



# 何鴻燊中風昏迷最后希望

## 高壓氧療法救賭王

(香港8日讯) 最后希望，  
.....  
高压舱抢救赌王！

赌王何鸿燊中风入院至今，已超过两个月，但依然神志不清。

赌王不能认人，又不能下床走动，上周由港安医院转入养和医院后，医生发现他已能自行呼吸，无须依靠机器，于是建议他进行高压氧疗法(Hyperbaric Oxygen Therapy)，希望靠“吸氧”令他尽快苏醒。

高压氧治疗近年在中国大陆甚为流行，成为不少瘫痪患者的“最后希望”，2005年在执勤时被匪徒用刀割断颈喉、全身瘫痪的警员朱振国，以及2002年在英国旅游时遇上火车意外，以致瘫痪的前凤凰卫视主播刘海若，都曾用此治疗达至清醒。

香港昂船洲水警基地更有一部高压氧舱，何家上下都希望，赌王今次能

靠“入舱”得救。

最新一期香港《壹周刊》报导，赌王爆血管中风至今，仍未出院，消息人士说，赌王四房太太及子女，心知赌王病情沉重，每次探病后面对传媒，都表现得若无其事，只因不想公开赌王病情。

### 右身不能活動

医院消息指出，赌王右边身不能活动，上周由港安医院转入养和医院后，接受全港只得一部的单光子断层扫描器检查，检测脑部缺氧情况，院方不肯透露结果。

消息指出“他的病情很反覆，爆了两次血管，最初吃薄血药通血管，吃了后血管是通了，但不久后又充血，不吃又塞，细胞受损，这就是为什么他到现在都未能醒来。”

由于赌王神志不清，不能自行进食，每日要靠胃喉输送营养，以及在

气管开了一个气孔抽痰，最初入住港安深切治疗部时，更要靠机器呼吸，不过，赌王近日已能够自行呼吸，有医生于是建议做高压氧治疗，希望救醒赌王。



■位于昂船洲水警基地的高压氧舱，开放给政府医院病人使用。

### 私人醫院沒高壓艙

## 醫生建議求助政府

高压氧属于另类治疗，私人医院没有提供这类服务，医生建议赌王家属找政府甚至大陆帮忙，因为香港水警有个高压舱，大陆在这方面则有深入研究。

香港昂船洲水警基地设置的高氧加压室(高压氧舱)，1997前由皇家香港海军负责，回归后交由消防处管理，原本是治疗潜水员在深海执勤后急速上水、气泡阻塞血管可能导致的缺氧问题，他们须于48小时内，吸入高压氧补气及排放多余氮气。

后来，医学界发现了高压氧的医疗效用，于是消防处于1996年开始，把高压氧舱开放给有需要病患者，包括一氧化碳中毒、中风等作治疗之用，费用全免，每名病人每次入舱吸氧约一小时，治疗后会有医管局医生跟进。

消防处发言人表示，2007年加压室操作212二次，为19名伤病者提供服务，去年操作222次，替20名伤病者使用，轮候时间不长，经医生转介后都可即时使用。

■四太與其他三房，輪流赴醫院照顧賭王，心情沉重。



## 高壓氧能恢復腦部功能

根据条例，使用

加压舱的唯一条件，是病人须是政府医院病人，由医管局医生转介才可使用，这令赌王的主诊医生非常头痛。

为什么医生极力推荐赌王做高压氧？脑科专科医生蓝明权表示，高压氧能刺激血管增生，让脑部缺氧地方增加血管生长，有助恢复脑部功能，他的一名严重中风病人，半身瘫痪，接受4至6星期的高压氧治疗后，竟可自行慢步走，“从走不动到走得动，你说是不是有效”。

曾赴美国修毕高压氧治疗的家庭专科医生Ronson Lee也表示，赌王受外伤撞击出现脑水肿，高压氧可治疗消肿，“当病人用了降压药，去水肿的类固醇效果都不理想，就可以试用高压氧。”

他还指高压氧治疗可医治不少慢性病，包括糖尿病伤口、骨枯，电疗后遗症等。

## 癱瘓主播康復清醒

高压氧成为不少重病患者的“最后希望”，除了朱振国，2002年在英国旅游时遇上火车意外，以致瘫痪的前凤凰卫视主播刘海若，便曾用高压氧救命。

她的主诊医生，北京宣武医院脑神经外科主任凌锋教授表示，治疗对病情有帮助，刘海若之后神志恢复清醒，开口说话，能够站立及短距离行路，康复情况良好。



■刘海若做了高压氧治疗后，能开口说话及走动。



■朱振国经过高压氧治疗后，已可进食流质食物。

## 中國普遍使用

除了水警基地，中国大陆有不少医院提供高压氧治疗。

2005年，在执勤时被匪徒用刀割断颈喉的警员朱振国，因失血过多出现脑缺氧，变成植物人，在香港用尽各种中西医疗，包括针灸、推拿，病情没有任何进展，后来经家人安排，送了他去广州军区医院住了16个月，进行300次高压氧治疗后，情况已有好转。

朱振国的母亲向记者说，振国治疗后嘴部能轻微移动，进食流质食物。

她忆述当时她在广州医院内目睹“一个个奇迹”出现：一名中煤气毒病者送院时奄奄一息，进入高压氧舱后苏醒；一名妇女产子后昏迷，医生已断定可能会变成植物人，接受高压氧几个月后已可步行出院。



■何鴻燊(中) 87岁高龄脑受创昏迷，住了两多月医院仍未完全苏醒，希望靠高压舱恢复活动能力。

# 一万元才能享用的养生水

全球六万贵宾分享的资源

奇 格 里 拉  
源 头 活 水  
天 然 小 分 子 活 水

想 幸 福, 就 让 细 胞 喝 活 水!

- 来自香格里拉的健康好水
- 全球珍稀的天然小分子活水
- 全球每天限量供应125000瓶
- 全球CEO圆桌会议指定用水
- 2008年高尔夫球赛专用水
- CCTV强势广告全年每天10次循环播放

水中钻石 无限能量

首次产业招商 无量藏泉改变水世界

- 全球六万贵宾分享的资源
- 花一万元才能享用的养生水

无量藏泉, 功能神奇, 弥足珍贵, 资源有限, 每天仅生产125000瓶, 供全球六万个尊贵会员享用。三万席供给国外领袖精英, 商贸名流, 演艺大腕; 另外三万席供给国内各界精英人士分享; 中国境内一万元一张VIP金卡。一卡持有, 终生有效, 第一年获得20箱水, 以后每年同价获得同量水。经公司同意可转让此卡; 无量藏泉在任何超市、零售终端都不会出现, 喝无量藏泉将是身份、地位、品位、时尚的象征。

- 小分子水产业, 千万利润顺水而来

人类衰老源于细胞的衰老, 让细胞年轻可以让每个人由内而外获得重生, 无量藏泉小分子活水瞬间进入细胞通道, 加速细胞新陈代谢和营养输送, 让生命分秒年轻!

- 配额制销售, 少数派享受特权

无量藏泉在销售方式上, 因其稀有、珍贵, 将采取配额的销售方式。在全国限定城市, 每天30000瓶配额, 辅以各种营销活动, 让客户享受原来专属皇室的尊崇待遇。

- 百搭敛财法宝, 高端利润波涛汹涌

水已经成为了健康生活的标志和生活品位的展现。无论是高端人士饮用保健、女士美容还是商务送礼, 高端利润顺水而来!

中国云南香格里拉原产地灌装/240个月专利保鲜技术

- 瞬间进入细胞通道
- 加速细胞新陈代谢
- 促进细胞再生修复
- 让生命分分秒秒年轻

独创卡式营销, 利益有保障

客户拿到手中的不只是一瓶瓶水, 而是一张象征身份、品质的无量藏泉VIP会员卡。无量藏泉VIP金卡和高尔夫卡、游艇卡那样成为圈子话题, 这是品质生活的证明, 必将成为时尚, 成为流行。

天然小分子活水 为生命添加活力

特

真正的健康好水首先应该是一种生命力极强的活水, 也是细胞要喝的水。生命之水—很强的渗透力和溶解性, 能够自由穿越细胞壁加强排出有害毒素, 使您肌体充满精力, 加强免疫机制, 使您抗病力强

每天层酸50立方米  
分子酸每月300立方米, 活佛每周加持100立方米  
下一滴无量藏泉的成品严格来讲只能产生于15年之后  
无量藏泉的全部功效成分受到国家相关部门的严密保护, 从未在报纸、电视、互联网以及其他媒体公开披露过

铭

无量藏泉小分子团水是中国唯一经一千万年大自然酝酿而成的纯天然小分子团弱碱水

## 高端养生水 隆重招商

地球上只有4、5个地方能找到这种自然存在的生命能量水  
溯源自香格里拉境内海拔1800米高的冰川上, 水源周围280公里内没有任何工业污染源, 区域内最低点与最高点高差达到7700余米

鲜 一般活水离开水源地几小时便会失去鲜活性, 经过无量藏泉公司所独有技术处理后无量藏泉水保鲜时间长达20年

缘 清朝皇帝誉为“圣地佛水”松赞林寺, 香格里拉城5公里佛屏山脚下活佛高僧每天都要喝的一种神秘的水能

天然能量的天然小分子水—无量藏泉 蕴含了天地能量和大自然精华的亿万冰川水 非常稀有的“天然能量制造车间”, 激活细胞生命, 提高人体生命质量



无量藏泉全球每日供应125000瓶  
——只为最懂生活的您!

# MAMPU MENINGKATKAN TENAGA?



**Kesimpulan:**  
 Dari hasil pengujian, AB mampu mendongkrak power Ninja sekitar 0,7 dk dan putaran mesin ikut meningkat sekitar 52 rpm. Itu didapat dari proses hasil perbaikan kualitas udara ke karbu. Tak terlalu tinggi, sih. Tapi *not bad lah*. *Toh*, adopsinya simpel, dibanding harus korek mesin atau *bore-up*. Apalagi harganya juga cuma Rp 540 ribu dan usia pakainya diklaim sangat lama. Romy bilang sih, dijamin bisa 100 tahunan.

ngin kencang tapi irit, tanpa harus mengubah mesin? Ya mau lah. Kebanyakan kan, sekarang *kalo* mau bikin *ngacir*, risikonya bensin *ngucur* bak air terjun. Apalagi untuk motor yang ber-CC besar, *wuih... pegel deh* mondar-mandir pompa bensin melulu.

Hal itu yang dikhawatirkan Iwan Setiawan, pegawai swasta dan guru TaeKwonDo ini. Karena buat mendukung aktivitasnya, dia berniat mengorek mesin. Tapi *ogah* menerima risiko tadi. "*Duuh*, pusing.. pusing...!" keluhnya.

Tapi kegundahan itu terdengar sahabatnya, Romy Wahyu Fonda. Dia menyodorkan sebuah benda seperti karet seukuran kotak rokok dan berbahan silikon. "Apaan, *nih?*" bingung Iwan. Romy pun menjelaskan *kalo* benda itu adalah Air Boom (AB).

"Air Boom?" Iwan tambah heran. "Iya. Ini katalisator pakai tenaga alami, bekerja di saat proton aktif yang disebabkan sinar dari atomik nukleon. Maka elemen itu akan jadi elektrolisis yang bikin molekul jadi klan stabil," papar Romy panjang lebar. Keruan, Iwan makin puyeng.

"Wah, jangan tambah *ke'der*, *dong!* Gini lo, fungsi AB adalah memecah elemen udara yang masuk ke karburator jadi lebih stabil dan terkendali.



FOTO: IPDAW

Elemen itu berubah menjadi hidrogen yang akan masuk ke dalam mesin," Romy makin semangat *ngejelasin*.

Menurutnya, penggabungan oksigen dan hidrogen ini bisa nambah akselerasi juga memperbaiki pembakaran mesin jadi lebih sempurna plus *ngilangin* nembak di knalpot. Tapi kok Romy paham betul? "Iya, saya distributor tunggal AB di Indonesia dan produk ini impor dari Jerman," akunya.

*Yee.. pantesan*. Eh, tapi *bener gak sih*, ucapan Romy barusan? Ah, daripada lunglung, mending dicoba *ajal* langsung. Produk ini dibawa ke markas PT Khatulistiwa Suryanusa (KSN) dan motor yang mau diuji *dyno*, Kawasaki Ninja 250 cc milik Iwan itu.

FYI (*for your information*), Ninja *nopekgo* Iwan ini sudah pakai knalpot racing R9 dan tanpa mengubah spuyer.



Pada saat pengetesan tercatat tenaga maksimum yang berhasil dimuntahkan; 27,8 dk pada putaran mesin 10.728 rpm.

Lalu besutan itu dipasangi AB. Untung aplikasinya gampang, tinggal menaruh di boks filter udara pakai *double tape*. *Gak* usah khawatir, bisa nempel kuat, *kok*. Nah, saat dites *dyno*, catatan yang tertera cukup signifikan, jadi 28,5 dk pada 10.780 rpm, juga akselerasinya lebih cepat (*lihat grafik*).

"Dari grafiknya bisa dilihat ada peningkatan maksimum power 0,7 dk sebelum masuk rpm 11.000 yang bergaris biru," ujar Ovi Sardjan, operator Dyno Dynamic PT KSN sembari nunjukin lembaran hasil pengujian itu.

Lumayan! • **Pidav**

# 東方議題

## 无线上网又一章：电磁波难防

# 改变习惯 减电磁波危害



刘敬文报导

各种电器的发明，使现代人的生活变得十分便利。家庭主妇有了各种电器的协助，家务变得更轻松，使她们可以无忧无虑地走出家门半天，社会也因此释放了巨大的生产力。

现代城市人九成时间待在户内，从办公室到住家都离不开电器。问题是有能量的物质都会释放电磁波，而电视、电脑、手机、电灯等各种家庭电器，几乎样样都是电磁波的发射源。电磁波充斥环境，已引起越来越多关注。

电磁波无所不在。住宅、办公场所、通车过程中都避不开。近距离使用家庭电器所释放出来的电磁波强度，往往比邻近的电力设施还要高。小至一支吹风管在操作时都会发出大量电磁波，更别说是微波炉了。

德国生产生物共振波仪器的Rayonex公司工程师戴玛海尔，日前来马巡回多个城镇发表演讲。他指出，研究显示，鸡蛋长时间暴露在电磁波中，孵出畸形小鸡的比率也会大增。

因此，他提醒大众，单单是现代化厨房的各类电器，如抽油烟机及微波炉，就都会放射大量的电磁波，对人体产生不良影响。

他向本报透露，德国的高级轿车品牌已开始正视车内大量电子仪器可能带来的后遗症，包括发展出汽车专用手机，致力减低车内的电磁波。

### 后遗症渐受关注

过去谈到居家安全卫生和保持室内空气清新，除了远离排出废气的工厂，不外天天扫地隔日抹地，以求去除肉眼可见的灰尘或污垢。

更细心者设法减少墙壁和家具使用的挥发性强漆料，保持空气流通，以免吸入诸如甲醛和苯等有害气体。



电器已经是民众的日常生活中，不可缺少的一部分。看电视时保持一段距离，可以减轻电磁辐射对身体的危害。

但是，随著家庭和办公室的电器充斥，所产生大量肉眼看不到的电磁波是否对人体带来后遗症，近年已受到越来越多人的关注。

我国顺势疗法医师陈奕权向本报说，电器的使用在现代社会不可避免，因此，消费者要想办法避开其后遗症。

### 睡房勿安置电脑

他举例：「电脑不要连续使用太久，不要将电脑安置在睡房，更不要睡在彻夜下载网站内容的电脑旁！」

他认为，为了身体的健康，人人都有必要正视电磁辐射的长远影响，改变生活习惯。他也呼吁：「使用手机尽量长话短说，并以手机短信取代通话。」

我们的手被火灼会因疼痛而马上缩回，但人体感受不到电子辐射的存在，因此往往对其危害茫然无知。加上电磁辐射有累积效应，长期暴露在电磁波下，对人体的危害可想而知。

长期暴露在过量电磁波环境中，轻者会引起头晕目眩、记忆力减退、耳鸣等现象，重者会破坏免疫系统，增加致癌机率。既然我们不可能回去没有电器的蒙昧时代，如何在环保和安全的前提下使用电器，并设法抵消其不良影响，无疑值得所有人深思。

### 电磁波对人体的可能负面影响

- 1 中枢神经系统**:受长时间影响后，出现如头痛、头晕、无力、记忆力减退、睡眠障碍、易激动、多汗、心悸、胸闷、脱发等现象。
- 2 免疫功能，抵抗力下降**:长期作用下，白血球吞噬细菌的百分率和数量都下降，抗体形成受抑制。
- 3 心脏功能**:血管通透性和张力降低，心脏跳动不正常和血压偏低。
- 4 血液系统**:操纵雷达者受显著影响，白血球减少，红血球的生成受抑制。
- 5 生殖系统**:长期接触超短波可出现男人性功能下降、阳痿；女人出现月经周期紊乱。高强度的电磁辐射可产生遗传效应，使睾丸染色体出现畸变，怀孕妇女可能生出畸形婴儿。
- 6 视觉**:眼球含水量，易吸收电磁辐射而升温，加速白内障形成。较低强度的微波长期作用，可加速晶状体的衰老和混浊，造成视觉障碍。长期低强度电磁辐射会造成眼睛疲劳、不舒适和干燥。
- 7 细胞突变**:实验的动物经微波作用后，肿瘤发生率上升。电磁辐射会促使人体某些组织出现异变，正常细胞变为癌细胞，癌症发生率大增。



## 与电器拉大距离 降低电磁波效应

我们的环境中充满各类辐射，分为游离辐射和非游离辐射两大类。游离辐射就是放射线，是由宇宙射线及放射性元素所释放的。波长大于30nm者例如紫外线、可见光、红外线、电磁波等都属于非游离辐射。

户外高压电线、户内电线及家庭电器在操作时都会产生极低频率(ELF)的电磁波。收音机声波、电视波、微波、电话波、手机磁波等电磁波被称为RF。

### 离人体30-40公分

生产生物共振波仪器的Rayonex公司工程师戴玛海尔表示，德国规定高压电缆必须距离住家200公尺；但他认为，距离400公尺才是可接受的安全距离。

因此，他对我国国内许多地方的高压电缆凌空「飞」过住家，忽视其潜在的危害，表示不解。

电磁波的效应随距离增加

而大幅下降，因此一般而言，只要将电器的距离拉大到人体30至40公分以外，电磁波的能量和造成的影响就可减到最低。这正是看电视不可太接近荧幕的安全理由。

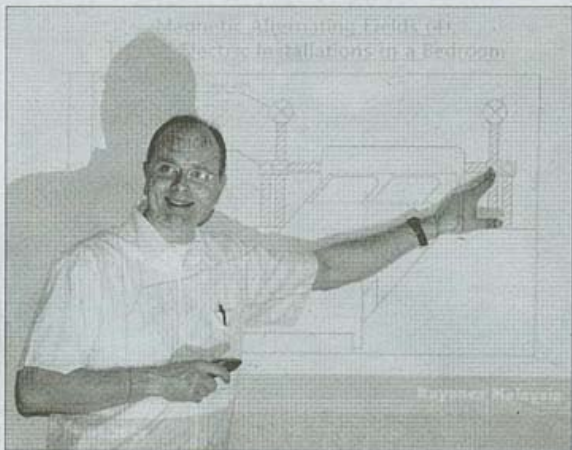
### 不良影响因人而异

戴玛海尔也表示，手机在接收信号的那一刻电磁波最强，因此，在等待接听时不将手机贴近耳朵，也是减低伤害的良策。

研究显示，在长期的作用下，电磁波可影响人体的中枢神经系统、免疫功能、心脏功能、血液系统、生殖系统和视觉，并可导致细胞突变，使癌症发生率大增。

除了上述危害，电磁辐射对内分泌系统、听觉、新陈代谢等都可产生不良影响，可见防不胜防。

电磁波的影响复杂和因人而异，因此伤害较难评估，也是科学界对其危害众说纷纭的原因。



德国生产生物共振仪器的Rayonex公司工程师戴玛海,说明睡床附近的插座所发出的电磁波,如何危害人体的健康。

## 封闭空间增强磁波 车内勿接听手机

生产生物共振仪器的Rayonex公司工程师戴玛海认为,寝室是一个人渡过最长时间的地方,而且睡觉时身体在恢复元气,细胞在更新,因此寝室免于污染,包括电磁波的干扰是很重要的。

由于电磁波的长期干扰可能会导致人体百病丛生,但现代生活却离不开电器,因此他认为,日常生活中应该尽量减低电磁波的接触,包括少用手机。

他奉劝车主不要在车中接听手机,因为电磁波在封闭的车厢会大幅度增强。

### 缩短使用时间至2分钟

他说,手机已成为许多人生活的一部分,因此不得已要使用时,应尽量缩短使用时间,以不超过2分钟为佳。

戴玛海引用多项研究成果,说明电磁波和肿瘤有关,长期使用手机更对脑部带来不利影响。根据物理学的理论,每个物

质都有其固有的震动频率或共振频率,而生物也不例外。

人体每个器官都是不同的精细而微弱的自然电磁波振动系统,其共振频率也不一样。

### 催生生物共振波治疗法

德国科学家保罗施密的研究发现,外界的频率会对有机体的固有频率产生调节或干扰作用,因此催生了生物共振波治疗法。

虽然这套治疗法尚未获医学界全面接受,但它在很多方面与中医针灸理论吻合,因此有不少支持者。

无论这种非主流医疗法是否真能祛百病,但它要我们远离对人体有不利影响的电磁波,致力塑造更有利健康的居家环境的主张,还是值得我们深思。

此外,关上没有使用的电器,如在没有上网时关上无线接收器,除了可以省电费,还可以减低家中电磁波。

## 高压电缆电讯塔 远离人口密集处

高压电缆和电讯塔都会发出电磁波。报章上不时可读到居民的集体诉求,要求拆除这两种设施,或反对它们的建立。我国各地方政府对电讯塔的安全距离规定并不一致,全由官员说了算。

居民投诉长期暴露在电磁波下,出现头痛、恶心、耳鸣、失眠、心律不整、皮肤起红疹等症状,对小孩和老人的影响尤为明显。有者更投诉电磁波造成各种疾病,罹患癌症比率偏高后遗传症。雪兰莪万挠新村居民要新高压电

缆道,更在308大选成为引人关注的议题。

顺势疗法医师陈奕权说,日常生活充斥电磁波,而且24小时持续地影响人体,已造成各种文明病,须设法将体内紊乱的共振频率调整过来,我们才会活得健康没有病痛。

但他补充说:「由于破坏比修补来得快,搬到电磁波少的地方居住,才是长远之道。」

根据了解,意大利、奥地利、瑞典、澳洲和加拿大等国都规

## 槟设无线上网 民间组织抗议

槟城州政府推行「槟州无线」计划,首批7个WiMAX覆盖地点已确定。在Packet One Network公司的配合下,槟州子民将可于18个月内,在公众场所使用WiFi免费无线上网。这项计划引起多个民间组织的抗议。

无线上网方便省事,符合资讯时代人们和企业提高生产力的需求,并能解决我国固定网络设施落后的欠缺。

但无线上网设备使覆盖范围充满了电磁波,当槟城全岛都被WiMAX覆盖,全槟老老少少都无可避免受影响。这成为民间组织大力反对的理由。

WiFi是户内的短程电波传输方式,而WiMAX则是户外的长程电波传输方式。

但无论WiFi还是WiMAX,在

传送资讯时都会发出高频率电磁波。这种电磁波对生物的影响众说纷纭,至今尚无定案。

开发相关技术的科学家认为至今没有证据显示有关技术对人体有害,因此可安全使用。但持反对意见的科学家则认为,生物界发生的一些现象,足以说明电磁波的危害。

### 先进国拆除无线上网

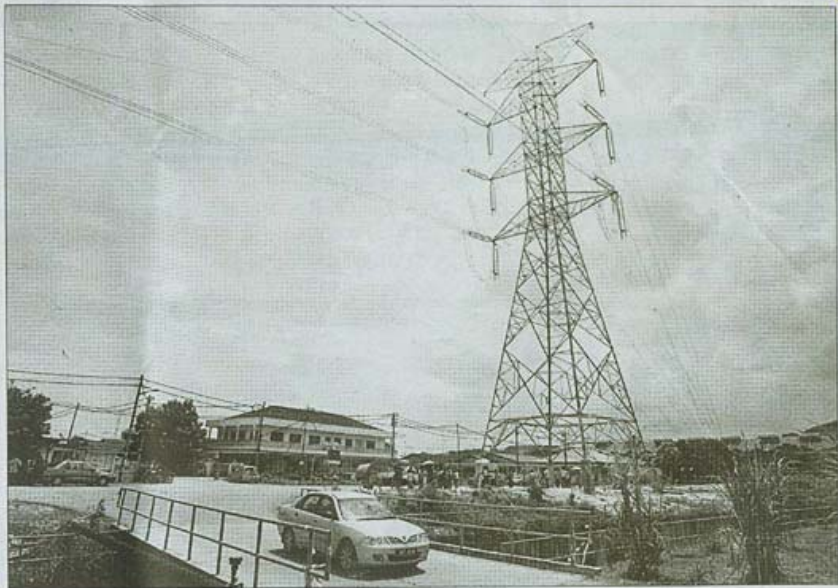
德国研究发现,WiFi释放的电磁波干扰鸟类和生物辨认方位,影响繁殖,甚至造成死亡。鲸鱼集体搁浅的谜团一直未有答案,其中就有人认为是因为军舰的探测声纳影响或破坏了鲸鱼的声纳系统所致。

此外,先进国家一些教育机构开始拆除无线上网设备,应

被视为一项警讯。而多国近年来将电磁波环境建议值(即安全标准)从1000万微瓦降低至10万微瓦,即高达100倍之谱,也应获得关注。

手机的3G功能已出现瓶颈,作为一种新的资讯传播方式,WiFi和WiMAX无疑蕴含大量商机,对大企业的吸引力可想而知。知名跨国企业如英特尔、诺基亚和摩托罗拉都大力开发相关技术,以求抢吃这块通讯的新馅饼。

企业有足够资源影响政府施政,而槟州民联政府又全力打造新政府形象,因此双方一拍即合不足为奇。首长林冠英不担心企业不配合国会会在野党的无线上网计划,如何安抚人民对电磁波辐射的不安,反成为他意想不到的棘手问题。



高压电缆会释放大量的电磁波,德国规定电缆必须距离居住地200公尺以策安全,一些专家更认为距离400公尺才是可接受的安全距离。但我国一些地区的高压电缆却是在屋子上方凌空「飞」越。

可思议。

他说:「这是很严重的问题,也是很危险的,因为这表示当局完全没有规范。」

各有关方面进行工程前,不但要进行周详研究,也应咨询邻近居民意见,确保不会威胁居民健康。多个先进工业国包括瑞士和意大利已将电磁波的安全标准大幅度调低,显示电磁波对人体健康的影响恐怕还有隐晦不明之处。错误的决策可以比贪污滥权的危害更大。

有人因此认为,既然疑虑尚在,不妨秉持安全至上的守则,不仓促推行无线上网计划,或至少缩减覆盖范围。



陈奕权

大马顺势疗法医师

由于破坏比修补来得快,搬到电磁波少的地方居住,才是长远之道。