



## 應試分類精練 聆聽理解 強化練習二

### 聆聽資料一

駱華：鋒鋒，你有看上星期六電視播放的《職業追追追》嗎？

鋒鋒：當然有！這個節目專門介紹現今社會既專業又新穎的職業，之前一期介紹了「巧克力品評師」，非常有趣，我又怎會錯過這一期呢！

駱華：我都很喜歡這個月開始的「品評師」系列節目，一連串介紹了好幾個行業的品評師，原來有這麼多食品需要品評師鑒別呢！

鋒鋒：對呀！最初介紹的「紅酒品評師」我曾聽說過，但之後一集的「啤酒品評師」，真的讓人很驚訝！

駱華：我原以為價格昂貴、出產地考究的紅酒才会有專業的品評師，想不到連價錢平民化的啤酒也有專人品評呢！

鋒鋒：而且節目中還介紹說，「啤酒品評師」除了品評成品外，甚至連釀酒的水也要細心品嚐，以免影響酒的品質。

駱華：這真是太神奇了！看了這幾集節目後，我發現了這些專業品評師的一些共通點呢！

鋒鋒：啊？是不是他們都經過了長期的專業訓練？

駱華：專業訓練當然是少不了的。我發現的是無論品評師品評的領域是甚麼，他們都很愛惜自己的味覺。你還記得嗎？他們在接受主持人訪問時都不約而同地說，平常儘量吃得清淡，少吃刺激性的食物，避免味覺受損呢！

鋒鋒：你真是明察秋毫呢！你這位「大偵探」還有沒有其他的發現？

駱華：當然有！還有他們的自制能力都很強。

鋒鋒：自制能力？你是指……

駱華：我是指他們對自己喜愛的食品的自制能力。節目在播放他們品評食品的片段時，他們都是淺嘗食品，不會多吃，避免飽肚感影響對食品的判斷呢！

鋒鋒：經你這麼一說，我想起了上星期六播放的「咖啡品評師」中的一個片段，節目中的那位品評師，憑咖啡的氣味、味道和色澤，就能準確分辨咖啡的原產地及種類，真是神奇啊！

駱華：他們是名副其實的專業品評師嘛！食品的專業知識當然淵博呢！

鋒鋒：如果我將來都能成為專業品評師的話，就能嘗盡天下美食啦！





## 應試分類精練 聆聽理解 強化練習二

### 聆聽資料二

近年來，報章上經常出現港人猝死的報道，情況令人擔憂。

醫學界將現今的猝死案件，分類為「運動猝死」及「生活猝死」。事實上，兩類猝死的案例在香港均不罕見，但近年，這兩類案例不但數量日漸增加，猝死者更有年輕化的趨勢。

運動猝死的原因有很多，其中最常見的，是因為突然過度激烈的運動，導致心血管系統無法負荷，並引發內臟出血等致命情況而導致死亡。

另外，運動的環境惡劣、運動者的身體狀況欠佳、熱身運動不足、情緒壓力欠佳等原因均會造成運動猝死。然而，近年來卻有不少人是平日參與運動，健康狀況一直良好，有些甚至是運動健將，但仍然出現猝死的情況。至今，醫學界仍在尋找身體強健者運動時猝死的原因。

生活猝死則是指常人在日常生活中突然死亡。部分死者在睡眠或午膳時猝死，也有在工作中猝死的情況發生。近年就有的士司機在駕駛期間，突然感到身體不適在車上死亡的事件發生。醫院診斷後發現猝死者患有隱性心臟病，致使患者在發病身亡前，完全沒有任何先兆，可說是防不勝防。

其實，只要我們遵從醫生的吩咐，維持良好的生活方式，改善不良的生活習慣，避免長期日夜顛倒、休息不足和飲食不均等會導致身體狀況欠佳的情形發生，就能減低猝死的可能性。此外，我們應減少食用高油、高脂的食物，減少吃夜宵的頻率，讓腸胃在夜間得到休息的時間。當然更重要的就是定期進行身體檢查，以便瞭解自身的情況，保持身體機能的健康。

