樂、寵物等也具備療傷和維護健康的功能。請開發自我潛能，追求健康人生。

定價：一六〇元

⑫愛的治療法

作者：里歐納·萊恩高

《愛的治療法》提供了恢復健康的實用方法，有意識地激發愛的治療力，並融合了古代和現代神秘的治療觀念與方法，任何人不論是做自我治療或治療他人，本書都將引起令人震撼的衝擊。

定價：二三〇元

⑬人生的七個大夢

作者：霍華·克萊貝爾

本書強調真正的健康不單是指身體方面，還需平衡考量與人的生活息息相關的全人層面——心靈、心理、身體、人際關係、工作、休閒和生態。而這七大層面的圓融，正是每個人畢生追尋的夢想。

定價：二六〇元

⑭久病成良醫

如何戰勝慢性疾病

作者：吳長新、曾文哲、詹汝娟

定價：二二〇元

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：1723834月旦出版社股份有限公司

本書收錄自立晚報《久病成良醫》專欄的二十篇文章，對失眠、貧血、慢性結膜炎、膀胱炎等常見的慢性病，從致病成因、中西醫療法到氣功療法均有深入的分析及解說；不僅是適合一般人的養生保健手冊，更是相關患者及家屬必需的「良醫」。

⑮女人的健康顧問(上)

作者：佛莉·妮克絲及預防雜誌編輯群

本書由美國健康權威出版社Routledge Press授權出版，全書共動用了一四九名女性醫師及專家顧問，並訪問數百名各行各業女性朋友，提供具學理及經驗基礎的專業可信意見，是女性最貼心的全方位健康顧問。

定價：二五〇元

⑯女人的健康顧問(下)

作者：佛莉·妮克絲及預防雜誌編輯群

這是一本關懷女性的書，由女性專家站在女性患者立場而寫，較能切入問題核心，並以患者的親身感受為例，做經驗的分享。透過專業人員以平易通俗的筆法，對常見的女性健康問題做有系統的編寫及完整的介紹。對讀者的醫療觀念有相當的助益。

定價：二五〇元

⑰女人的性愛大事

作者：呂政達

一片性學與性知識資訊的潮流裡，懂得談性論愛早已不足為奇，但同時如何照顧好性與愛，仍是個細緻和精緻的課題。名作家呂政達繼《性與愛白皮書》後，再度結集出書，內容從實用的性愛姿勢，到熱門的社會議題，反覆關照心理、生理和心靈層面，用耐人尋味和幽默的觀察角度，看過女人的性愛大事。

定價：二二〇元

◆月旦推薦系列

⑩大陸投資的法律與實務解讀

編者：國際通商法律事務所

定價：二八〇元

「根留台灣、投資大陸」是海峽兩岸近年來最熱門的話題，也是台灣商人一心嚮往的投資途徑。本書累積國際通商法律事務所十多年經辦大陸投資及經貿案件之實務經驗，深入淺出，涉獵廣泛，值得大陸投資者一讀。

⑪有線電視解讀

作者：鄧榮坤、張令慧

定價：二二〇元

本書介紹國內有線電視發展經緯，解析有線電視法與其他相關法令，並提供美、日、加拿大、歐洲等國的發展簡介及趨勢，是迎接新媒體時代的最佳參考範本。

⑫著作權銷售指南

作者：林內特·歐文

定價：二五〇元

本書以淺顯文字說明著作權的意義、買賣著作權的程序；並簡介參加各個國際書展前應如何事前準備與事後追蹤，以及各國著作權法特殊狀況，各種文字圖片、音像、電子出版品等著作物的個別注意事項，是相關從業人士及研究者必備。

⑬黑牢嫁粧

——因台灣女子的愛與戰鬪

定價：二三〇元

作者：陳菊

陳菊不僅是政治運動的獻身者、代言人，也是近二十年來台灣民主運動過程最完整、最深入的觀察者和記錄者。她用真情和半生軌跡，描繪一篇篇反對運動人物面貌，記錄這個劇變動盪的時代下，政治犯、黑名單人士及受難者家屬的辛酸心路。

⑭消費者保護法解讀

作者：馮震宇、姜志俊、謝頤青、姜炳俊

定價：三〇〇元

消費者保護法已公布施行，其中製造業與服務業的無過失責任，對特種買賣如郵購、直銷的特殊限制，以及集體訴訟、

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：17239354 月旦出版社股份有限公司

懲罰性損害賠償、回收與警告標示義務等等，都是空前的全新規定。本書深入淺出說明新法案的關鍵用語，解讀主要條文，並列舉各行各業為例，但是新時代消費者的權利手冊，也是新時代企業界所必讀須知。

⑮惡法專朱

憲政改革與法治建設時論集

定價：二七〇元

作者：康復明
本書所輯錄的七十二篇有關憲政改革與法治建設的文章，均是作者個人多年來在新聞工作崗位上，以一個目擊者、積極參與者的身分，本於知識分子對自身家園應有的關心與責任，援引曾經承受的法律訓練所獲致的對公平與正義的堅持，就澎湃發展中的法政改革運動提出的批評、諷諷與期許。

⑯國會制度解讀

國會權力遊戲規則

定價：三〇〇元

作者：陳淞山
作者以美、英、日、德等國家的國會制度為例，加上豐富的國會參與經驗，針對我國國會制度中，諸如國會助理與幕僚、國會表決與人事同意權、國會議事公開等事項，作深入的檢討、分析與建議。對所有關心國會政治運作的讀者而言，是一本不可錯過的精采好書。

⑰專利法解讀

作者：陳哲宏、陳逸南、謝銘洋、徐宏昇

定價：二八〇元

新專利法的主要內容包括：確立專利專責機構，改進對受雇人發明之保護，延長專利保護期間，擴大專利權之效力及於進口權，由法院依事實認定真品平行輸入區域，加重故意侵害的民事賠償責任，廢除侵害發明專利的自由刑等。本書以觀念的啟發為經、以條文的解析為緯。用平鋪直敘的筆法，引領讀者輕鬆進入專利法領域。

◇月旦推薦系列

⑩大陸投資的法律與實務解讀

編者：國際商法律事務所

定價：二八〇元

「根留台灣、投資大陸」是海峽兩岸近年來最熱門的話題，也是台灣商人一心嚮往的投資途徑。本書累積國際通商法律事務所十多年經辦大陸投資及經貿案件之實務經驗，深入淺出，涉獵廣泛，值得大陸投資者一讀。

⑪有線電視解讀

作者：鄧榮坤、張令慧

定價：二二〇元

本書介紹國內有線電視發展經緯，解析有線電視法與其他相關法令，並提供美、日、加拿大、歐洲等國的發展簡介及趨勢，是迎接新媒體時代的最佳參考範本。

⑫著作權銷售指南

作者：林內特、歐文

定價：二五〇元

本書以淺顯文字說明著作權的意義、買賣著作權的程序；並簡介參加各個國際書展前應如何事前準備與事後追蹤，以及各國著作權法特殊狀況，各種文字圖片、音像、電子出版品等著作物的個別注意事項，是相關從業人士及研究者必備。

⑬黑牢嫁粧

作者：陳菊
一個台灣女子的愛與戰慄

定價：二三〇元

陳菊不僅是政治運動的獻身者、代言者，也是近二十年來台灣民主運動過程最完整、最深入的觀察者和記錄者。她用真情和半生軌跡，描繪一篇篇反對運動人物面貌，記錄這個劇變動盪的時代下，政治犯、黑名單人士及受難者家屬的辛酸心路。

⑭消費者保護法解讀

作者：馮震宇、姜志俊、謝穎青、姜炳俊

定價：三〇〇元

消費者保護法已公布施行，其中製造業與服務業的無過失責任，對特種買賣如郵購、直銷的特殊限制，以及集體訴訟、

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：17238354 月旦出版社股份有限公司

⑮惡紫奪朱

憲政改革與法治建設討論集

定價：二七〇元

本書所輯錄的七十二篇有關憲政改革與法治建設的文章，均是作者個人多年來在新聞工作崗位上，以一個目擊者、積極參與者的身分，本於知識分子對自身家國應有的關心與責任，援引曾經承受的法律訓練所獲致的對公平與正義的堅持，就澎湃發展中的法政改革運動提出的批評、諷刺與期許。

⑯國會制度解讀

國會權力遊戲規則

定價：三〇〇元

作者：陳淞山
國會以美、英、日、德等國家的國會制度為例，加上豐富的國會參與經驗，針對我國國會制度中，諸如國會助理與幕僚、國會表決與人事同意權、國會議事公開等事項，作深入的檢討、分析與建議。對所有關心國會政治運作的讀者而言，是一本不可錯過的精采好書。

⑰專利法解讀

作者：陳哲宏、陳逸南、謝銘洋、徐宏昇

定價：二八〇元

新專利法的主要內容包括：確立專利專責機構，改進對受雇人發明之保護，延長專利保護期間，擴大專利權之效力及於進口權，由法院依事實認定真品平行輸入區域，加重故意侵害的民事賠償責任、廢除侵害發明專利的自由刑等。本書以觀念的啟發為經、以條文的解析為緯。用平鋪直敘的筆法，引領讀者輕鬆進入專利法領域。

◆月旦人物系列

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：17239354月旦出版社股份有限公司

①我夢，所以我存在

定價：一八〇元

名人開講選集(一)

作者：林美娜

以鮮活的訪談方式，將李居明、林青霞、張俊宏、證嚴法師等二十位知名人士的生命經驗、心路歷程與生活感觸，真實的呈現在人們面前。

②胡龍寶傳

定價：一八〇元

作者：廖錫秀、葉翠琴

敘述台南縣山派創始人胡龍寶先生的一生，尤其著重於其從政生涯的卓越貢獻。他的一生母寧是台灣地方自治史的一個縮影。

③柯林頓傳

定價：二六〇元

作者：吉姆莫爾、瑞克艾德

本書是由共和黨籍作家執筆，描述這位年輕的白宮主人的成長過程及政治主張等，是了解柯林頓最客觀的資料。

④翁大銘前傳

定價：二四〇元

作者：謝無忌

翁大銘出身商業世家，建立華隆集團事業體，並在股市呼風喚雨，近年來更積極收編政客，勢力在政壇自成一格，本書對他的前半生，有極生動的描述。

⑤清秀小傳

定價：一六〇元

露西·M·蒙哥馬利的生命之歌

作者：哈利·布魯斯

本書生動的描繪出一位充滿熱情的十九世紀女作家追求夢想的生命歷程。蒙哥馬利雖自幼喪母，與父分離，仍立志朝向寫作之路邁進。不僅成為加拿大第一位女性新聞工作者，所創作的《清秀佳人》系列小說亦風靡全球，至百年後的今天依然熱潮不退。這本女性奮鬥的生命之歌，適合熱愛生命的人閱讀。

⑥英國皇家女人與她們憂鬱的愛情

定價：二二〇元

作者：尤尼提·霍爾

這是一本關於愛情的書。英國皇家女人一生追求男人的真愛，追求人民的愛戴，而此二者，往往難以兼得。皇家婚姻代表的是工作，為追求愛情，英國現代皇家女性往往經歷了比常人更多的艱辛與無奈。

⑦台灣的天空

定價：二〇〇元

名人開講選集(二)

作者：黃旭初

本書收錄聖嚴法師、彭明敏、蘇貞昌、陳松勇、郎靜山、邱義仁、吳炫三、黃春明、葉石濤、余陳月瑛、呂明賜、黃昭堂、柏楊、席慕蓉、高俊明、陳芳明等十六位人物的深入訪談，呈顯生活在台灣天空下的共同特質。

⑧克林伊斯威特傳奇

定價：二二〇元

一個銀幕英雄的內心世界

作者：道格拉斯·湯普生

克林伊斯威特是銀幕上性感牛仔和正義警探的化身，他身兼明星、導演及製作人於一身。一九九三年《殺無赦》一片終於將他的電影生涯推上高峰，獲得奧斯卡最佳導演及影片兩大獎項肯定。真正的他到底有著怎樣的愛、恨、情、仇，慾望及企圖，本書讓你深入他的內心世界。

⑨希拉蕊傳

定價：二二〇元

第一夫人的內心世界

作者：萊迪絲·華納

在美國歷來的總統大選中，從來沒有一位女性像希拉蕊一樣，扮演著無比重要的角色。而許多預言也說希拉蕊將會在白宮扮演更重要的角色。希拉蕊到底是什麼樣的人呢？本書訪問她的朋友、家人、老師、同僚、記者及前任男友，是希拉蕊最真實、完整的故事。

◆月房子法網驚奇系列

本系列均為風靡歐美日本、膾炙人口的「法庭推理」，故事內容豐富紮實，情節發展緊湊懸疑，結局真相出人意料，而且法庭辯論場面精彩可期，法條應用解析精闢無比。有長篇推理、亦有短篇小說，不但是具高度娛樂價值，也是反映人性真情與社會現實的文學經典名著；尤其，每本書最後均邀請國內知名的法律學者、法官、律師、檢察官等撰文解析，有助於讀者增進法律常識。

①法庭魔女

白谷泉一郎探案

作者：高木彬光／法律解析：蔡墩銘（台大法律系教授）

大富翁川瀬雄三家裡的兩隻愛貓忽然被人毒死了，不久主人自己亦遭毒殺身亡。惡毒的兇手究竟是誰？當大家都把目光轉向死者的第三任妻子綾子時，綾子美若天仙的臉上卻浮起了神秘的笑容！那是魔女的微笑，還是天使的微笑？綾子被起訴了，罪名是殺夫謀毒遺產。名律師白谷泉一郎受託為她辯護，在法庭上苦戰強敵天野檢察官。她果真是無辜的嗎？還是另有隱情呢？這次白谷泉一郎遇到了非常厲害的對手，他能夠再度獲勝嗎？

定價：一七〇元

②替身

梅森探案

作者：湯瑪士·查斯汀／法律解析：蔡墩銘（台大法律系教授）

名偵探佩利·梅森復活了！據一位在場目擊的餐廳經理指出，企業家艾瑞安在大庭廣眾之下被人後逃。警方立即追捕，卻發覺兇手已在自宅書房內遭人鎗殺而亡！這究竟是怎麼一回事？檢方認為死者之妻洛柔涉嫌重大，將之起訴。梅森律師受託為這位美豔動人的少婦辯護，卻發現案情頗不單純，正深入調查時，死者之子藍道又遭人謀害！這一串連環謀殺案的真相到底是誰？梅森律師將如何抽絲剝繭、解謎破案？

定價：一七〇元

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：17565204 月房子出版社

③繼女的秘密

梅森探案

作者：C.D.賈德納／法律解析：黃榮堅（台大法律系教授）

活潑美麗的羅珊娜是大富翁班克羅的繼女，她就快和心上人結婚了，但有一天她卻接到歹徒的恐嚇信，威脅要將她繼父年輕時誤入歧途的經歷公諸於世，讓她的婚事泡湯，條件當然是要錢。羅珊娜一怒之下隻身持鎗前往指定地點，母親菲莉絲也暗中前去；此時卻意外發生命案，檢方認定菲莉絲就是殺人兇手而將她起訴。整個案情撲朔迷離，狀況十分複雜，菲莉絲又似乎有隱情，受託為她辯護的梅森律師這次能順利查出真相嗎？

定價：一七〇元

④迷走法庭

豬狩文助探案

作者：和久峻三／法律解析：邢泰劍（檢察官）

大醫院的院長龍岡泰弘向警方報案說，有個搶犯搶了他五億三千萬圓。警方循線調查的結果，認為推銷員稻垣好一涉有重嫌，便將他逮捕起訴。雖然稻垣堅決否認，但很多證據都對他不利，幸好有眼光獨到的豬狩文助老律師替他辯護，才能獲得保釋。他果真是無辜的嗎？這個重大搶案似乎內情複雜，後來又牽涉到謀殺案，謎中生謎，難道龍岡院長的證詞有詐？豬狩老律師如何推測出真正的搶犯到底是誰……

定價：一七〇元

⑤綁架

白谷泉一郎探案

作者：高木彬光／法律解析：莊勝榮（律師、台灣省選委會委員）

聰明絕頂、沉著冷靜、心狠手辣、狂妄自大都是「他」的特色。這次「他」打算犯下一件天衣無縫的案子，不但可得到自己想要的，而且保證不會被人懷疑……不久，大財主井上的八歲獨生子突然失蹤了，警方研判是遭人綁架，歹徒也

定價：二〇〇元

◆月房子法網驚奇系列

姪女，而是女管家所生，甚至有偽造遺書、謀奪財產的嫌疑！當梅森正為黛芙妮的事忙得焦頭爛額時，又發生了兇殺案，波頓之友雷夫在旅館房間內被瓦斯毒死了！兇手是言詞閃爍的黛芙妮嗎？還是行蹤可疑的霍瑞斯？或者另有其人呢？梅森律師將如何解開這樁疑案？

⑪寶藏疑雲

終茂探案

作者：和久峻三／法律解析：黃旭田（律師）

戰無不勝的終茂檢察官這次遇到了一生中最棘手的事件！一名美術商之死牽扯出一樁複雜的跨國陰謀；傳說中來自古代特洛伊城的龐大黃金寶藏在二次大戰末期離奇失蹤後，據說突然又被陸續發現，並因而引起了一連串血腥謀殺與殘酷罪行。身負重任的終茂從日本遠赴歐洲調查，不料卻落入歹徒手裏，性命堪憂……。

定價：二〇〇元

⑫蘇菲亞之謎

梅森探案

作者：C.S. 賈德納／法律解析：莊勝榮（律師、台灣省選委會委員）

餐廳女侍凱瑟琳是一位父母雙亡的美艷少女，她的姑姑蘇菲亞失竊財物後，她便蒙上了小偷的罪嫌；蘇菲亞的行蹤非常可疑，許多奇怪又有趣的謎團都因她而起，也使樂於助人的梅森律師一頭栽進這個怪案裏。令人驚異的是，看似平凡的案子竟往意外的方向發展，蘇菲亞被打成重傷，還有神出鬼沒的盲眼婦人……事件疑雲重重，於是，梅森律師與德瑞克偵探展開了一場驚心動魄的大冒險……。

定價：一七〇元

⑬古錢幣的證言

終茂探案

作者：和久峻三／法律解析：蔡敏銘（台大法律系教授）

有「赤鯨檢察官」之稱的終茂，是今日最有名的檢察官之一，本書收錄了他四篇中短篇探案：「天網恢恢」：在栽培香菇的

定價：一七〇元

郵撥一律九折優待 郵撥帳號：17565204 月房子出版社

溫室中發生了離奇命案，證人看到的神秘人影究竟是誰？「獨眼殺手」：從山路旁杉樹下的雪堆中挖出了一具全裸女屍，是誰勒死了她呢？「火魔·心魔」：深山村落接二連三發生了縱火案，兇嫌放火的動機居然是……。「古錢幣的證言」：下身赤裸的年輕女性被發現死在屋內，為什麼有一枚古錢幣落在她身旁？

⑭邪惡的愛神

梅森探案

作者：C.S. 賈德納／法律解析：劉建宏（法學碩士）

外貌端莊高雅的寡婦賽爾瑪喪夫一年後又墜入情網，即將與富翁戴倫再婚，然而她卻發現自己遭人跟蹤，而且開始有人傳說她的前夫是被她毒死的，目的是保險金……當梅森律師和德瑞克偵探向她伸出援手時，發現戴倫的姪女及其情人非常反對這樁婚姻，因此從中作梗，而且她的前夫居然真的是遭人毒死的！這一次，梅森律師為了當事人，自己恐怕要誤蹈法網了……。

定價：一七〇元

⑮我沒有殺人

豬狩又助探案

作者：和久峻三／法律解析：洪曉能（法官）

世上冤獄何其多！一位荳蔻年華的美少女，不幸遭逢無比坎坷的命運！平常受盡養父森淫虐待的香奈子，在養父死後還被判重刑，二十四年的青春就在暗無天日的黑牢中渡過……有一天，救星突然出現，他不是英俊瀟灑的白馬王子，而是八十多歲的矮醜老律師豬狩又助……然而，殺人真兇到底是誰呢？

定價：一七〇元

慢性病防治手冊

中西醫及氣功療法要訣

吳長新
曾文哲 著
詹汝娟

月旦出版社股份有限公司

目錄

推薦者序：爲現代人健康，加油！／胡俊弘 4
 作者序：久病可以成良醫／曾文哲 6

第1章	青光眼／9
第2章	白內障／21
第3章	遠視／33
第4章	近視／45
第5章	散光／57
第6章	濕疹／67
第7章	斑／79
第8章	青春痘／91

第9章	紅斑性狼瘡／103
第10章	蕁麻疹／115
第11章	禿頭／127
第12章	重聽／139
第13章	梅尼爾氏病／151
第14章	類風濕性關節炎／163
第15章	僵直性脊椎炎／175
第16章	退化性關節炎／187
第17章	下背痛／199
第18章	地中海型貧血／211
第19章	蠶豆症／223
第20章	骨質疏鬆症／235

●本書內容僅供讀者自行研讀時參考，讀者若有任何不適，仍應尋醫診治。

推薦者序

爲現代人健康，加油！

胡俊弘

「健康就是財富，健康就是幸福」，是人人都懂的道理。但是，身爲現代人，要獲得有關保健的正確資訊與新知，卻不是一件容易的事。

民衆希望從醫生口中得到醫藥常識與保健守則，可是現在大多數醫生每天都忙於門診、查病房或研究、教學等繁忙工作，不容易撥出充裕時間爲每一位病患或民衆解答疑問或說明病情，在此情況下，負有教育社會大眾責任的傳播媒體就扮演重要角色。

《自立晚報》是國內具影響力的報紙，亦關心民衆身心健康，近年來關醫藥保健版，邀請國內各大醫院醫生執筆或口述醫藥新知或保健秘訣，深受各界好評，亦受到龐大讀者歡迎，透過每篇文章詳盡的內容，將各種疾病鉅細靡遺地呈現在大家的眼前，同時，文字淺顯易懂，使人讀後就能輕易掌握保健的訣竅，進而身體力行，達到知己知彼，戰勝病魔的目的。