

## 广东省第七次中医男科 第四次中西医结合男科学术交流会



## 省港澳中西醫專家 男科疾病學術交流

廣東省第七屆中醫男科第四次中西醫結合男科學術交流會，月前在東莞舉行。來自省、港、澳的男科中醫專家及泌尿科專科醫生就中西醫結合治療男性不育症及男科主要疾病等主題作演講並展開學術討論。

交流會由中西醫結合男科學會主席崔學教教授主持，中西醫結合男科學會常委陳國基致辭，來自廣東省各醫院的男科專家近百位出席並參與病例交流。

交流會還得香港泌尿外科專科醫生郭文偉介紹 PVP 激光對前列腺增生的治療、香港註冊中醫賴妍彤醫師及香港針灸學會顧問鄧賓中醫博士作專題演講。

◀ 穗港中西醫專家參加男科學術交流，左起：鄧彬、陳國基、崔學教、謝建興、郭文偉

## 馬術比賽的常見運動傷害

第二十九屆奧林匹克運動會在中華神州大地正進行如火如荼之際，相信大家大家都已全程投入欣賞各項的精彩比賽，為國家隊、為香港隊及為中華台北隊打氣吧！

藉着香港協辦今屆奧運會的「馬運之都」，亦相信香港人對馬術比賽更添加興趣，可能有更多的年輕人會開始學習馬術，為了大家更認識馬術比賽，筆者趁此機會講述「人與馬」的淵源以及初學者應注意的常見運動傷害。

中外的文獻中，我們可以從《三國演義》中認識到呂布與赤兔馬的關係，亦可以從經典的兒童小說《黑色種馬》中了解小孩子與一匹阿拉伯種的黑馬的感人故事。從遠古開始，不論中外，人與馬已經結成生活的好良伴。人類意識到借用馬匹的力量及速度來提升生產的機動能力、生活的質素、以至軍事上的謀略。為了精確地移動馬匹，人類就對馬匹進行各種不同的技巧和協調性的訓練，由此便發展成為馬術比賽。

現代的馬術比賽是講求騎師和馬匹配合的默契，考驗馬匹技巧、速度、耐力和跨越障礙的能力。早在1900年的第二屆奧運會就開始設有馬術比賽，當時只設障礙賽一個項目。時至現今奧運會的馬術比賽中就增至為盛裝舞步賽、障礙賽和越野賽三項。

對於馬術的初學者則應注意的一些該項運動的常見運動傷害。首先就是初期騎在馬上半坐坐的狀態，再加上馬步的走動令策騎的學員像坐立的打浪中，使全身的肌肉感到疲勞及暫時性的疼痛。

另外，膝關節內側、小腿、臀部或指間的皮膚都會非常容易受到擦傷破皮的傷害。當初學者的騎馬技巧漸進之後，肌肉拉傷的機會亦會可能提高。其他較嚴重的傷害通常由於在擡馬之後發生的，這些傷害可以從輕微的挫傷瘀腫到骨關節脫臼、骨折、內出血、氣血胸，甚至嚴重的頭頸部外傷等等。

當發現在馬背上失去平衡而跌落時，初學者不應嘗試用手或腳碰觸地面來撐住身體，也不要放鬆身體軟軟的直落跌落地面，這些動作都會非常容易釀成四肢、軀幹或頭部骨折。另外馬術的學員亦須注意被馬踢傷、踩傷、咬傷、壓傷的運動傷害。

總之，初學馬術者只要按照專業導師的指導，裝備適當的騎馬服飾，努力增進自我的騎馬技巧，就可以享受這項健康又安全的運動項目。

黃施博 註冊脊醫、註冊中醫

# 精索靜脈曲張是男性不育直接原因 中醫藥補氣行瘀療效佳

廣州中醫藥大學第一附屬醫院泌尿男科崔學教教授以「補氣升提、行瘀益腎法主治左側精索靜脈曲張並精液異常」為題，附96例臨床療效觀察作演講。

精索靜脈曲張（varicocele, VC）是精索內蔓狀靜脈叢因各種原因引起回流不暢或因靜脈瓣膜損壞引起血液倒流，而形成局部靜脈擴張、迂曲、伸長的病理現象。1987年世界衛生組織不育症防治課題組對6682例男性不育患者不同病因的發病率進行了總結，其中精索靜脈曲張不育症有807例，佔到了12.6%，位居第二；經過分析導致男性不育的危險因子，更是把靜脈曲張列為首位，達13.0%，是男性不育的重要原因，而VC所致的少弱精症多是男性不育的直接原因。

崔教授表示，精索靜脈曲張是精索靜脈的瓣膜缺如或瓣膜、靜脈壁肌力減退等病理因素導致的男性常見疾病。在其泌尿男科專科門診中，平均每次有三分之一的新患者。但在首診的成人患者中，鮮有明確精索靜脈曲張診斷者，大多因慢性前列腺炎、慢性附睾炎、生育能力障礙等原因而就診。原因可能是認識不足或缺乏認真的局部檢查。

治療方面，除了進行手術外，非手術治療辨證論治內服中藥，成為近年主要研究及主要治療手段，特別在臨床中也發現部分三度曲張的精索靜脈曲張患者具有生育能力，運用他對精索靜脈曲張合併精液異常的病因病理解，嘗試以補氣升提，行瘀益腎為主體治法的中醫辨證治療。

主要方藥包括：補中益氣湯、槐榆煎、五子衍宗丸、三才封髓丹加減。合併慢性前列腺炎者，加土茯苓、蒲公英、桃仁、扁蓄、瞿麥等；合併慢性附睾炎者，加夏枯草、荔枝核、金鈴子、浙貝等；合併早泄者，加金櫻子、鎖陽、芡實、生龍骨、煅牡蠣等；合併性慾減退者，力淫羊藿、巴戟、鎖陽、仙茅等。

崔教授說，補中益氣湯補氣升提，旨在提高精索靜脈向上回流的功能，君藥槐花涼血祛瘀，現代藥理研究發現其含有能使脆性增加的毛細血管恢復正常彈性的藜香甙。臨床上，槐榆煎治療內痔腸風出血的常用方藥。此外，內痔的局部病理也為靜脈曲張，受以上觀點的啟示，故取槐花配性味平和活血行瘀藥丹參為臣；其他辨證用藥為佐使。

五子衍宗丸出自《證治准繩》，由枸杞子、覆盆子、菟絲子、五味子、車前子組成。為從肝腎觀點治療生育能力障礙的主要處方。

三才封髓丹《衛生寶鑑》，組方為人參、熟地、天門冬、炙甘草、砂仁、黃柏。為從氣血，脾腎觀點提高生育能力的常用處方。

經過六個月的治療，96例中妻子受孕46例佔47.6%；雖妻子尚未受孕，但精子分析已達正常水平者21例，佔21.8%；精子分析接近正常者11例，佔11.4%，（其中3例於治療後1-2年中妻子受孕）；無效及無信息反饋者18例，佔18.7%。療效尚屬滿意。

崔教授認為，雖然精索靜脈合併對生育能力的病例較多，兼用的治法也常呈多樣化，但本組病例以精索靜脈曲張的病因為研究主線，每一個病例都以補氣升提，益腎行瘀為基本治法，其作用的重要性是可信的。

## 綠激光治療前列腺肥大

香港泌尿科專科醫生郭文偉，在男科學術交流會上介紹了近年治療前列腺肥大（增生）的新技術——「綠激光」手術（PVP），吸引了內地醫院不少中西醫師參與交流。

郭醫生說，前列腺肥大在中年男士之間十分普遍，而且會引起諸多煩惱、不適和併發症。

利用微創手術，經尿道用電刀切除引起阻塞的前列腺組織，是目前效果最徹底又極安全的治療方法，但畢竟要住院最少三至四天，並用尿管導尿兩至三天，令不少患者卻步。

他表示，綠激光手術又稱選擇性綠激光前列腺氣化手術。在2000年開始在美國廣泛應用。在香港於2002年開始，由於所有綠激光能在把前列腺氣化時，同時將血管封閉，過程中幾乎滴血不流，因而免去了用傳統電刀切除的絕大部分危險性。這點對年老多病的長者尤其重要。

另一方面，術中術後既不流血，也就免術後要插尿管喉導尿之苦。因此亦可在術後半天至一天出院，迅速恢復日常生活，這對較年輕、活躍或上班工作的男性病患特別需要。郭文偉醫生稱，綠激光在香港應用已超過六年，積累病例已超過千餘。在有經驗的泌尿專科醫生中，效果和安全性已被肯定，可以說是目前治療上最安全、技術最先進，效果最理想、併發症最少的前列腺增生、肥大治療新方法，取代流行於50年之久的「經尿道前列腺電切術」（TURP），成為新的前列腺增生治療「黃金標準」。

## 奧運食療： 清熱降壓補精神

奧運比賽，緊張又精彩，有人甚至守在酒吧或家裡的電視機前整日整夜；又或者看完緊張比賽後，徹夜不能眠；吃下太多垃圾食品；或過量喝酒……

以往的研究顯示，觀看奧運比賽持續兩到三個星期後，可能會損害到眼睛、肝臟、心臟、大腦和膀胱等器官組織；最容易導致的不適或症狀包括：疲勞、肥胖、頭痛、失眠、血壓上升，甚至酒精肝、膀胱炎等。

營養師建議，奧運迷的飲食應當注意補充營養

，以肉類、蔬菜等食品為主，零食以堅果和水果為主，飲料以礦泉水或純淨水為主，每天飲水10至15杯，保持開窗通風（開空調時開小窗），每天運動一個小時以上，每天睡眠6個小時以上，適當補充維生素和礦物質等。

中醫提醒奧運迷，特別是不少中、老年慢性病患者，不應長時間觀看比賽，或對比賽太過投入。尤其夏秋之際是一年發病較多的時節，過度勞累、情緒激動會引多種疾病。建議在看電視時，邊看邊做保健按摩或原地跑步等運動來緩解疲勞。如果有高血壓、血脂異常或心臟血管疾病，比賽的緊張氣氛和意外結果可能使你的心跳加速、血壓升高，引發心臟病或腦中風發作。

夏秋之間，空氣開始乾燥，熬夜及少喝水等，會導致容易被燥邪所傷及容易上火，應注意補充水分，多補充對眼睛有益的食物，如含維生素A豐富的紅蘿蔔等，適當炮製中醫食療湯水及藥茶，也十分有效——

**菊花銀花茶**——針對積聚火熱、喉嚨痛等症狀有效。每次用菊花（熱性高可用貢菊，一般眼澀用杭菊）6至7朵與少許金銀花放杯內，沖入熱水略洗倒去水分，再加沸水浸泡飲用。

**杞子桂圓茶**——既能明目又可安眠



（有熱性症狀者不宜）。

每次用桂圓內8粒與杞子20多粒，用熱水浸過倒掉水分，再加沸水浸泡，飲水食之。

**菊花蘆根杞子茶**——蘆根有清熱、生津的功効（每人每次用量約10至15克），此藥茶有清熱、平肝、明目、生津的食療作用，是奧運迷熬夜看比賽的最佳茶療。

**金針木耳紅棗燉烏雞湯**——金針茶有養血安神作用，並能除煩解酒利腸胃；木耳涼血和血、養榮與減肥兼並；加上補益的烏雞和紅棗燉湯，能補充營養又可安眠養神，並有平衡血壓的作用。

**芹菜紅棗滾魚尾湯**——芹菜能平肝清熱，清利頭目，最適合肝陽上亢者作食療；加上補脾和胃的紅棗滾魚尾湯，營養豐富又降血壓。

**鮮人參（或洋參）煲蓮子杞子蜜棗瘦肉湯**——連場觀戰又要上班、疲憊非常，要補充精力才顯神采，用鮮人參或清熱補氣的花旗參作食療湯水正合。蓮子養心、益腎、補脾；杞子補益肝腎而明目，這個湯水有清熱提神、補益肝、脾腎的食療功効。



雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞



合夏日作食療

鮮人參提神不燥適



芹菜滾魚尾湯有降

血壓養脾胃食療作用



雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療

鮮人參提神不燥適

雞養血安神營養滋補

金針木耳紅棗燉烏雞

合夏日作食療