

中華醫藥

逢周一、周三、周五刊出
網址: http://www.takungpao.com
FAX: 2572 5593
版權所有 翻印必究

博極醫緣



下次刊出日期：七月十四日（每月第二個星期一出版公眾假期順延）

編者按：

《博極醫緣》是一個中醫診症治病的專題版面，撰文者是一群中醫學博士研究生——「博極醫緣」正是來自中醫古籍《大醫精誠》（唐·孫思邈）一文中的語句：「博極醫源，精勤不倦」。意謂為醫者要有精湛的醫術，因此習醫人須用心精微，勤學不倦。

《博極醫緣》由二月起，逢每月第二個周一刊出，與讀者締結醫緣。

香港臨床常見頸椎病型的針刺治療經驗

溫愛詩 註冊中醫師

頸椎病(Cervical Spondylosis)是在椎間盤自然退行的過程中受勞損、感受風寒濕邪及咽喉感染等外因刺激導致頸部動力和靜力平衡失調，使頸部肌肉、神經、脊髓、血管受累而產生的綜合徵。又稱「頸椎綜合症」，簡稱「頸椎病」。中醫學並無頸椎病這一專名，古人根據其臨床表現及症狀特點描述為：「頸肩痛」、「頸筋急」、「項強」、「眩暈」、「癱瘓」等。

頸椎病的臨床可分為五型：神經根型、椎動脈型、交感型、脊髓型和混合型。其中的神經根型頸椎病是臨床最常見和發病率最高的症型。病變部位主要在4-6頸椎；症狀以頸肩及上肢麻木、疼痛為主。

神經根型頸椎病是都市化的伴隨常見病及多發病。統計數字顯示頸椎病的患病率超過13.7%。主要因為現在的人均壽命延長，在辦公室工作方式人群的增加，使用電腦、打字及書寫使低頭機會增加，加上室內外空調的廣泛使用等等，均促

高頸部外傷及受風、寒、濕侵襲的機會，增加患神經根型頸椎病的患病率。

西醫神經根型頸椎病臨床分三個證型：根痛型、麻木型、萎縮型。根據臨床資料顯示，神經根型往往是其他類型頸椎病的早期表現，因隨着時間的發展及年紀的增大，可發展為更嚴重的脊髓型或椎動脈型。

中醫自古以來對頸椎病早有認識，中醫文獻報道針刺治療頸椎病不僅能明顯改善頸椎病的臨床症狀，可預防及降低頸椎病的發病率，更可延緩頸椎病的病程進展。

中醫頸椎病的病因病機可歸納為四個：(1)風寒濕三邪侵襲(2)經絡不通(3)臟腑功能低下(4)職業、姿勢均會導致頸椎病的發生。

《張氏醫通》云：「有腎氣不循故道，氣逆挾脊而上，至肩背痛。或觀書對弈久坐而致脊背痛者」。可見古人與現代醫學均認為長期低頭伏案工作易導致肩背痛而導致頸椎病。

中醫治療方法：除中藥藥物治療外，針刺、按摩、熱敷等法也被廣泛採用。針刺治療頸椎病文獻繁多，刺穴均以辨證論治為大原則。如《素問·繆刺論》記載針刺治療肩痛：「邪客於足太陽之絡，令人拘攣急，引脊而痛……刺之旁三，立已」。

神經根型頸椎病的臨床針刺治療方法和療效：在筆者香港的診所內主要以針刺、電針、TDP神燈和拔罐為主；也可以配合用活血祛瘀，溫通經絡的中藥和推拿等方法治療。常用穴位：頸夾脊，大椎，風池，肩井，肩髃，大杼，天宗，外關，合谷，曲池，手三里，委中，足三里，風隆

，三陰交，天柱穴和後溪穴等；每次留針30-40分鐘；每周2-3次。筆者臨床尤其喜歡適當加用電針和拔罐，可以加強溫經、通絡、止痛的療效，效果顯著。

針刺療法的分析：從中醫理論可見神經根型頸椎病的發病部位與足太陽膀胱經，足少陽膽經，督脈，手太陽小腸經，手陽明大腸經，手少陽三焦經等密切相關。如頸夾脊穴位於督脈之旁，屬於發病部位，針刺此處可起到直接激發經氣，疏通經絡的作用。風池穴是少陽膽經之穴，足少陽為樞，主骨所生病，風池位於頸部，有疏利頸部關節的作用。《針灸甲乙經》記載：「頸項不得顧……風池主之」。天柱穴屬於足太陽膀胱經穴，能祛風散寒，疏通經絡，是治療頸項病的要穴。《百症賦》載：「項強多惡風，束骨相連於天柱」。肩井穴位於頸部局部，為手足少陽、陽維之會，具有活血通絡止痛之功。《醫宗金鑑》：「主治肘臂疼痛不舉」。後溪穴是手太陽小腸經的「輸穴」，輸穴善通經脈利關節，如《靈樞·本輸》指出：「輸主體重節痛。」它可以疏通項背部經氣。《針灸甲乙經》記載：「頸項強身寒，頭不可以顧，後溪主之」。同時它又通於督脈，善治「項背強几几」。故採用近部取穴，因「輸穴所過，主治所在」。

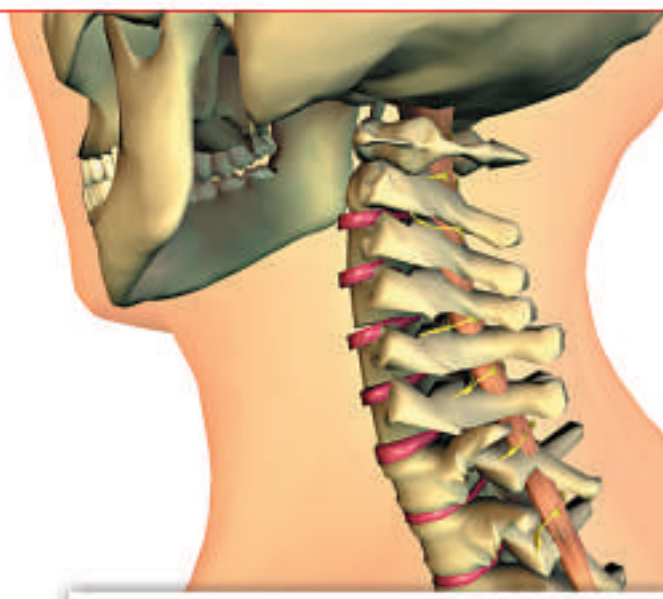
故針刺治療神經根型頸椎病能起到調節所在

經脈之經氣、疏通經絡、祛邪止痛的作用。

電針療法的作用：治療神經根型頸椎病可改善神經根周圍的微循環，消除炎性介質，抑制傷害性資訊的傳導，緩解肌痙攣，減輕或消除神經根炎症、水腫。針刺可疏通經脈，調和氣血，活血化癥，鼓動氣血運行，振奮陽氣，陽氣充體，則經絡通暢，可達事半功倍之效。電針還可抑制交感神經的活動，從而有利於針刺鎮痛。在治療過程中發現對急性期疼痛劇烈患者止痛效果明顯。

TDP神燈療法的作用：特定電磁波治療器（簡稱TDP神燈）是根據特別選定的對人體有益的電磁波對人體的生物效應而研究成功的醫療保健器械。TDP的生物效應和溫熱作用能使血管擴張，增加頸部血流量，改善局部組織代謝和營養狀況，有利於滲出物的吸收，起到了消炎、消腫、緩解肌肉緊張的功能。

針刺治療神經根型頸椎病的優勢：綜觀近三十年來的臨床報道均指出中醫針刺及以各樣非手術方法治療神經根型頸椎病均有臨床見效快而療效好、既安全且毒副作用少的優勢；而治療收費相對手術治療比較廉宜，所以臨床很多病人都放心和樂意採用。



作者簡介

溫愛詩

香港註冊中醫師
香港大學中醫全科學士及中醫（針灸）碩士
廣州中醫藥大學（皮膚科）博士



張美倫

香港註冊中醫師
中國中醫科學院醫學碩士
廣州中醫藥大學博士，主修中西醫結合基礎，研究範圍病毒性肝病
現為香港註冊中醫學會副會長、香港註冊中醫學會慈善基金秘書長、世界中醫藥學會聯合會(香港)理事、世中聯肝病專業委員會理事、世中聯內科專業委員會首屆理事會常務理事

肝病

你不可不知的全身性疾病

張美倫 註冊中醫師

近年，廣告經常強調護肝，名人推介護肝的保健品更琳瑯滿目，大家都意識到肝臟的重要性，很多病人進行身體檢查後發現三高，即高血糖、高血脂、高血壓，服西藥後仍未控制好而轉求中醫藥治療。其實，很多人對肝臟的認識不足，以為查到有肝炎即係肝病，往往頭痛醫頭，腳痛醫腳，高血壓就服用降壓藥，高血糖就忌甜食或控制糖分，而忘了病灶的根本——肝臟。為什麼這樣說呢？無論現代醫學或中醫學角度，肝臟都是糖、蛋白質、脂肪代謝的重要場所，是人體氣血運化的樞紐。

肝臟：五臟六腑的大將軍

現代醫學認為肝臟是多功能器官——人體內的物質代謝、膽汁的生成、水和電解質的平衡、免疫功能的穩定性、凝血因子的合成、激素活性的改變及血液循環的維持，均與肝臟有密切關係。肝臟的病變可以影響其他組織器官，其他組織器官的病變也可以影響肝臟，這說明了人體是一個有機的整體，與中醫學整體觀念是一致的。

中醫學又怎樣看肝臟呢？中醫學認為「肝者，將軍之官，謀慮出焉」（《素問·靈蘭秘典論》），中醫所說的肝，並非單指西醫的肝臟，還包括中醫的臟腑及經絡學說體系，即與肝經有關的器官和系統：眼睛、指甲、筋脈、膽、消化、內分泌、血液、生殖系統及神經及精神系統等。不管中西醫學都十分重視肝，西醫認為肝臟是身體的化工廠，中醫形容肝臟為五臟六腑中的大將軍，掌管全身氣血津液的運行及輸布，跟男女的生殖功能、氣機運化、營養的輸送及吸收都息息相關。筆者臨床體會，肝病是一個多系統的疾病群，肝病是全身性的疾病，包括目前很多的常見病及多發病，肝有病常波及心臟、肺、胃腸、關節、皮膚、神經及精神系統、腎、血液、內分泌、代謝性疾等。從這個角度看，目前的常見病乙型肝炎只是肝病的一部分，不過危害性亦十分嚴重，傳染力度亦很大，不容忽視。

嗜肝性病毒是百病之源

從現代病原學理解，常見的肝病多由病毒引起，包括病毒性肝炎、肝硬化、肝腫瘤、肝癌等。肝炎病毒是嗜肝性病毒，包括甲型、乙型、丙

型、丁型及戊型肝炎病毒，這些肝炎病毒都喜歡侵襲肝臟，引起肝組織損害、ALT異常增高，故稱為病毒性肝炎。近年研究發現，除了肝炎病毒外，也有一些非肝炎病毒同樣能引起肝腫大，出現肝炎症狀，包括單純性疱疹病毒、巨細胞病毒、EB病毒、柯薩奇病毒、埃可病毒、黃熱病病毒、風疹病毒、日本乙型腦炎病毒、輪狀病毒、腺病毒、麻疹病毒、流行性腮腺炎病毒、流感病毒、水痘帶狀疱疹病毒、愛滋HIV病毒等。這些病毒大部分首先引起各自臨床典型及獨特的疾病，如麻疹病毒引起麻疹、EB病毒引起傳染性單核細胞增多症等，輪狀病毒引起胃腸腹瀉的症狀等，但臨床體檢均有肝腫大的體徵。

病毒侵犯人體哪些器官？

臨床研究顯示，病毒入侵人體後，喜歡侵犯宿主不同部位，最常見的是嗜肝病毒，喜歡侵犯肝臟，令宿主的肝臟出現炎症而腫大。文獻研究發現，病毒亦常侵犯人體其他部位，例如如下：

病毒侵犯關節

臨床特點是突然發病，長期關節強直，可伴有肌肉疼痛，受累關節有踝關節、肩關節、肘關節，多為對稱性，症狀持續20天左右，表現很像風濕性關節炎急性發作。

病毒侵犯皮膚

病毒侵犯關節後可出現皮膚改變，從紅斑到丘疹或疹斑，最後血管神經性水腫。丘疹性皮膚炎一般出現肝炎發病前，皮膚有密集淡紅色丘疹，5-10毫米直徑，呈瀰漫形排列，易剝落。四肢及面部常出現單一皮疹，手與足背則易融合。

病毒侵犯血液

乙型肝炎病毒侵犯血液可引致不同程度的血液改變及骨髓再生不良，開始時白細胞、血小板、淋巴細胞減少，繼而淋巴細胞相對增多，巨紅細胞增多，出現再生障礙性貧血。

病毒侵犯動脈血管

起病時發熱，表現為多發性關節炎、肌肉痛，尋麻疹或其他皮疹。

病毒侵犯生殖系統

病毒侵犯人體生殖系統，如子宮、卵巢、乳房、睪丸、前列腺等器官，女性出現月經不調、經量少或崩漏，子宮及卵巢的腫瘤、乳房發育不

良或腫瘤，男性出現陽痿、滑精、早泄等情況。

由此可見，現代醫學的病毒學補充了中醫學對肝臟疾病多系統的認識，由病毒引致的肝病是多系統多臟腑的疾病，以肝腫大為病灶，波及身體心、肺、脾、腎、筋脈、皮膚、氣血、精神狀態、生殖系統等，絕對不容忽視，一些都市病、常見病及亞健康的症狀，如倦怠、乏力、便秘、高血壓、頭痛、失眠、月經不調、關節問題、手腳麻痺抽筋等，其實是肝病及其他臟腑引起的毛病，由於醫患都忽略從病源頭抓起，錯失了治本的機會，成為都市的常見病、多發病，嚴重影響市民的健康；換言之，嗜肝性病毒可以說是目前常見病及多發病的根源。

肝病是全身性疾病

據了解，有近80%的感染性肝病是由病毒引起的，以常見的乙型肝炎為例，乙肝病傳染性強，主要通過血液進行傳播，包括性傳播、母嬰傳

播、血液傳播等。乙型肝炎病毒是一種嗜肝病毒，專門侵襲肝臟，它亦是一種嗜泛性病毒，即會侵犯其他器官組織。很多研究發現，乙肝病毒抗原及病毒脫氧核糖核酸HBV-DNA以免疫複合物的形式存在於肝外器官及組織，包括胃、十二指腸、骨髓、外周血單個核細胞、胰腺、脾臟、唾液腺、中樞神經系統、生殖系統、心臟、風濕病、腎臟、肺臟、甲狀腺等，所以乙肝病不僅能造成肝外相應臟腑的損害，常累及全身臟腑器官，導致復發及引致慢性病的重要因素，因此大家必須留意，在診治病人時，要留心病毒性肝炎存在可能性及相關合併症，以防診斷錯誤或漏診。

總的來說，中醫肝病的範疇包括肝膽系疾病、血液疾病、心理疾病、肌腱筋脈疾病；消化系統的障礙、男女生殖系統疾病。肝病不僅局限於肝臟，肝病是全身性的疾病，需要醫患雙方提高警惕，避免誤診或漏診，從肝論治，早著先機，符合中醫治未病的概念。

日常保健法

按擦胸腹部——在乳房下到肚臍範圍的肋骨區

方法：用手掌由外往內摩擦乳房下到臍周的肋骨區，從上到下，約1分鐘，每天1-3次。
功效：促進局部血液循環。

按揉陽陵泉穴——小腿外側，腓骨小頭前下一寸處。

方法：以食指或中指指腹按揉穴位，每按5秒休息1秒，直到出現酸麻脹熱感，每次1-3分鐘，每日2次。
功效：行氣止痛，解除痙攣。



養顏湯水——美顏杏仁茶

材料：甜杏仁100克、糯米50克、冰糖適量、清水。

方法：
1、甜杏仁及糯米用水泡浸4-6小時，瀝乾水分。
2、再加入清水200-300克（5-6杯水）拌勻磨細，過濾取液。
3、將冰糖煮溶，加入上述汁液，煮沸後即可飲用。

甜杏仁含維生素E，抗氧化功效，有美容功效，能促進皮膚微循環，使皮膚紅潤光澤；糯米含豐富B族維他命，能溫暖脾胃，補益中氣，有收斂作用，對尿頻、盜汗有較好的食療效果。（下期介紹：從不同身體部位看你的肝臟是否健康）

