

中醫專題



國際中醫、中西醫結合皮膚病學術研討會現場 (袁秀賢攝)

彭煒認為，成立世界中醫藥學會聯合會皮膚科專業委員會，搭建一個互相交流的平台，有助於提高中醫藥治療皮膚病水平。(袁秀賢攝)

中醫藥治療皮膚病

將有行業標準

【本報記者袁秀賢廣州電】世界中醫藥學會聯合會皮膚科專業委員會日前在廣州成立，成為南粵地區唯一一個國際性的皮膚病學會機構。首屆國際中醫、中西醫結合皮膚病學術研討會亦在此間舉行，與會者認為，中西醫治療皮膚病治療效果好，且中西醫結合研究方面獲新進展。

廣東省衛生廳副廳長、廣東省中醫藥管理局局長彭煒認為，成立世界中醫藥學會聯合會皮膚科專業委員會，搭建一個互相交流的平台，有助於提高中醫藥治療水平。

該皮膚科專業委員會主要致力於增進世界各國地區和中醫藥團體在皮膚病領域的交流與合作，並將制訂相關的中醫藥治療行業標準，這意味著中醫藥治療皮膚病將有行業標準。該學會由廣東省名老中醫、廣東省中醫院禰國維教授擔任會長。

中西合治皮膚頑疾效佳

濕疹、紅斑狼瘡、脫髮、皮膚真菌病……這些都是讓不少老百姓頭疼不已的皮膚病，而經過實踐證明，中醫藥在這些治療領域具有不可替代的特色和優勢，與專家頗為認同。復旦大學附屬中山醫院秦萬章認為，分析五十年來發表的近二萬篇文獻，中西醫結合治療的皮膚病種中療效好和比較好的有一百八十多種，其中不包括各種常見病，如銀屑病、神經性皮炎、濕疹等，且對一些小兒病和疑難雜症也有較好的療效，如紅斑狼瘡、天包瘡、魚鱗病等。另一方面，中醫預防某些皮膚病亦有一定的優越處，如脫髮、痤瘡的預防等。

研究指中藥有明確療效

近年來，在已發表的五千五百多篇有一定水平的論文中，更反映了中國皮膚病在中西醫結合研究方面的新進展，其中臨床研究涉及的病種更加廣泛，療效有所提高，在基礎理論方面已有若干突破和進展，如血證理論在皮膚科中的應用，其活血化癥研究已經引起廣泛重視。清血、涼血研究對變態反應性、炎症性疾病如藥疹、接觸性皮炎、多形紅斑等均已取得較好效果。其中病情緊急、原因不明的皮膚黏膜淋巴結綜合症(川崎病)採用清血、涼血法獲得了滿意的療效。養血研究對銀屑病、慢性濕疹等均有較好效果，如當歸飲子加減治療毛髮紅腫、神經性皮炎、魚鱗病等。

治兒童濕疹顯神奇功效

中醫藥的神奇功效，也使一些外國人為之折服。曾有一位在大亞灣核電站工作的法國工程師R先生，他年僅6歲的愛子小查理患有頑固性的濕疹。為了治好愛子的頑症，在法國他與妻子帶著小查理跑遍了著名的醫院。可是頑固的濕疹總是初治時稍稍見效，不久又捲土重來，令小查理寢食難安，痛苦不已。在一個偶然的機會，R先生聽聞禰國維教授對治療這類疾病很有心得，便慕名求診。禰國維教授指出小查理的病屬慢性濕疹，當以養心健脾、活血祛風為主，治療期間忌食海鮮、牛肉及煎炒油炸辛辣等易過敏有刺激的食物，並給小查理開了三個星期的中藥，其中包括內服藥、外塗藥和洗浴藥。

兩個月後，小查理用藥後濕疹很快消退了。如今，孩子皮膚光潔，食物無忌口，可濕疹再也沒犯過。「這是從來沒有過的事，中醫藥實在神奇得不可思議！」R先生讚不絕口。

臨床分享

龍省中醫藥專家提出 防治甲型H1N1流感藥方

【本報記者于海江、張春寧哈爾濱電】近日，記者從黑龍江省衛生廳了解到，為針對甲型H1N1流感疫情，黑龍江省中醫藥專家組對相關情況進行了深入調研，並對中醫藥防治甲型H1N1流感提出了防治方案。

據專家介紹，甲型H1N1流感有明顯的季節性，天氣多變的秋末、早春和寒冷的冬季易發生。傳播速度快，常易引起急性呼吸道疾病暴發。黑龍江省中醫藥專家組認為，甲型H1N1流感屬於中醫「溫病」範疇，溫熱疫毒之邪經口鼻侵入，上中焦；邪毒內陷侵入營血危及生命，因而該病病程較短，只有一周左右，症狀重、變化快，故在治療時應辨證用藥。治療原則應以清溫解毒、潤肺止咳化痰為主。

黑龍江省中醫藥專家組的國醫大師張琪教授認為，甲型H1N1流感臨床症狀屬於中醫溫病溫熱犯肺之症，可用清溫解毒、清肺止咳之劑。根據張琪教授審定，該院專家組制定了藥方。

藥方如下：

1、清瘟解毒煎劑I號
主要成分：生石膏、知母、雙花、連翹、重樓、柴胡、荊芥、桔梗、大貝、枇杷葉等。

功效：清熱解毒，潤肺化痰止咳。
適應症：發熱、咳嗽、痰黃、頭痛、咽痛、鼻塞、乏力等。

服用方法：每日二次，每次一袋，早晚各一次，飯後溫服。

2、清瘟解毒煎劑II號
主要成分：雙花、連翹、荊芥、黃芩、牛蒡子、桔梗、花粉、百部、麥冬等。

功效：清肺利咽、化痰止咳。
適應症：低熱、乾咳或咯痰不爽、咽癢痛，口乾渴，乏力等。

服用方法：每日二次，每次一袋，早晚各一次，飯後溫服。

進補原則

進補的方法分為食補和藥補兩大類，對於一般體質不虛，無明顯疾病，而僅想增強體質的人應以食補為主。而對於因病需要藥補的人群來說，則應在醫生指導下服用，切忌隨便服用各類滋補藥。

秋冬進補的基本原則是虛則補之。

首先在秋天氣候涼爽時，可先服用一些較為平和的補品，也就是達到「底補」目的。秋季的「底補」是作為進補的先導，為冬季「進補」做好準備。「底補」宜選用北芪、冬蟲夏草、當歸、枸杞、黨參、紅棗、花生米、芡實、山藥、大棗、龍眼肉、核桃仁、百合、蓮子、薏苡仁等性味平和的滋補品，食品則包括雞、鴨、魚、肉、排骨、豆類、蔬菜等。

中暑怎處理?

最近香港天氣持續炎熱，很容易就令人抵受不住酷熱天氣而中暑暈倒。遇着同伴中暑，你知道應該怎麼辦嗎？假如施救者不及時替患者降溫，甚或救治失當，患者便可能有生命危險！

如何得知同伴是否中暑？
正常人體在高溫環境下會作出自我調節，透過流汗和增加呼吸次數來降低體溫，當這些生理調節發揮不到效用，便會引致熱衰竭或中暑等徵狀而急需救援！

觀察徵狀

熱衰竭	中暑
大量出汗	體溫超過40°C
臉色蒼白	皮膚乾燥泛紅
呼吸淺促	呼吸有雜音
脈搏快而弱	脈搏急促有力
頭暈	頭暈、頭痛
噁心或嘔吐	噁心
四肢無力	四肢無力
肌肉痙攣	抽筋
	精神錯亂或昏迷

如何為中暑者急救?

- 1.盡快扶患者到陰涼地方，讓其平臥地上或椅上，抬高雙腳，以增加腦部的血液供應。
- 2.解開衣領及緊身衣物，用濕冷的毛巾敷在額頭，並不時在患者身上灑水及搧風，盡量幫助患者降溫。
- 3.輕度中暑者經過上述治療，情況應有好轉，此時可給予患者飲用含鹽分的飲料，補充電解質。
- 4.讓患者用半坐臥的姿勢休息，稍微墊高頭部及肩膀，直至體溫下降至38°C。
- 5.若患者的徵狀持續或惡化，甚至失去知覺，便須召喚救護車。

長者病者易中暑

除了進行戶外活動的人士較易中暑外，長者中暑的風險亦十分高，因為長者的散熱及排汗功能一般較差，如果加上穿著過厚、侷促的衣服，住所又缺乏通風設備，就很容易在高溫環境下中暑，大家需要多加留意。此外，肥胖、新陳代謝緩慢、長期體弱、營養不良、服用利尿藥、患有甲狀腺病、心血管病、糖尿病的人，中暑的機會亦特別高，容易出現全身痙攣、休克、昏迷等現象，嚴重可引致中風、心臟病發、肌肉痙攣，甚至死亡，所以在炎夏必須小心預防中暑。

「養生之道」的投資(8)

現代「養生之道」可以從身、心、靈及財這四方面的健康着手。筆者已提及注重飲食，營養方面的平衡性，對身、心健康非常重要。另外，休息、運動及精神的放鬆都是「養生之道」的關鍵。

運動對身體有莫大裨益，只要定時作出適量的運動會使身心舒暢，疲勞盡消，刺激大腦，精力充沛，調和心緒，心情愉快。

不論選擇那一項運動項目，都會帶來熱量和能量的消耗。熱量的消耗可幫助腸道蠕動加速，使身體對食物吸收的比例降低，間接影響體重，有助減肥。另外，在運動中消耗的能量部分就是從燃燒脂肪所得來的。當正常運動時，脂肪就會進入血液中，這樣便會使血液中的血糖水平保持，直接影響到飢餓感。隨著脂肪的消耗，食慾訊號降低，就會自然減除過量的體重，運動幫助減肥。再者，能量的消耗間接影響睡眠，幫助自然地進入甜蜜的夢鄉。

從科學報告指出，運動提高心肺功能，有助深呼吸，攝取更多氧分。運動亦會強化心血管，減低血液中的低密度膽固醇，從而預防心臟病和心血管毛病。

在免疫功能方面，隨著運動增加免疫細胞，抗禦病毒，預防發病的機會，促進內分泌及新陳代謝，誘使體汗的排洩，使體內的廢物及毒素排出體外。另外，運動還可以促進腸道的蠕動，令食團更容易在腸道輸送；運動亦能減除壓力，令心情放鬆，有利腸道內益菌的生長。

黃施博 註冊中醫師



綠豆薏米絲瓜瘦肉湯

主治熱毒瘡癤

材料：(一至二人分量) 綠豆五錢(十五克) 生薏米一兩(三十克) 絲瓜兩條(約重二百克) 瘦豬肉二兩(六十克)

製法：先將各物洗淨。絲瓜分切為若干小段，不必去瓤刮絲。瘦豬肉切片。各物一起放入瓦鍋裡。注入清水約兩公升，用普通火候煎成湯液約兩飯碗左右，略加食鹽調味，去渣用湯。

食法：溫服，一次喝兩碗，每天喝一次。通常三天瘡癤可消，嚴重者多飲幾天好轉。

驗例：五歲患兒頭面多處出現大小不一的瘡癤，有些瘡頭潰膿，母親主訴曾經西醫治療，塗抹消炎藥膏，效果不佳，且時有發作，希望看中醫「清熱」。診斷為血熱瘡癤，(與母親血熱體質有關)因小孩不想吃藥，遂囑其母每天煎兩碗綠豆、薏米、絲瓜、瘦肉湯給他飲，消解其血熱。連喝了三天，瘡癤逐漸消退。五天痊癒。

按語：血熱瘡癤，凡消化不良的兒童和青少年，酷熱多生此病。惡化時會簇生成群，痛癢纏綿，甚或發熱，煩躁及便秘，消除血熱、疏解血絡，瘡癤自可逐漸消除。

綠豆功能清熱解毒，消暑。常用於暑熱煩渴、瘡毒癰腫等症。生薏米(即薏苡仁)功能利水滲濕，除痺，肺排膿，健脾止渴。對小便短赤、或水腫、腳氣，以及濕滯經絡；肺癰；腸癰；脾虛濕困泄瀉等症均有效。

絲瓜有涼血、解熱毒、活血脈、通經絡、祛痰、通乳的功用。三物聯用有補益脾胃的瘦豬肉煮湯作食療，當有消滅血熱形成瘡癤的功效。

絲瓜為葫蘆科植物絲瓜 *Luffa cylindrica*(L.)Roem. 和粵絲瓜 *Luffa acutangula* Roxb. 的鮮嫩果實。

味甘性涼。入肝、胃經。有清熱化痰，止咳平喘，通絡的功效。絲瓜幼嫩時供食用。絲瓜中含皂甙和絲瓜苦味質及多量黏液，還含有瓜氨酸。絲瓜老熟後去皮所留之網狀纖維，稱絲瓜絡，煨炭後有通絡作用。絲瓜籽可以化痰排膿。

中醫臨證食療湯膳

逢周一刊出 曹貴子醫生