

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。乙型流感以注多在五六月份流行，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。大寒節後進入壬子一氣，主位太角風木，客氣少陽相火，「氣乃大溫，草乃早榮，民乃癥，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）



食療美物

冬日進補佳物 黃精滋補益壽



用黃精燉杞子桂圓
鵝蛋冰糖食，對氣虛弱、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致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，豬瘦肉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。豬瘦肉洗乾淨，入沸水鍋內焯去血水，撈出洗淨；薑、葱洗淨拍破，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。

功效 补脾潤肺。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 补腎填精，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。鍋置中火上加清水約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。

▼淮山

黃精燉雞



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。

辨證論治

香港註冊中醫學會專欄

經方在香港臨證應用舉隅（上）

白虎湯治時氣溫熱病

經方是張仲景勤求古訓，創造性地將理、法、方、藥融於一體，科學地將臨床經驗上升為理論精華，對後世醫家有着深遠而非凡的指導意義。

本地老中醫陳麓托在臨證中喜探研及應用經方，深感經方精簡、療效顯著，並撰文舉隅在港臨床常用的白虎湯、葛根湯和小柴胡湯的應用心得，與同道及讀者分享。

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，以增清熱之效；甘草與粳米相合，有益氣生津退熱之效，並能和胃協調諸藥。使全方具有清滯盛熱，生津養陰之功效。陳麓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，口舌乾燥，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°C）面赤，咳嗽胸痛，咯痰黃稠，舌燥氣粗，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°C，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，加健脾消食滌藥山藥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°C），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。因溫邪犯肺，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、收效速的良效。

（未完待續。下次刊出：1月30日）

►甘草



▼石膏



古方「白虎湯」由
知母、石膏、甘草、
梗米四味藥組成

動態特寫