



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

6項針灸國家標準出台促國際推廣

全國針灸標準化技術委員會和中國針灸學會7月25日在京發布6項針灸國家標準和12項針灸行業組織標準，包括基礎標準《針灸學通用術語》、《腧穴主治》2項、《針刀基本技術操作規範》等技術操作規範5項、《循證針灸臨床實踐指南：失眠》等臨床診療標準10項，以及管理標準《針灸臨床研究管理規範》。

6項針灸國家標準包括《針灸技術操作規範》中的「芒針」、「腹針」、「毫針基本手法」、「刮痧」，以及《腧穴主治》和《針灸學通用術語》。

鑑於中醫針灸的很多名詞術語模糊，內涵界定不清，量化操作缺乏準確規範，造成臨床操作差異。「所以，統一的標準是必要的。」中國中醫科學院常務副院長、中國針灸學會會長劉保延說，「針灸標準的制定發布填充了中國針灸標準體系。標準制定後便要推廣指導臨床。」

建香港在內6個示範基地

劉保延介紹，近5年共建立了包括香港在內的6個中國針灸學會針灸標準示範基地，近2000人接受培訓；在國家中醫藥管理局的支持下，全國31個省市的三甲醫院

設立了42家推廣培訓基地，由標準起草人、全國針灸標準化技術委員會的專家進行具有針對性的培訓；創建了兩個針灸標準化組織網站，並特製針灸國家標準針灸技術操作規範的演示光盤，對已發布的針灸標準進行宣傳推廣實施。目前制定的各項標準主要是指導性，而非強制性，對針灸從業者而言有明確的指導作用，將會引領其調整適用標準，方便臨床診療。

方便臨床安全有效應用

2010年，「中國針灸」正式進入聯合國教科文組織「人類非物質文化遺產代表作名錄」。針灸在傳統上注重臨床實踐中學習應用，為最大範圍內保持有效性和安全性，滿足國際推廣應用、機理研究、法規法律制定、保險服務跟進的需求，中醫藥特別是中醫針灸要得到各國政府的承認，必須走國際標準化的道路。

到目前為止，中國共發布針灸國家標準28項，針灸行業組織標準13項，參與制定世界針灸學會聯合會標準4項、ISO國際標準1項。

近年來，隨着人們觀念和醫學模式的轉變，針灸獲得越來越多國家的關注和認可，有些國家還將針灸納入

醫療保險體系。

美國醫療改革法案中的有關規定有助於消除醫療保險機構歧視和排斥針灸等替代治療方法的現象。自2013年起，美國加利福尼亞州把中醫針灸治療列為「基本健康福利」，納入醫療保健系統。

劉保延：取證仍是世界難題

世界衛生組織還推薦了43種針灸治療的病症，包括急性鼻炎、急性支氣管炎、中風後的輕度癱瘓、偏頭痛、關節炎等。

劉保延表示，由於世界不同國家地區的人體質不同、針感不一，要想達成世界範圍內的共識、制定國際統一標準仍存在難度。此外，推進針灸國際標準化進程中，還需要實證證據，但取證研究是個世界性難題。

「解決針灸國際標準化難題，需要各國達成共識。」劉保延說，「既懂專業知識，又熟練使用外語，還掌握標準規範的人才隊伍建設，以及資金和時間的投入，尤為重要。」

(本報綜合報道)

· 逢周五刊出 ·

香港中醫臨床對證食療

撰文：蔡淑芬 食療製作：文基

小兒癲癇症食療 健脾化痰湯

提供：註冊中醫師 張秀霞

患了小兒癲癇，對孩子的身心健康都有很大影響。由於兒童的身體和智力正處於發育的關鍵時期，如果不進行及時的治療，會給孩子的未來和健康造成的影響也是非常嚴重的。服用西藥會對癲癇患者有副作用，一些家長會把目光轉移到中藥治療癲癇上來。

中醫治療小兒癲癇不乏成功的經驗。中醫對該病的辨證分析是：先天因素、血滯心竅以及驚風之後，瘀阻竅道是發病的主要原因；外感風邪、內傷飲食、驚駭恐懼可成為誘發因素。痰阻氣逆、瘀血為其主要的病理過程；病位在心、肝、脾、腎。在辨證的原則下，根據患兒的大發作、小發作、局限性發作、精神性發作和間歇期進行中西醫結合治療。

對癲癇患兒在飲食和生活方面需要注意，忌食肥甘生冷之品，參加適當的體育鍛煉等對治療都能起到積極的作用。

驗例：（屬東華三院王澤森中西醫藥治療中心之「小兒癲癇症中西醫藥治療方案」驗例）

小兒10歲患癲癇，曾發作三次，昏迷有達至5分鐘，屬強直性羊癇（發作特點為意識喪失及全身強直性抽搐）。西醫腦電圖顯示，中前腦頻密放電。患者有難入睡、頭痛症狀；並有過度活躍症，被反映在課堂上坐不定，捉不住，西醫同時有精神科跟進。患者同時有俗稱「蠶豆症」。

患者由中、西醫參與合治，療程中服用中、西藥後情況穩定，進入緩解期。中醫一方面續以中藥調治，另一方面增加食療湯水作輔助，特別加強其健脾化痰的功效，小兒對湯水不抗拒，欣然進食，調治相得益彰。患兒自加入中醫藥治療及飲湯數月，癲癇不見發作，胃口、睡眠、體質有很大改善，患兒並告知醫生最近一次數學測驗獲取100滿分。

按語：對羊癇患兒須注意固本，中醫食療能補脾腎之虛；患兒的飲食宜選平性及容易消化食物，食物性味不應過寒，過熱及刺激性，須營養均衡。食療可用健脾化痰湯水，如茯苓、淮山、川貝等藥材；日常湯水以營養正氣為主，可用藥材加筍片煮魚湯。

山藥即淮山，是脾腎兩補之物，能健脾益精固腎；茯苓益肺利水、川貝具化痰寧心、筍瓜有健脾利濕的食療功效；鯽魚入脾胃及大腸經，能健脾胃、止消渴、理疝氣。《醫林纂要》謂：「鯽魚性和緩，能行水而不燥，能補脾而不滯。」

茯苓

味甘、淡，性平。
歸心、脾、腎經。

具有利水滲濕，健脾，安神的功效。

古人稱茯苓為「四時神藥」，因為它功效非常廣泛，不分四季，將它與各種藥物配伍，不管寒、溫、風、濕諸疾，都能發揮其獨特功效。

茯苓功能利水滲濕，而藥性平和，利水而不傷正氣，為利水滲濕要藥。凡小便不利、水濕停滯的症候，不論偏於寒濕，或偏於濕熱，或屬於脾虛濕聚，均可配合應用。

但虛寒精滑或氣虛下陷者忌服。

現代醫學研究：茯苓能增強機體免疫功能，茯苓多糖有明顯的抗腫瘤及保肝臟作用。

味甘苦，性微寒，無毒。

歸肺、心經。

具清熱潤肺，化痰止咳，散結消腫。用於肺虛、久咳、虛勞咳嗽、燥熱咳嗽、乾咳少痰、咯痰帶血、肺癰、瘰疬、乳癰。

《藥品化義》：貝母，味苦能下降，微辛能散鬱，氣味俱清，故用入心肺，主治鬱痰、虛痰、熱痰及痰中帶血，虛勞咳嗽，胸膈逆氣，煩渴熱甚，此導熱下行，痰氣自利也。

取其下利則毒去，散氣則

毒解，用療肺癰、肺癰、

癰瘍痰核、癰疽瘡毒，此

皆開闢散結，血脈流通之

功也。又取其性涼能降，

善調脾氣，治胃火上炎，

沖逼肺金，致痰嗽不止，

此清氣滋陰，肺部自寧也。

一般人作食療宜每次

用3-10克。脾胃虛寒、寒痰、濕痰等病症患者不宜單方食用。



味甘苦，性微寒，無毒。
歸肺、心經。
具清熱潤肺，化痰止咳，散結消腫。用於肺虛、久咳、虛勞咳嗽、燥熱咳嗽、乾咳少痰、咯痰帶血、肺癰、瘰疬、乳癰。
《藥品化義》：貝母，味苦能下降，微辛能散鬱，氣味俱清，故用入心肺，主治鬱痰、虛痰、熱痰及痰中帶血，虛勞咳嗽，胸膈逆氣，煩渴熱甚，此導熱下行，痰氣自利也。取其下利則毒去，散氣則毒解，用療肺癰、肺癰、癰瘍痰核、癰疽瘡毒，此皆開闢散結，血脈流通之功也。又取其性涼能降，善調脾氣，治胃火上炎，沖逼肺金，致痰嗽不止，此清氣滋陰，肺部自寧也。一般人作食療宜每次用3-10克。脾胃虛寒、寒痰、濕痰等病症患者不宜單方食用。



味甘苦，性微寒，無毒。
歸肺、心經。
具清熱潤肺，化痰止咳，散結消腫。用於肺虛、久咳、虛勞咳嗽、燥熱咳嗽、乾咳少痰、咯痰帶血、肺癰、瘰疬、乳癰。
《藥品化義》：貝母，味苦能下降，微辛能散鬱，氣味俱清，故用入心肺，主治鬱痰、虛痰、熱痰及痰中帶血，虛勞咳嗽，胸膈逆氣，煩渴熱甚，此導熱下行，痰氣自利也。取其下利則毒去，散氣則毒解，用療肺癰、肺癰、癰瘍痰核、癰疽瘡毒，此皆開闢散結，血脈流通之功也。又取其性涼能降，善調脾氣，治胃火上炎，沖逼肺金，致痰嗽不止，此清氣滋陰，肺部自寧也。一般人作食療宜每次用3-10克。脾胃虛寒、寒痰、濕痰等病症患者不宜單方食用。



山藥

味甘，性平。

歸脾、肺、腎經。

功效補脾養胃，生津益肺，補腎澀精，清熱解毒。臨床常用於脾胃虛弱、食少倦怠、便溏、久瀉、小兒營養不良、婦人脾虛白帶，男子遺精、尿頻、久咳，以及糖尿病等症。

東漢《神農本草經》將山藥列為上品。中醫

認為，山藥「主傷中補虛，除寒熱邪氣，補中益氣力，長肌肉，久服耳目聰明」。歷代醫家認為淮山性質溫和，既能補氣又能滋陰，補而不滯，滋而不膩。

現代研究指出：淮山含有植物蛋白質和19種氨基酸，其中有6種必需氨基酸有較高的營養價值，還含有多種微量元素，對於抗衰老有效。

患感冒、大便燥結者及腸胃積滯者忌用。



味甘苦，性微寒，無毒。
歸肺、心經。
具清熱潤肺，化痰止咳，散結消腫。用於肺虛、久咳、虛勞咳嗽、燥熱咳嗽、乾咳少痰、咯痰帶血、肺癰、瘰疬、乳癰。
《藥品化義》：貝母，味苦能下降，微辛能散鬱，氣味俱清，故用入心肺，主治鬱痰、虛痰、熱痰及痰中帶血，虛勞咳嗽，胸膈逆氣，煩渴熱甚，此導熱下行，痰氣自利也。取其下利則毒去，散氣則毒解，用療肺癰、肺癰、癰瘍痰核、癰疽瘡毒，此皆開闢散結，血脈流通之功也。又取其性涼能降，善調脾氣，治胃火上炎，沖逼肺金，致痰嗽不止，此清氣滋陰，肺部自寧也。一般人作食療宜每次用3-10克。脾胃虛寒、寒痰、濕痰等病症患者不宜單方食用。



味甘苦，性微寒，無毒。
歸肺、心經。
具清熱潤肺，化痰止咳，散結消腫。用於肺虛、久咳、虛勞咳嗽、燥熱咳嗽、乾咳少痰、咯痰帶血、肺癰、瘰疬、乳癰。
《藥品化義》：貝母，味苦能下降，微辛能散鬱，氣味俱清，故用入心肺，主治鬱痰、虛痰、熱痰及痰中帶血，虛勞咳嗽，胸膈逆氣，煩渴熱甚，此導熱下行，痰氣自利也。取其下利則毒去，散氣則毒解，用療肺癰、肺癰、癰瘍痰核、癰疽瘡毒，此皆開闢散結，血脈流通之功也。又取其性涼能降，善調脾氣，治胃火上炎，沖逼肺金，致痰嗽不止，此清氣滋陰，肺部自寧也。一般人作食療宜每次用3-10克。脾胃虛寒、寒痰、濕痰等病症患者不宜單方食用。

生首烏與製首烏 用法不同須區分

編者按：近日，國家食品藥品監督管理局正式發布規定：保健食品中生首烏的每日（每人）用量不得超過1.5克；製首烏每日（每人）用量不得超過3克。並指出，生首烏對「肝功虧虛不全者，肝病家族史者」慎用；「不宜長期超量服用」……對此，引起了平日進食首烏保健品及藥材人群的關注。

生首烏和製首烏的功效和性狀並不相同，大多數保健品及食療，選用的是製首烏，溫而不燥，性質平和；而食療所用飲片（藥材）的每次用量可在10克至30克，與保健品中摻取用量並不一致。市民大可詢問中醫師意見放心進食。

國家食藥總局規定： 生首烏日用量不超1.5克

國家食品藥品監督管理局在其網站上發布《藥品不良反應信息通報》，提示關注口服何首烏及其成方製劑可能引起肝損傷的風險。此前，國家食藥總局發布《關於加強含何首烏保健食品監管有關規定的通知》，規定保健食品中生首烏每日用量不得超過1.5克，製首烏每日用量不得超過3克。



中藥首烏有生首烏與製首烏之分。

藥用生首烏是將挖出的何首烏洗淨切曬乾或烘乾後直接藥用，具有潤腸、通便、解毒散結功能。主要用於便祕、瘰疬瘡疖、疔瘡癰腫、皮膚瘡癰等症的治療。

製首烏則是將生首烏與黑豆同煮後曬乾的首烏，是一味補肝腎、益精血、養心寧神的良藥。主要用於治療因肝腎不足、精血虧損而引起的腰膝酸軟、頭暈眼花、心悸失眠、頭髮早白等症。何首烏的烏髮功能是通過補腎、益精、養血寧心的作用發揮出來的。

中醫認為，腎主骨藏精，其華在表，人體毛髮生長、脫落的過程，表現在腎氣盛衰的過程中，腎氣強盛者則毛髮烏黑，光澤，茂密，腎氣虛的人則毛髮白，無光澤甚至脫落。因此，凡頭髮早白多數皆與腎虛、腎不養血藏精有關。

製首烏具有補益精血，養肝安神，強筋骨，固腎烏髮，用於血虛而見頭昏目眩，心悸失眠健忘，萎黃乏力，肝腎精血虧損的眩暈耳鳴，腰膝酸軟，遺精崩帶，鬚髮早白等症。因此很多抗衰老烏髮方都是取製首烏為主藥，食療多用來泡酒或煲湯煲粥。

生首烏具有截瘧解毒，潤腸通便功效，用於體虛久瘧，腸燥便秘及癰瘍、瘡瘍等症；還具有祛風止癢的功效可用於血燥生風，皮膚瘙癢、瘡瘍等，煎湯外洗，均有效。

首烏紅棗茶
製何首烏30克，紅棗10粒，蜜棗1粒，水6碗

首烏洗淨乾淨；紅棗洗淨，去核；將水倒入鍋內，放入所有材料，用中小火煮一個半小時，剩下3碗水即成。

功效：補血養顏，消脂減肥，烏髮潤髮，還能降低血脂，對預防動脈硬化也有幫助。

首烏棗粥

選製首烏30克，粳米100克，大棗（去核）5枚，紅糖適量。把首烏洗淨，放在鍋內加適量水煎成藥汁，去渣。把米淘洗乾淨與首烏汁一起放在鍋內，加水，用旺火煮沸後改用微火，煮至米半熟時，放入棗、糖，煮熟即成。首烏棗粥，對頭暈耳鳴、腰膝酸軟、肢體麻木、高血壓有療效。