



童瑤：發展中西醫合作新醫學

交流溝通建共同語言 優勢互補創綜合療法



▲港大中醫教職員全體合照

編者按：中華醫藥版與香港中醫藥學院合辦的《杏林新語》專欄，由今天起逢每第二、三個周一，與讀者見面。

《杏林新語》開首第一篇，專訪港大中醫藥學院院長童瑤教授，主題探討香港發展中西醫合作的新醫學模式。童院長從事中醫教學和臨床治療具數十年經驗，來港時間雖然不算長，但在訪問過程中，她分析和探討香港在推進中西醫合作，建立綜合新醫學療法模式的認真和投入態度，讓人感動。談到病人經過中西醫綜合治療得以康復；到學院的年輕畢業生從事中醫工作的艱辛和努力，童院長讓我們感覺她著實成為了一個「香港人」。

「杏林新語」由下周一起，邀請學院的中醫專家和教授，輪流執筆撰寫臨床治療與藥學研究專題文章。下周刊出——石軍醫師《小兒反覆呼吸系統疾病的中醫調治》。敬請讀者留意。



▲中醫學生學習西醫課題（解剖學）
▼中醫「早臨床、多臨床」見習模式



童瑤說，任何理論都是建立在物質基礎（實證）上。西醫從實證角度出發，有可能忽略整體；但定性定量的治療，關鍵要找出物質基礎，建立規律性和共性。中醫辨證論治，根據個體差異進行治療，強調調整調治；但在某些方面也可能是「模糊」的，然而最後還是要落實到科學實證之上，兩者並不矛盾。童教授說，現代醫學發展由單純的生物醫學模式向生物—心理—社會模式轉變。中、西醫學也須結合客觀實際，不斷發展本身的醫學、理論，建立更完善的體系。她期望，香港的中西醫通過溝通、交流和合作，開創具有新醫學特色的綜合治療模式。

童教授以中風治療為例，特別指出在中風康復領域上進行中西醫合作的優勢和迫切性。她說，香港中風病人比例不少，但礙於醫療資源的限制，中風康復病人不可能長期住院，西醫故有的治療——分級制的物理治療效果不夠理想，甚至有可能延誤復原的機遇。

從實證出發 中西醫不矛盾

童教授指出，中西醫交流溝通的第一步。她說，中西醫學作為兩種異質土壤所誕生的醫學體系，其產生和發展的不同歷史條件及社會人文背景，決定了兩者間必然存在深刻的差異，一般認為兩者很難溝通、統一；甚至各自強調對方不足。然而，由於二者的服務對象是人，都以治病防病，增進人體健康為己任，都把人體生理病理作為自己的研究對象，因而中西醫學不可避免地有着同一性。通過比較，找出異同，分析同中之異，異中之同，有助揭示中西醫學各自的特點、優勢和不足，進而取長補短，實現中西醫互補、推進醫學及整個生命科學的發展。童教授說，這也是她主編《中西醫五臟比較研究》的出發點。

童教授指出，中西醫交流溝通的第一步。她說，中西醫學作為兩種異質土壤所誕生的醫學體系，其產生和發展的不同歷史條件及社會人文背景，決定了兩者間必然存在深刻的差異，一般認為兩者很難溝通、統一；甚至各自強調對方不足。然而，由於二者的服務對象是人，都以治病防病，增進人體健康為己任，都把人體生理病理作為自己的研究對象，因而中西醫學不可避免地有着同一性。通過比較，找出異同，分析同中之異，異中之同，有助揭示中西醫學各自的特點、優勢和不足，進而取長補短，實現中西醫互補、推進醫學及整個生命科學的發展。童教授說，這也是她主編《中西醫五臟比較研究》的出發點。

童教授指出，中西醫交流溝通的第一步。她說，中西醫學作為兩種異質土壤所誕生的醫學體系，其產生和發展的不同歷史條件及社會人文背景，決定了兩者間必然存在深刻的差異，一般認為兩者很難溝通、統一；甚至各自強調對方不足。然而，由於二者的服務對象是人，都以治病防病，增進人體健康為己任，都把人體生理病理作為自己的研究對象，因而中西醫學不可避免地有着同一性。通過比較，找出異同，分析同中之異，異中之同，有助揭示中西醫學各自的特點、優勢和不足，進而取長補短，實現中西醫互補、推進醫學及整個生命科學的發展。童教授說，這也是她主編《中西醫五臟比較研究》的出發點。

病人復原後自己走過來向她打招呼，這是所有醫者最快樂的時刻！她說中西醫及時而通力合作，不單挽回中風病人的生命，而且能夠避免後遺症，讓病人有尊嚴地生活下去，這是綜合療法的優勢和成就。

對於推動中西醫結合治療模式進入香港醫療體系，本地中醫藥業界和社會有不少批評，認為政府不夠重視，缺乏規劃性和具體政策支持。童瑤認為，目前香港中西醫合作還處於剛剛起步，甚至有很大的阻力，原因是長期文化背景的影響。她提出，在醫療體系內存在對中醫的認知問題，西醫醫藥界對中國文化的認識基礎不足，對中醫的認知更是寥寥無幾。童教授認為可以從加強對中華文化、歷史遺產了解的高度去認識中醫。她同時指出有部分對中西醫合作熱衷的西醫工作者，已成為推動新醫學治療模式的生力軍。

從文化高度認識中醫

此外，撥出資源創造更多西醫認識中醫的機會。如醫管局與香港大學中醫藥學院已連續舉辦了7屆西醫學習中醫證書班，每年（屆）有八十多位西醫、護士、醫院管理行政人員及物理治療專業人員參加，課程為期三個月。童院長說，學員對課題討論的深度和踴躍程度，令人印象深刻。

童教授提醒，不斷更新中醫自身隊伍，提升本地中醫素質也十分重要。她認為中醫藥界和學界需要發揚中醫經典的同時，加強認識和了解現代醫學、疾病的發展，與時並進。培養新一代中醫人才，也是中西醫合作的基礎和條件。童院長說，如何為中醫隊伍輸送新鮮血液，要有扎實理論和技術，又能掌握現代生命科學知識，這對促進中西醫合作、探討發展新的綜合治療模式，特別是能夠與西醫建立溝通交流的共同語言，能夠發揮生力軍的作用。

爭取成新醫學領頭羊

與其他本地大學中醫藥學院相比，港大中醫藥學院創院時間不長，但童院長欣喜地說，四屆共一百多位畢業生，全部都從事中醫工作。最後，童教授致寄語政府，須具長遠目光和迫切性，落實政策，積極推動香港的中西醫合作，創造可行性機構（如綜合醫院），結合對疾病的實際治療，總結出一套確實有效的綜合療法。童瑤表示，香港是一個特別的地方，中西醫藥具有各自堅持又能發揮自身學術的特色，可以爭取成為中西醫合作新醫學，進入國際的「領頭羊」。

▲香港大學中醫藥學院院長童瑤教授



本報攝

當中醫的臟腑 遇上西醫的器官

同樣是針對人體，但中西醫對內臟有不同的理論和認識。中醫對臟腑的見解，不單局限於西醫的解剖學概念，更重要的是生理和病理學的概念。近年亦有許多醫學研究顯示，中醫的臟腑理論如「肺主皮毛」、「怒傷肝」、「腎主耳」等，與該器官有一定的相關性和臨床實驗根據，證明由觀察而累積下來的中醫學理論，擁有相當的可靠性。

《中西醫五臟比較研究》由香港大學中醫藥學院院長童瑤率多位學者編寫而成，圍繞心、肝、脾、肺、腎，從解剖形態學、生理學、病證學三方面與西醫相應的實體臟器對照，比較其異同，分析造成中西醫諸多差異的原因，並界定中醫五臟和西醫相應實體的關係。此書讓我們對中醫的五臟概念及中醫臟象學說等基礎理論有更深了解；同時也為中西醫比較研究提出思路和參考。

主編簡介：

童瑤，醫學博士。原上海中醫藥大學副校長。現任香港大學中醫藥學院院長、講座教授。長期從事中醫教學、科研及臨床工作，對中西醫學之比較研究有獨到認識和見解。
書名：中西醫五臟比較研究
主編：童瑤
出版日期：2009年11月
商務印書館（香港）有限公司出版



杏林新語

香港大學中醫藥學院專欄

蓮子豬腸 養心湯



一到夏天，總感覺昏昏欲睡，一點精神都沒有。醫學稱為夏季倦怠症。現代醫學認為，夏季氣溫升高後，皮膚血管和毛孔擴張，皮膚血流量會大增，供應大腦的血流量就會減少。大腦為了自保，就會降低興奮性，人就易產生睏倦。此外，由於新陳代謝的速度也會加快，對氧的消耗也會大增。大腦在缺氧的環境下工作效率就會降低，從而使人體感到困乏疲倦，氣短心煩。

中醫認為，夏日宜健脾、養心陽，通過食療有助調節心陽抵抗疲乏。可多吃具有養心健脾作用的食物，如山藥薏米粥、蓮子粥等，這裡推介一款蓮子豬腸湯，有健脾固腸、養心安神的食療功效。湯中

添加枸杞子同煎，強滋補肝腎的作用，是夏日清補妙品。
材料：新鮮蓮子半斤（如用乾蓮子，量可減半），枸杞2錢，豬小腸1斤。如不用豬腸，可用豬腱肉或排骨替代。

製法：
1. 豬腸用蒜子穿通，洗淨後放入滾水內焯一下，撈出，切寸段。
2. 把豬腸及枸杞一同放入湯鍋內，加水10碗，先用大火煮開，再轉小火燉煮約40分鐘。
3. 然後加入蓮子繼續燉煮約15分鐘，待豬腸軟爛即可加鹽調味，盛出食用。

蓮子能健脾固腸、改善消化吸收功能；枸杞能刺激機體生長、興奮腸道加強對營養素的吸收。

豬腸具健胃整腸作用，有以形補形的功效，搭配枸杞、蓮子，能發揮厚腸胃、強筋骨、益氣力的效果。

▲蓮子杞子豬腸湯具健脾養心食療功用

弘揚中醫藥

逢周一刊出

服中藥講時段

不同藥性的中藥，講究不同的服藥時機。一般而言，治療虛症和腸胃病，應在飯前30-60分鐘服用；而治療心、肺病和其他一般疾病，則通常在飯後30分鐘服用為佳，以避免藥物對腸胃產生刺激，減少副作用的產生；助消化或對腸胃有刺激的中藥，也應飯後服用；而補益藥和瀉下通便的藥物則宜飯前空腹服用。其中，通便藥物如大黃、火麻仁等，宜在清晨或白天服用，避免在睡前或夜間服用；安神藥則應在睡前服用。

此外，一般的中藥湯劑應該「溫服」，即藥湯煎後立即濾出，在常溫下放置30°C-37°C時再喝，而丸、散一類中藥也應該用溫開水送服；屬於解表、發散風寒的中藥，應該「熱服」，並在服藥後吃點稀飯、熱水，以助藥力；止吐、解毒、清熱的藥，則應該「冷服」，以免引起刺激。

中醫藥課程

中醫美容課程

此課程於2010年7月12日開課
教授介紹：何絲琳 註冊中醫師（粵語教學）

廣州中醫藥大學針灸推拿學院客座教授，近30年中醫藥美容臨床經驗，曾在麗的、無綫、亞視、有線電視擔任客座主持「中醫藥推拿美容」。1983年，作為香港首位將中醫藥結合現代美容經驗推廣至內地的醫師，引起注目。

課程特色：

以中醫藥為理論中心，帶出男女老少皮膚保養，內臟養生，脊椎、四肢勞損引致的步履不正常、姿勢異常的復位法。

整個課程內容包括：以針灸、手法、推拿、中藥為技術手段，在各科的臨床應用，如：痘痕、脫髮、色斑、暗瘡、扁平疣等皮膚問題；減肥、增高、卵巢子宮推拿法、產後子宮收縮手法等等。

諮詢電話：2782-1679

中醫美容興趣班

主辦：基督教聯合郡打素社康服務
對象：對中醫美容有興趣的成年人

上課日期及時間：2010年7月24日（星期六）、2010年7月31日（星期六）下午二時三十分
課程大綱：共分2節，每節1.5小時。

第一節——介紹不同人士服用不同藥膳；DIY中藥面膜。
第二節——經絡美容——介紹中醫經絡、穴位，面部按摩及耳穴修身等。

名額：15位
學費：每位HK\$500
上課及報名地點：賽馬會和樂社區健康中心——中醫服務，觀塘協和街和樂邨居安樓26樓至33號地庫
查詢電話：2344 3133

擦擦背，美麗又養生！

炎夏已臨，隨著氣溫愈來愈高，大家身上的布料應該愈來愈少。您可能也正計劃要穿上露背裝或比堅尼到海灘暢泳玩樂，但是無理由以一個花斑斑又布滿死皮酒米的背部示人吧！在出發之前，您當然要為背部來個大掃除——「去死皮」！

去死皮的方法不少，大家比較熟悉的方法通常是去買一罐磨砂膏，近年流行的去角質凝膠也是熱門選擇；崇尚天然的話，可以將海鹽或黃糖混和橄欖油磨粉。不過如果您突然才想起明天就要比堅尼上陣，但家裡的磨砂產品剛巧用完，而又沒有橄欖油可用，這實在是晴天霹靂。不過您不必擔心，其實您只需要一條東西就可以打救自己出困境——一條毛巾！您只需要用毛巾在背上左擦右擦，就可以將死皮污垢通通擦走，雖然效果未必最理想，但仍屬權宜之計，而且您還能得到一個額外好處，因為擦背除了能提升美麗指數之外，它更是保健養生的秘技，能助您由內觀到外！

身體機能擦背上

經常擦背可以刺激背部皮下組織，有助促進血液循環和增強免疫力，對改善神經衰弱、失眠、胃腸功能紊亂等症狀都有輔助作用，體質改善，自然能令人更加容光煥發。而擦背動作更能增加肩周活動，對鍛煉肩部關節甚有好處。

每日10分鐘養生

擦背其實一點都不麻煩，你只需把一條柔軟的乾毛巾放在背部，上下來回拉動，直到背部微微發熱為止，一般持續約5至10分鐘即可。不過請注意力度要適中，以免擦傷皮膚；而為免着涼，記得將室溫控制在20°C以上。
只要每天抽少許時間來擦背，就能時刻保持肌膚乾淨滑溜，同時達到養生保健的功效，你還不開始天天擦背的好習慣？

季節食療

圖文：彭珍

康健與你

逢周一刊出

曹貴子醫生