

近日本港和鄰近地區相繼出現乙型流感較嚴重個案，其中一名本地兩歲男童更需接受兒科深切治療。乙型流感以往多在五六月份流行，有中醫專家分析，今冬多發的乙型流感具有「火」的因素，可參照冬溫辨治——

今冬乙型流感多發—— 中醫專家：可參照冬溫辨治

最近一段時間，流感發生較多，台灣B型（乙型）流感已死亡多人，香港和深圳都有禽流感死亡的報道，猩紅熱等其他傳染病也有增多趨勢，引起了大家對當前疫情的關注。我們在2011年初作出的《對2011（辛卯）年疫情的預測意見》中就認為：終之氣（小雪～大寒），客氣少陰火。「候反溫，蟄蟲來見，流水不冰」。一般來說當見暖冬，「民乃康平」。若氣溫偏高較著，或氣溫前高後低（「太陽復之」），都可能發生一些小疫情。

中醫五運六氣析疫情

2011年的暖冬較為明顯，出現一些小疫情也在預料之中。大寒節後進入壬年一之氣，主位大角風木，客氣少陽相火，「氣乃大溫，草乃早榮，民乃癘，溫病乃作。」小疫情的運氣條件仍將延續。但還不具有產生大疫情的運氣條件。當前的運氣條件與2009年發生甲流感時的運氣不同，甲流感有明顯的寒濕因素，而2011年的司天是陽明燥金，當前的運氣是少陰君火在泉，實際氣候也是以暖冬和乾燥為主，分析當前流感的病因病機，必需注意到這一運氣特點。

乙流病機具火氣因素

禽流感的運氣病機是火客於寒，2005乙酉年冬的運氣條件與2011辛卯年冬相類。B型流感往年大多在五、六月春夏交替期間流行，今年為什麼在冬季發生？一些專家感到困惑。從運氣理論分析，五六月份的主運主氣是「火」，說明B型流感的運氣病機中有「火」的因素。目前在泉的少陰君火至而太過，發生B流感也就不足為奇了。

表寒裡熱辨證用古方

根據上述五運六氣分析，對目前流行的B流感和禽流感等疫病，我們認為可參照冬溫進行辨證論治（立春以後風氣會較強，可按風溫論治）。火客於寒，往往初起可出現表寒裡熱症狀，可考慮用九味羌活湯、柴葛解肌湯等治療；因為目前氣候偏燥，也可參考朱肱《活人書》用葳蕤湯治療。（《活人書》：「……冬溫，此屬春時陽氣發於冬時，則伏寒變為溫病，宜葳蕤湯。」葳蕤湯方：葳蕤（即玉竹）、石膏、白薇、麻黃、羌活、甘草、川芎、杏仁、葛根、青木香。）

▼玉竹（即葳蕤）



動態特寫

食療羹物

冬日進補佳物 黃精滋補益壽



用黃精燉杞子桂圓
鴿蛋冰糖食，對氣
血虛弱、腎虛瘦弱
者有補益功效

黃精是中醫傳統補中益氣藥，「久服輕身延年不飢」，屬藥食兩用中藥，服用安全。《本草綱目》認為其「得坤土之精，為補養中宮之勝品」。因其味甘、性平、無毒，宜於久服，單用即有抗衰老延年的作用，如古方黃精餅、黃精膏、黃精丸等是一味傳統的延緩衰老中藥。

近年研究證明，黃精水提液可使果蠅的平均壽命延長8%~9%，其中對雌性果蠅作用顯著。黃精的95%乙醇提取物與水提物對高血脂症大鼠治療30天後，血清總膽固醇、血清甘油三酯較對照組有顯著降低。黃精可以調節和增強免疫系統功能，顯著消除衰老動物體內自由基的增加，增強體內保護因素。

目前的研究表明黃精可通過多種途徑拮抗衰老因素對機體的損傷，這些作用整體協調起來可降低機體生理衰老而達到的抗衰老延年作用。因此，老年人常食黃精可滋補延年。

黃精食方抗衰老益腎精

黃精參棗豬肉湯

配方 黃精9克，黨參9克，大棗5克，豬淨肉750克，生薑15克。
製法 黃精切薄片，黨參切短節；大棗擇色紅，圓潤無蟲蛀者，待用。豬淨肉洗乾淨，入沸水鍋內焯去血水，撈出洗淨；薑、蔥洗淨拍破，待用。以上藥材和食物同時放入砂鍋中，注入適量的清水，置武火上燒沸，撇盡浮沫，移文火上繼續煲至湯濃肉爛，裝碗即食。
效用 補脾潤肺。治脾胃虛弱，飲食不振，肺虛咳嗽，病後體虛。還具有顯著養顏護膚功效。

冰糖黃精湯

配方 黃精30克，冰糖50克。
製法 黃精用冷水泡發，加冰糖，用小火煎煮1小時即成。吃黃精，喝湯，每日2次。
功效 滋陰，潤心肺。適用於身體虛弱、肺虛咳嗽及肺結核或支氣管擴大、低熱、咯血以及婦女低熱、白帶等病症。

黃精燉雞

配方 黃精50克，母雞1隻，大棗20克，山藥30克，調料適量。
製法 上述藥肉同燉調味服食。
功效 補腎填精，對男子陰冷（男子感覺陰莖及陰囊寒冷的一種病，多見於中老年人，是男科臨床常見多發病）有食療作用。

益壽鴿蛋湯

配方 製黃精10克，枸杞子10克，龍眼肉10克，鴿蛋4個，冰糖50克。
製法 製黃精、枸杞子、龍眼肉洗淨切碎，冰糖敲碎裝在碗內。鍋置中火上加水約750毫升，入上三味中藥同煮至沸後約15分鐘，把鴿蛋打碎逐個下入鍋內，入冰糖稍同煮至熟即成。日服1次，連服7日。
功效 能補肝益氣，潤肺強身。對肺燥咳嗽、氣血虛弱、智力衰退等有較好療效。可作為腎虛腰痛、面黃羸瘦、年老體衰者的保健膳食。

黃精鴿肉湯

配方 黃精50克，乳鴿1隻，枸杞子24克。
製法 鴿去毛及內臟，與黃精、杞子共燉湯或蒸熟食。每日分2次服。
功效 適於男子腎氣衰弱所致的早泄。

▼淮山



◀紅棗



白虎湯治時氣溫熱病

白虎湯源出《傷寒論》，是漢代張仲景所創，方由知母、生石膏、生甘草、粳米等四味藥組成。方中知母苦寒，善清陽明胃熱，有退熱救陰之效；石膏辛甘寒，善清熱瀉火，與知母合用，以增瀉熱之效；甘草與知母相合，以增強生津養陰退熱之功；甘草與粳米相合，有益氣生津退熱之效，並能和胃協調諸藥。使全方具有清瀉盛熱，生津養陰之功效。陳麗托醫師在香港常用此方於治療傷寒傳入陽明，表證已罷，腑實未結，因氣分壯熱而出現的身大熱，大汗出，大煩渴，脈洪大，口渴乾燥，欲飲水數升等證，尤以清傷寒氣分之熱，效果卓著。在臨證中，結合香港地處嶺南的氣候、地理特點，常在此方基礎上加以發揮，依照知母、石膏的藥性，並廣開藥源，結合嶺南中草藥一點紅、大青葉、崗梅根等藥，辨證地加減應用，治療時氣溫熱病，取得較滿意的療效，以下病例舉隅之。

病例：

朱××，男，45歲。2010年3月7日因發熱3天，伴咳嗽胸痛，口渴為主訴初診。患者3天前突覺發熱不惡寒，咳嗽，口渴，心煩，小便短赤，到某西醫院診治，服西藥2天後均汗出熱不解，發熱更甚而轉看中醫。檢查：壯熱（T41℃）面赤，咳嗽胸痛，咯痰黃稠，鼻煽氣粗，小便黃赤，舌乾苔黃，脈滑數。（X光照片：右上肺見一大片模糊陰影。）

診斷：春溫（大葉性肺炎），治以清氣泄熱、宣肺化痰，選用白虎湯合嶺南中草藥加減。處方：知母9g、生石膏30g、生甘草5g、一點紅30g、大青葉30g、羅漢果半個，水煎服。連服2天後，於3月9日二診，患者之熱始退，咳嗽減，體溫降至T37.6℃，入暮尚有少許口渴，仍遵原法服三日。於3月12日三診，患者咳嗽顯著減輕，口渴止，小便轉清，仍神倦乏力，胃納仍弱，舌苔淡黃而膩。上方去石膏，加健脾消食滯藥山藥12g、太子參12g、神曲10g，再服7劑。於3月15日四診，咳嗽止，呼吸暢順，體溫正常（T37℃），脈緩苔薄，經X光肺部照片，右上肺模糊陰影消退而痊愈。

【按】：本證為春溫，病勢急，病情重，病位在肺。因溫邪熱毒熾盛，壅肺損絡，肺氣閉塞，故急起用白虎湯，配較強的護陰清熱解毒之嶺南草藥，使之達到退熱快、收效速的良好。

（未完待續。下次刊出：1月30日）

▶甘草

▼石膏

▼知母



古方「白虎湯」由知母、石膏、甘草、粳米四味藥組成

辨證論治

香港註冊中醫學會專欄

（上）