

# 顧問信箱

諮詢服務・歡迎來函

台北市溫州街14號鄉間小路 黃小姐

## ●健康門診 避孕藥與體重

圖台北縣鶯歌鎮尖山埔路白司汶：

服用避孕藥的人，及本身無法生育的婦女，經過一段時間採用1200 Cal 左右的熱量來減肥，幾乎沒有什麼起色，是否應放棄減肥工作？

圖陽明醫院新陳代謝科主任洪建德：

關於服用避孕藥的人，因女性荷爾蒙會增加身體脂肪的生成。缺乏女性荷爾蒙的婦女，經過荷爾蒙治療之後，體重會增加，所以在體重上升的這一段期間，採取1200卡的飲食是正確的。因為病人若沒有經你的飲食治療，可能會上升的更快，所以減肥工作仍是值得鼓勵的。

至於本身無法生育的婦女，因其體內荷爾蒙新陳代謝失常，故會有體重上升的現象，若未以飲食控制，則體重仍會上升。故適當的飲食控制，仍是必要的。

## ●園藝門診 含苞的蝴蝶蘭

圖台中縣潭子鄉楊小姐來函：

家中種蝴蝶蘭，在含苞狀態即枯萎，請問是為什麼？

圖中興大學園藝系王才義教授：

這是個很難答覆的問題，由於原因錯綜複雜，很難設計一個試驗去研究，為什麼蝴蝶蘭在含苞狀態即枯萎。基本上，蘭花開花的良窳，由三方面

來決定：遺傳、環境和病虫害。我試著就這三方面來回答你的問題。

所謂遺傳，就是可能你所種的蝴蝶蘭種不好，本來就是很容易含苞即枯萎；換句話說你買到的種就是蘭園所要淘汰的品種，或者不合適無溫室栽培的品種。也許原先在有溫室的環境下，可能開花正常，但是換到府上後環境不同便會有這種情形。當然，這也可逐漸馴化，再過二、三年就正常了的情形。

其次是環境，一般指的是氣溫、陽光、水分和營養分。

如果在開花期間環境急劇變化，例如氣溫突然上升或下降，連人也容易感冒生病的情況，溫室蝴蝶蘭便會有含苞即枯萎的情形。陽光突然增強，像在初春的時候，花序末端也會有枯萎不開的情形。或者才開一朵，即將蝴蝶蘭移入室內觀賞，末端的花也開不了。至於水分更是植物開花所必須，開花期間水分失調，也會有此情形。如果澆水太多而植材排水不良，根系生長差，那就更糟。至於病虫害是很容易發現症狀的，尤其是虫害的傷害處。如果没有則是遺傳和環境的關係。

### 營養保健顧問

李寧遠  
國立體育學院  
運動科學研究所教授  
李 蘭  
台灣大學公共衛生系  
所副教授  
李蕙蓉  
國泰綜合醫院  
營養組組長  
洪建德  
陽明醫院  
新陳代謝科主任

### 黃伯超

台大醫學院院長  
張 珏  
台大醫學院公共衛生  
研究所副教授  
董大成  
台北醫學院教授  
蔡敬民  
輔仁大學食品營養  
研究所教授  
鄭福田  
台大環工所  
教授兼所長

### 賴金鑫

台大醫學院  
復健系主任  
謝明哲  
台北醫學院教授  
兼保健營養系主任

### 家庭園藝顧問

王才義  
中興大學園藝系  
副教授  
李 岬  
台灣大學園藝系教授  
(以上按姓氏筆劃排列)

台北縣、市取得「模範低溫食品販賣店」資格的超級市場

台灣善美的股份有限公司	敦化分公司	大安區敦化南路
大批發百貨企業股份有限公司	天母第一分公司	士林區中山北路五段
大批發百貨企業股份有限公司	東區分公司	大安區信義路四段
台灣奧林匹克股份有限公司		大安區忠孝東路四段
松青超級市場股份有限公司	信義分公司	大安區信義路二段
松青超級市場股份有限公司	天母分公司	士林區天母西路
松青超級市場股份有限公司	仁愛分公司	松山區仁愛路四段
松青超級市場股份有限公司	永吉分公司	松山區永吉路
台灣雅客股份有限公司	天母分公司	士林區天母西路
台灣雅客股份有限公司	建成分公司	建成區重慶北路一段
台灣雅客股份有限公司	仁愛分公司	松山區仁愛路四段
永琦百貨商場股份有限公司		中山區南京東路二段
台北農產股份有限公司	和平超市	大安區羅斯福路二段
台北農產股份有限公司	興隆分公司	大安區辛亥路三段
台北農產股份有限公司	北投分公司	北投區稻香街
台北農產股份有限公司	松柏分公司	松山區松山路
台北農產股份有限公司	凌雲分公司	南港區中央研究院路
台北農產股份有限公司	天母分公司	士林區中山北路六段
台北農產股份有限公司	榮華分公司	士林區華聲街
台北農產股份有限公司	延吉分公司	中山區延吉街
惠陽百貨股份有限公司	正義分公司	大安區忠孝東路三段
惠陽百貨股份有限公司	忠孝分公司	南港區忠孝東路五段
惠陽百貨股份有限公司	八德分公司	松山區八德路三段
遠東百貨股份有限公司	台北分公司	城中區寶慶路
遠東百貨股份有限公司	仁愛分公司	大安區仁愛路四段
明曜百貨股份有限公司		大安區忠孝東路四段
今日股份有限公司		龍山區峨嵋街
松青超級市場股份有限公司	板橋分公司	台北縣板橋市中正路
松青超級市場股份有限公司	永和分公司	台北縣永和市永和路
惠陽百貨股份有限公司	永和保平分公司	台北縣永和市保平路

(79年7月13日公布)