

新聞剪輯

看懂世界新聞，提昇字彙能力

06-18

治感冒良方，熱飲略勝一籌

朗諾·伊克利斯是英國威爾斯的「卡蒂夫大學」「感冒中心」主任，召集了卅位罹患感冒或類似流感症狀的學生和教職員，這些人自訴自己鼻塞和其他症狀的嚴重程度，研究人員用特殊器具測量每個人的鼻氣流。（譯註：標題中 win by a nose 形容「以極小差距險勝」，指研究結果顯示，熱飲只比冷飲的效果好一點，此外文中也描述熱飲對「鼻」塞等症狀的舒解，因此一語雙關。）

然後每位猛吸鼻子的實驗對象，會拿到一杯黑醋栗加蘋果口味的果汁，伊克利斯說這是當地流行的治療偏方。一半人喝熱的，其餘一半人則喝室溫的。

研究結果發佈在二〇〇八年十二月號的《鼻科學》期刊中：研究人員測量了實際鼻氣流之後發現，兩組人都沒有獲得改善。不過，喝室溫冷飲的人說，有三種症狀（流鼻涕、咳嗽和打噴嚏）改善了。喝熱飲者自訴症狀減輕了更多，他們說，除了上述三種症狀之外，還有疲倦、畏寒、喉嚨痛等，也都獲得改善，而且這幾種症狀改善的情形都維持了卅分鐘，僅疲倦例外。

「維吉尼亞大學」的研究人員朗諾·透納指出，鼻塞症狀測量不出有所改善的這個事實，是證明熱飲「沒有客觀效果的有力證據」。他表示，其他症狀的改善則可能解釋成是出於安慰劑的心理作用：大家覺得症狀改善了，是因為他們預期自己理當「會感覺比較舒服」。

伊克利斯也同意，這是出於心理因素作祟，但他猜測，熱飲應該還是有多了那麼一點點東西，所以真能減輕症狀。他認為最有可能的原因就是口味。伊克利斯表示，加熱後飲料的口味比較濃，因而刺激唾液和黏液的分泌，可以「潤滑、舒緩鼻子和喉嚨」，此外或許也有助於清除細菌和病毒。

06-19

照顧乳牛有妙方

在英格蘭發佈的一項新研究指出，有取名字的乳牛的產乳量，會比沒取名字的乳牛多。這份由「新堡大學」的凱薩琳·道格拉斯和彼得·羅林遜進行的研究發現，更有愛心呵護牛隻——包括幫乳牛取名字——可望讓每隻每年增加六十八加侖以上的產乳量。每隻乳牛平均每年可生產約兩千加侖的牛乳。

道格拉斯表示，從事畜牧業的農民一直相信，幫乳牛取名字會帶來正面效果，但直到如今才有了科學證據。她說，「我想，農民一直認為，和乳牛建立良好關係會有幫助，但我認為他們並不清楚個中原理。」

道格拉斯指出，有取名的乳牛產乳量較高的原因，是出於化學作用。如果乳牛未受到個別關注，周遭有人出現就可能讓牠們倍感不自在，便可能產生壓力，而壓力會釋出抑制產乳的荷爾蒙——也就是皮質醇。

對乳牛呵護備至的農民，會讓牛從小就熟悉與人接觸，道格拉斯指出，「他們會順道和牛聊聊天，而不是偶而才開著牽引車進來。」

強·班森是靠近奧勒岡州波特蘭的「雙」澤西乳牛有機酪農場」（譯註：Jersey 為澤西品種的乳牛）所有人兼經營者，他養了一百六十五頭乳牛，每隻他都叫得出名字來，據班森說，這種作法最早是從他祖父開始的。

班森最喜歡的牛，名字是辛德、阿傑斯和霍克，他說幫牛命名可以提高產乳量，這點毋庸置疑。「快樂平靜的牛一定會產出更多牛乳，」班森表示，「所以，如果能幫牛命名，而且接觸到牛的人也能更了解牛和牠們行為模式的話，那麼他們一定能從這些牛身上獲得更多牛乳。」

「仁人家園」的柱石，慈善家富勒辭世

菲莉西亞·索爾聽到米拉·富勒過世的消息時，是午餐休息時間，她人正在家裡，她的家就位在富勒協助興建的社區裡。

四十歲的索爾表示，「這真令人震驚，他是個了不起的人。」索爾和六個孩子中的四個，住在有四間臥房的家裡，「他願意為我的家庭及其他許多家庭冒險一試。」

享年七十四的富勒是百萬富豪（譯註：此百萬指美金），他為了追尋更有意義的人生，而捐出了財產，和太太琳達創立「仁人家園」，他後來又成立了「富勒住屋中心」，這兩個依據基督教精神所成立的組織，動員了志工來建造、整修住屋。低收入家庭因此得以蓋自己的住家，然後以無息貸款方式償付。

富勒共有四個孩子，四十八歲的兒子克利斯表示，「他對許多人的人生所帶來的影響，實在很驚人，」他繼續說道，「這不只是讓人有遮風避雨的地方而已，還能改善人們的健康，使他們能更為安定。」

「仁人家園」發言人杜安·貝茲指出，「仁人家園」在全世界建造了超過卅萬棟住屋；「富勒中心」副總裁荷麗·查普曼則表示，「富勒中心」建造、整修了一千棟住屋。

索爾住家附近的卅八棟房子全都是由「富勒中心」所蓋的。陸軍退役的索爾目前在市府擔任行政助理，她說，她和孩子們自己安裝壁板、上油漆、庭園造景和其他工作，廿年貸款的月付額是三百七十五美元。

富勒放棄了企業家暨律師的大好事業「錢途」，和妻子在一九七六年創辦了「仁人家園」。查普曼表示富勒和妻子原本計畫在八月慶祝結婚五十週年，「他不斷告訴我們，『如果我不在了，還是要繼續下去』，我們正是這麼在做。」