



冠心病是由於冠狀動脈粥樣硬化後，管腔變窄，心肌缺血缺氧而引起心絞痛，或因冠狀動脈急性閉塞，部分心肌嚴重持久缺血，發生急性心肌梗死。其因是隨着年齡的增長，身體所有組織都會老化，動脈也難免漸漸失去原有的彈性，而變得硬和厚，動脈粥樣硬化是脂肪積聚的結果，當血液內的脂肪如膽固醇經由血液輸往身體各器官，其中部分可能會聚積在血管內壁，形成類似濃粥的黏液，日積月累，管壁變得腫厚，血管不但失去彈性而硬化，且管壁亦漸漸變窄，以致影響腦部、心臟及身體其他部分的正常血液供應，最後罹患冠心病心絞痛的重症

冠心病

中醫證治經驗

□黃僑生中醫師

冠心病心絞痛屬於中醫「真心痛」、「胸痹心痛」、「厥心痛」、「包絡痛」等範疇。以胸悶氣短，胸骨後發作性疼痛或壓窄感等為主證。多見於中老年人，該病的發病與衰老有關，而人體的衰老過程也是腎精不斷虧虛的客觀規律。另外，冠心病的發病與稟賦遺傳，煩勞傷神，暴飲肥膩不節，情慾過極等因素有關。凡此種種腎虛之因，成為冠心病的發病因素和病理基礎。例如：心腎相交，若腎精虧虛，精不生血，陰血不足，寒邪乘於王（心），則陽虛寒凝，血滯心脈。此皆責之於腎虧，可發為胸痹心痛。再者，冠心病患者多合併有高血壓，糖尿病，其主要病機也都是腎精（陰）虧虛為主因。臨床上冠心病證候群表現在心，但其根源在脾、肝、腎。即脾虛不運，可以引起痰濁内生，肝鬱可發展成氣滯血瘀，腎虛不足是人體衰老，臟腑失調的關鍵，發病規律應從脾腎求本。

臨床可分為寒凝心脈型、痰濁閉阻型、氣滯血瘀型。但以氣滯血瘀型較為常見，痰濁閉阻型中又以寒痰為多，熱痰則少見。



證治提示

1.寒凝心脈型

心痛的主證多發生在寒冷季節，遇冷即發，病者平素體質虛寒怕冷，臉色蒼白，神疲乏力，手足不溫，口淡不渴，或吐清涎，大便稀薄，舌質淡紅，舌苔白膩，脈沉緩細而無力。

治療法則

溫中散寒，益氣扶正

選用方藥

吳茱萸丸加減或四逆湯加減或用冠心蘇合香丸；增其溫腎止瀉，如陽氣大衰微者，應加入高麗參，益氣血而復脈的關鍵時刻。

2.痰濁閉阻型

其主證為心胸煩悶而痛或壓迫感，阻塞感，病人常虛胖多痰或有咳嗽嘔惡，飲食不思，頭暈眼花，而且覺得頭重墜，舌質淡，苔濁或膩，脈弦滑而濡緩。

治療法則

豁痰化濁，益氣通陽

選用方藥

瓜蒌薤白半夏湯加減

3.氣滯血瘀型

冠心病由於久治未愈，臨床上就明顯出現心胸刺痛，部位固定，或伴有精神抑鬱，胸膈脹滿，舌質暗瘀，舌尖邊有瘀點，脈弦細或沉澀，頭頂正中「百會穴」周圍時有脹痛感，四肢乏力麻痺等。

治療法則

行氣活血，通絡止痛

選用方藥

血府逐瘀湯

膈下逐瘀湯加減（逐血止痛為主）

補陽還五湯加減（補氣，活血，祛瘀通絡為主）

補骨脂（炒）20克，北五味子（打破，炙）10克，清水煎服一劑，渣再煎服，（人參一味用清水另煎和服）。

【輔助治療】：艾葉條間灸灸「膻中穴」、「關元穴」、「足三里」（雙側），「三陰交」（雙側）及推壓雙手「內關穴」，輔以祛寒解厥，溫中回陽。

病者昏迷不醒一直延續至隔日早晨6點30分，足7小時才露出蘇醒的奇跡出現！眾人在悲喜交集之中，恍如夢幻，病者寒凝已大解，脈象尚弱，陽氣不足，續原方加減化裁。

【自擇方藥二】：原藥方一的野山人參改為高麗參15克，附子（炮）改用15克，乾薑（改用）20克，其餘的藥量依舊，再加龍眼肉20克，續服6劑（渣再煎），其臨床症狀大為改善，陽氣提升，食慾增進等的良好趨向，因此，建議西醫檢查，其診斷為「冠狀動脈硬化性心臟病」。並特別提示為「慢性冠狀動脈供血不足」血壓由高轉低，西醫並要求以中醫調理為主。

病者雖有好轉的趨向，但臨床上仍存在胸悶、胸痹，腰痠，夜尿偏多，四肢無力等。按「久寒，久痛必癒」的理論，再加上暴病初愈，其體質必大虛。

治療法則（2）： 溫補陽氣，活血散瘀。

【自擇方藥三】：高麗參（另煎和服）10克，黃芪60克，乾薑15克，紫油肉桂（研細末，分二次沖服）3克，甘草（炙）10克，補骨脂（炒）20克，巴戟肉25克，當歸15克，川芎6克，赤芍15克，紫丹參25克，薤白（醋製）20克，北五味子（搗破）10克，枸杞子15克，地龍乾20克，

清水煎服，每日一劑，渣再煎服，連續服五十劑。藥後，臨床症狀消失，恢復工作。

按語：病例應用的方藥是參考「四逆加人參湯」及「回陽救急湯」得到啟蒙，加減化裁。例如方中的附子（炮）大辛大熱，為回陽祛寒的主藥，作用於全身，其力迅速而不久留，乾薑溫中散寒，作用於胃腸，強而有力。所以前人說：「附子走而不守，乾薑守而不走」，二藥相配，其回陽作用更加顯著。炙甘草甘緩，能緩心火，附之烈性，且能補中益氣，協助薑、附更好地發揮回陽固脫作用，加野山人參以大補陽氣而復脈，野山人參其力強而持久，方中用重量黃芪，大補元氣，周行全身，參芪再相配，更能行血通絡，當歸、川芎、赤芍、丹參、地龍乾諸藥均能直接活血祛瘀通絡，肉桂，借助辛甘，性熱，能逐寒化凝，宣導血脈，納氣歸腎的協調作用，補骨脂（炒）、巴戟肉、續斷、枸杞子補腎強腰及通利關節，五味子（炙）收養心氣，薤白溫中通陽，下氣散結。本藥方的配伍，主要是溫補心、脾、腎三陽的臟經，以達溫補陽氣，活血散瘀，氣行血生的還本歸真。

結語

冠心病出現心絞痛，其證的表現類屬中醫真心痛「氣滯血瘀型」，給中醫在臨床辨證有法可依，再結合因人、因證、因時、因地而異，並要具備膽大心細的治療方案，才能體現中醫的經驗是獨特而優勢，為攻克冠心病，同道們要肩擔重任為己任。患者是受當時歷史客觀條件所限，不能及時送到醫院搶救，最後由中醫肩負重任投入第一線搶救工作，外賓代表捐助貴重人參，給予藥用，慶幸患者轉危為安。後經造訪，患者延年八十有餘的高齡，始告壽終。

時光匆匆，已過去數十年，當地民間等地還流傳着這樣的小故事，以作對中醫搶救有成的回憶和敬意！因此，引發筆者往事湧上心頭，溫故知新，奉告分享，讓我們更加熱愛祖國醫學，更加尊重我們歷代醫祖先賢的珍貴遺教，我們要不斷地進修提高，才能把祖國醫學發揚光大，促進中西醫相結合，取長補短，例如：對「冠心病」的防治，可以裨益臨床，提高療效。



中醫治療DIY

便秘者自療

按摩

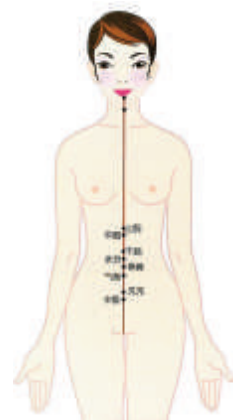
- 1・取坐位或立位，右手掌分別先後放於小腹兩外側，左手掌放在右手手背上，在小腹部沿順時針方向揉5分鐘，然後按逆時針方向再揉5分鐘，每日早晚各做1次。
- 2・左右手輪流從心窩處到下腹部慢慢地上下搓擦50—100次。
- 3・雙手掌心從肋骨向背部方向搓擦10—30次，再從背部向肋骨方向搓擦10—30次。
- 4・雙手放在臍部上方以中脘、下脘穴為主，作小圓形旋轉按摩10—30次。
- 5・雙手握拳，放在背部大腸俞處叩擊20—30次。
- 6・點按足三里、上巨虛、三陰交、氣海、支溝穴，每日取2—3穴，每穴點按或輕揉5分鐘，每日2次。

拔罐

在中脘、天樞、大橫、腹結、足三里、上巨虛、豐隆、脾俞、胃俞、肝俞、腎俞、大腸俞等部位均可拔罐。每次選用3—5個穴位，留罐5—10分鐘。1日1—2次。

敷貼

用大蔥切碎搗爛，加醋適量，炒熱，敷熨神闕穴肚臍部，有一定的效果。



養陰生津去虛火

許多人都會被各種上火症狀困擾。中醫所說的火分為實火和虛火。實火為陽熱亢盛引起的實熱證；虛火為陰虛不能制陽的虛熱證。治則為實則瀉之，以清熱、瀉火、消炎為主要方法；虛則補之，以養陰清熱為主。

中藥玄參、麥冬、甘草、桔梗具有清熱滋陰、祛痰利咽的功效，用於治療陰虛火旺、虛火上浮、口鼻乾燥、咽喉腫痛等症。

玄參甘苦，滋陰降火、涼血解毒；麥冬潤肺養陰、益胃生津，兩者均為質潤之品，共奏清熱滋陰、潤燥通便之效；桔梗味苦、開宣肺氣、祛痰利咽，為肺衛之要藥；甘草潤肺止咳、緩急止痛、調和諸藥；以上四藥共用，奏清熱滋陰、消痰鎮咳、祛痰利咽之效，而起解熱、抗炎、祛痰、鎮咳作用。

愛美麗的痛苦： 神經性飲食失調症(下)

今期文章繼續談神經性飲食失調症。究竟飲食失調行為的成因是什麼呢？其實厭食症和暴食症的成因很多，例如抑鬱、嚴重缺乏自信、渴望自主權、朋輩影響、家庭問題、社會壓力、遺傳因素等，但絕大多數都源於極度害怕肥胖的心態，以致患者有不正常的飲食模式。

飲食失調如何醫治？

治療飲食失調的第一步是要讓患者正視問題，以便及早就醫，防止體重繼續下降而引致生命危險。對於身高與體重的比例遠低於標準，身體已經嚴重虛弱的患者，甚至可能需入院治療。飲食失調治療主要包括藥物、心理治療和營養指導三方面，而且通常會結合多種治療法。

藥物治療	通常是使用抗抑鬱藥物，常用於同時有抑鬱、焦慮或強迫症症狀的厭食症患者，以及暴食症患者；亦會用於厭食症康復者以預防復發。不過藥物治療只屬輔助性質，通常需結合心理治療去糾正患者對標準身型的錯誤觀念。
心理治療	有助醫生和患者了解最初節食或暴食的原因，進一步了解引致飲食失調的問題根源。而且治療亦能糾正患者對標準身形的觀念，解除對肥胖的無理憂慮，幫助他們建立自信，提升自我形象，不再不合理地懼怕體重上升，從而重拾正常的進食習慣。
營養指導	讓患者在營養師的協助下重新掌握肚餓和飽足的正常反應，以及健康地選擇食物，在患者有心理壓力的情況下同時達致營養均衡和健康體重。

求助途徑

你可向你的家庭醫生求助。醫生可為你進行評估，提供專業意見，甚至為你轉介合適的治療和服務，例如心理治療、精神科治療、營養指導等。

愛美是正常的表現，但要擁有漂亮的體型與自信，根本不用節食，只要掌握健康飲食之道，配合自己喜愛的帶氧運動，自然可以體態輕盈又容光煥發！

如何抵禦「自由基」(7)

身體健康絕對受「自由基」的影響，幸好我們有抵禦自由基的「抗氧化系」的維他命，其中包括β-胡蘿蔔素、維他命C、E及B2，我們已經談論過β-胡蘿蔔素及維他命C和E，最後讓我們繼續探索維他命B2吧。

維他命B2（Riboflavin），又稱為核黃素，它是水溶性的維他命，非常容易消化和吸收，但不會蓄積在體內；當身體吸收足夠時，多餘的B2就會被排出體外，所以我們經常需要從食物及補充劑中攝取。

維他命B2是強效抗氧化劑，輔助胺基酸轉成神經傳導素，維持大腦功能。由於參與能量代謝反應，傳遞電子與氧化還原反應，所以維他命B2支援細胞內的抗氧化系統，促進組織修復。

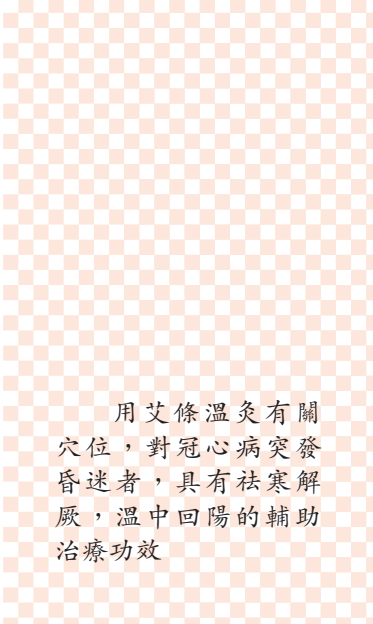
維他命B2是形成紅血球、製造抗體及細胞呼吸及成長的必需營養素。當維他命B2與蛋白質、磷酸等結合時，就會形成黃素蛋白，這是細胞氧還原作用的主要酵素。

維他命B2令身體免疫力維持在正常狀態起了非常重要的作用，對眼睛的健康亦有一定的影響，除了維持正常的視力，還可減輕眼睛疲勞，防止及治療白內障。維他命B2促進細胞的成長和再生；並輔助皮膚、指甲、毛髮的健康生長。維他命B2能夠幫助口腔、唇、舌等部位消除發炎症狀；協助碳水化合物、脂肪、蛋白質的代謝作用；還可治療感染、胃痛、灼傷、酗酒和肝病。

口角炎是維他命B2缺乏時最常見的症狀。口角炎是指兩邊嘴角裂開、或出現潰爛或口腔、舌頭的味蕾上「生瘡癢」等症狀。除此之外，鼻子兩側出現脂漏性皮膚炎、眼睛充血導致眼白滿是血絲、怕光、精神恍惚、皮膚乾燥及頭髮大量甩脫等等的情況下都是缺乏維他命B2的現象。

我們可以從乳酪、雞蛋、牛奶、雞、鴨、魚、杏仁、豆類、菠菜、麥芽等食物中吸收。成年男性的建議攝取量是每日為1.2至1.8毫克，而女性則為1至1.5毫克。

黃施博 註冊脊醫・註冊中醫



用艾條溫灸有關穴位，對冠心病突發昏迷者，具有祛寒解厥，溫中回陽的輔助治療功效



典型病例

患者：黃某某，男，52歲，中國福建閩南僑鄉地區，時過數十年的往事追憶，正值農曆十一月下旬某日一個深夜，病者是位演藝劇團團長，又是主角名演員，政府委派他為來自東南亞星馬工商貿考察團訪華代表獻藝演出，演出接近尾聲時，病者突然心胸一陣絞痛，口吐清白痰涎，大小便失禁，苦叫一聲，即時昏倒在舞台上，四肢厥冷，冒出冷汗，幸有多位中、西醫在場協助扶護入室搶救，各施其法，有西醫提出，心音極微弱，並處全昏迷惡變，因限於當時交通建設尚未完善，不能及時送到大醫院搶救，外賓代表們強烈要求中醫採用傳統醫術施救，當時現場的我，結同道們推薦為主診。

中醫診斷：脈象沉細欲散，並轉化伏脈及無脈，間中又出現微動，唯有重按「人迎脈」才略有搏動。其病容眼閉，口唇青紫，舌尖邊瘀點，舌苔白濁，全身皮膚蒼寒晦凝等。此證屬「三陰寒厥」一證，即「太陰、少陰、厥陰」的臟經重證。亦屬中醫「真心痛」、「厥心痛」範疇。當時病者家屬亦告知五年前已經由某醫院確診為「冠心病」，長期服用西藥及硝酸甘油備急之用。

治療法則（1）： 回陽救厥脫，溫中止吐瀉。

【自擇方藥一】：吉林野山人參13克，附子（炮）30克，乾薑40克，甘草（炙）10克，紫油肉桂（研細末，分二次沖服）6克，生黃芪100克，



人參的產地在中國東北地方（吉林參）到朝鮮半島北部一帶（高麗紅參），高麗紅參極負盛名。對冠心病患者適時適當服用高麗參（急救）有回陽救逆的功用