



逢周一刊出
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：五月十一日（每月第二個星期一出版）

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》逢每月第二個周一刊出，與讀者締結醫緣。

濕疹之苦：疏風養血 標本兼治

註冊中醫師 劉慧嫻博士

個案1：

男士，面部濕疹痕癢粗糙反覆發作2年，經西醫多次治療後覺得反覆發作情況加劇，而且亦不想再作類固醇治療，故來求診中醫。經中醫刺絡+處方中藥及香薰治療1次後已減少痕癢，3周後皮膚光滑潤澤，患者感覺滿意。

個案2：

孕婦濕疹，求診時孕22周，非常痕癢，大便溏瀉，胃口欠佳。看了西醫後又不想用西藥，她說擔心有類固醇，便求診中醫。中醫藥治療後明顯減少痕癢，紅疹減少，大便有型狀及胃口轉好，肚皮不癢嫩滑。現觀察4周，並無復發跡象。

個案3：

少女突發性急症濕疹4天
患者4天前疑因游泳引起過敏，臉頰及大腿突發性非常痕癢及起紅色丘疹，經針灸及刺絡治療1次後有明顯改善，1周後差不多痊愈。濕疹或皮膚過敏者最好發病後立刻進行治療，效果將會較快。如孩童時期已患濕疹拖延至成年者，治療時須較有耐性。濕疹久經不愈及經常發作可漸漸影響全身免疫功能，導致腸胃問題、容易疲倦及其他不適症狀。

中醫治療濕疹能固本培元，而且沒有副作用，並可減少復發機會。在筆者的經驗來說，無論是成人或小孩，針灸或刺絡的效果有時比用藥更快，對於慢性、虛性患者也具調補作用，常收到立竿見影之效！而根治濕疹的關鍵是疏風養血，調理體質。濕疹經常發作對免疫系統會造成負面影響，小孩的濕疹不痊愈更會影響成年後的膚質！

中醫把濕疹分為急性濕疹、亞急性濕疹及慢性濕疹。而總的病因病機為稟賦不耐，飲食失節，嗜酒或過食辛辣刺激葷腥動風之品，傷及脾胃，濕熱內生，又兼外受風邪，風濕熱邪浸淫肌膚所致。急性者以濕熱為主，亞急性者多與脾虛濕困有關，慢性者多病久耗傷陰血，血虛生風燥。

什麼是濕疹？

濕疹（異位性皮炎）是一種常見的過敏性持久和續發的皮膚發炎，可分為急性濕疹和慢性濕疹，主要症狀是皮膚起紅疹、滲液、乾燥、痕癢。痕癢部分可能有疼痛。濕疹的主要成因有遺傳、環境及免疫三大因素。若父母患有濕疹，孩子有60%機會患濕疹，若父母患有濕疹，孩子80%機會患濕疹。
類固醇可治療濕疹或皮膚過敏，但長期使用，容易使皮膚變薄，罹患酒糟樣皮炎及使真皮層受損，使局部皮膚發生不可逆轉的衰退。類固醇藥膏品牌很多，但其實只有4種，程度（1~2%），中度（約30倍），中濃度（約300倍）及高濃度（約600倍）。越高濃度抗敏效果越好，但副作用越大，小童長期使用甚至可能影響發育及高度。成年人長期使用，可能影響內分泌。

臨床上認知什麼食物或什麼情況下引起濕疹能起着預防作用，但關鍵還是須鍛練體質。若中藥內服再配合針灸治療，一般都能很快見效及達到根治效果。以德國甘菊、羅馬甘菊及薰衣草精油，以2~3%比例混和於可可巴油內塗抹皮膚，都可達到滋潤及預防作用。用紫草根、當歸等泡浸於橄欖油內，3個月後混和乳木果脂、蜂蠟及小量薄荷，製成乳霜後塗抹在乾燥硬厚的濕疹皮膚，有止癢、軟化皮膚、促進皮膚再生及復原作用。而以中藥黃連、黃芩、黃柏、苦參、白鮮皮、蟬蛻、夜交藤、生甘草及菊花等等外洗，皆能得到良好效果，但須辨證用藥，具體情況視乎膚質及濕疹類型而定。



注意：
濕疹皮膚忌用熱水燙洗（有人以為可以止癢）；應使用溫和清潔品，避免搔抓。
針灸、中藥、刺絡皆可達到止癢效果。忌食辛辣、雞、鵝、牛、羊、魚蝦、芒果、菠蘿、竹筍、牛奶等發物及避開致敏源。
有些人認為飲涼茶或服龜苓膏清熱解毒便可以解決濕疹，但結果是寒性體質的人吃了壞了身體，削弱免疫力；即使有一時效果，過了一些時間後，濕疹仍反覆發作，因此根治的關鍵，是調理肝、脾、腎三臟，改善問題的源頭，才會防止或減少翻發的機會。
濕疹不會傳染別人，但難於根治，有些得不到適當治療及改善體質及膚質者，甚則可終生患濕疹。
而濕疹發作同時患疱疹或手足口病毒或其他皮膚病時，可引致嚴重濕疹，甚至留下疤痕。因此患濕疹者勿拖延病程，應盡快接受中醫治理。

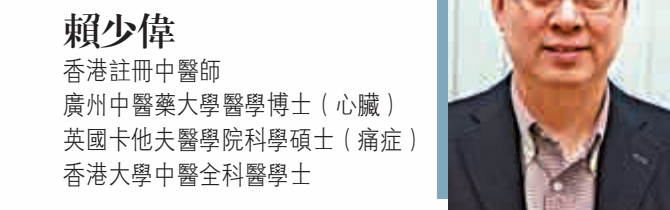
醫心深話 停一停，想一想 藥物易服難戒

註冊中醫師 賴少偉博士

近日，病人葉先生轉述他與西醫的一番對話：
「醫生，我血壓偏高三周，是什麼原因？」
「可能與你飲食有關，例如平時偏食煎炸肥膩，令致血脂、膽固醇偏高，或本身有糖尿病史，都可能是高血壓的元兇。」
「但我是素食者，不喜歡那些食物，血糖亦正常，經常不高於五度。」
「有研究發現有飲酒或抽煙習慣的人也可致病。」
「好彩我不煙不酒。」
「那可能與生活習慣有關，經常捱夜或工作壓力大的人，都容易患有高血壓。」
「醫生，我退休了三年，每晚十時上床，早上六時起來做晨運，一向生活正常，只是近三周較難入睡，而且難寐易醒。」
「如此則或者與遺傳有關，你父母兄弟叔伯家族有人患高血壓嗎？」
「應該沒有。」
「你祖父母呢，可知有否患此病？」
「我就不待而知了。」
「有文獻記載高血壓或許與遺傳有關，你打聽一打吧。」
牽涉到遺傳問題，葉先生無言以對，不知要向誰打聽家族高血壓史，因他祖父母早已仙逝，但有一疑團揮之不去，既然是遺傳病，為何不遲不早，五十八歲才發病？不過他見醫生似乎有點不耐煩，自覺不好意思，於是放棄追問原因。
「我的高血壓能治好吗？」
「此病不能根治，只能用藥物控制，有生之年都要按時服藥，千萬不能停藥。」
葉先生心中暗叫：「吓！吃一世藥，而且不能治好？」他至此有點氣餒，但心中不忿，於是下定決心，改向中醫尋求協助。



眼前的葉先生，形體適中壯健，只是精神欠佳，偶有噴嚏，鼻水清稀，睡眠稍差，飢不欲食，視物昏花，兩側頭痛，大便尚調，口苦咽乾，身體時熱時冷，舌淡苔薄，脈浮而弦，血壓162/76Hgmm，脈博85/分。
「醫師，你可告訴我因何有高血壓之症？但請不要用可能、或許等字眼。」
說話頗為直截了當，意謂：「小小郎中，不要妄想蒙混過關。」但因何面對西醫他又不敢提出？
「你明顯有感冒病症，而感冒是有可能引起體內血壓上升，因風邪外襲，機體衛外不固，邪氣內傳，病犯少陽，邪正相搏，脈脈翻騰，脈絡緊張，血壓自見上升。」
「醫師，除了頭兩句，其他你所說的我聽不明，看來中醫頗為深奧，不過無論如何，若你所說屬實，是否治好了感冒血壓便能回復正常？」
「很多病人在感冒痊愈後的確如此。」
「那西醫開的藥，究竟我該食不食？西醫明明說我的病不能治好，但又開藥給我，那藥分明就不是治病的藥，說只能控制，我找醫生是治病，只控制而不治病，病情拖延日久，不是更危險嗎？又說病向淺中醫；怎麼控制病情就是治病？是否控制了高血壓就不會有心臟病？」
「中、西醫治病機制不同，恕不能代他們作答，姑且不要再糾纏你的問題，先服三日藥再算。」於是處方了中醫臨床常用方《小柴胡湯》。
一如所料，三日後葉先生的感冒症狀康復，血壓亦回復正常，全程未有服食過降血壓藥物。
其實葉先生提出的問題真不易回答，只好留待有識之士解釋，但箇中又確實值得思考。中醫重視治病求本，不會見症治症，不分表裡、寒熱、陰陽、虛實等疾病性質，魯莽開藥，只會禍延病人；病人一聽到自己有病，未弄清楚原因，急不及待服藥，亦易引致誤治，令病情惡化。奉勸患者有病時請停一停、想一想，也尋求不同醫生意見，或可免無謂的藥害。



提示
皮膚病注意事項

以下是常見皮膚病的一般注意事項：
在天氣急劇變化時，尤其是季節交替時或天氣大寒、大熱、大風以及強烈日光暴曬等，要特別注意，如不注意，皮膚易發癢、紅腫，原皮損加重、糜爛、流水，特別在急性時更是如此：
積極尋找病因，避免再刺激；
忌用熱水或肥皂清洗；
避免用手搔抓及各種外界誘因如染料、油漆、洗潔精等，否則使病情加重；
飲食宜清淡，適當食用如新鮮蔬菜、水果，少吃油膩，忌咖啡、濃茶、酒類及辛辣魚腥發物，如蝦、蟹等海味；
生活要有規律，適當參加戶外活動，避免過度疲勞和精神緊張；
出現濕疹應及時就醫，千萬不可濫用類固醇和抗生素等藥物，也不要相信某些作家的偏方；
中醫治療濕疹會從根本上治療，因此症狀就算消退後，也要在醫生建議下繼續服藥一段時間，以鞏固療效。

臨床解構：濕疹的防治

註冊中醫師 許宏實

濕疹是用來描述由多種原因引起皮膚反應症狀的一種專有名詞。人群當中，有十分之一的人在他們的生活經歷中可能曾經遭受此病的侵襲，尤其是孩童時期更為多見。然而，成人和老年人也可能罹患本病。

西醫角度

濕疹被認為是一種與遺傳有關的過敏，其誘發因素包括氣候、刺激物、緊張和過敏原，尤其是食物；但也有一般的過敏原，像屋中的塵蟎、化學物質，甚至是存在於自來水之中的化學物品。濕疹類型頗多，症狀大都相似。患者的皮膚成片乾燥、發紅、發炎，常常形成鱗狀、片狀的斑塊，有時形成小的水疱。這些小水疱會滲出液體，導致結成痂痂，患者的皮膚持續搔癢，也可能同時出現疼痛的症狀。這種病給患者帶來極度的痛苦，也是一種難以治愈的疾病。現代醫學在減輕濕疹症狀方面是非常有效的，但未必能徹底治愈。對許多患者來說，這就意味着生活當中總是籠罩了一層陰影：皮膚常常顯得醜陋而令人惱人，影響社交活動。

中醫觀點

濕疹相當於中醫的「浸淫瘡」、「濕瘡」等範疇。其發病機制涉及內、外多種因素。

內在因素包括：過敏體質，對某些東西易起過敏反應，從而誘發濕疹。至於外在因素，則與氣候潮濕有關。個人情志和生活壓力導致陰陽失調，也可引發濕疹。顯而易見，消除濕疹的最好辦法是：明確知道刺激物和過敏的原因是什麼，至少明白它的起因，從而避開它們。這些都需要患者去艱苦地探索，因為能引起刺激反應的物質，其範圍是極為廣泛的。對任何一個人來說，進行仔細的皮膚日常護理是非常重要的，這樣做有助於保持皮膚的完整和健康，從而使皮膚具有很好的防禦和自我修復能力。中醫強調預防為主，即「治未病」，亦即《黃帝內經》提到的「正氣存內，邪不可干；邪之所湊，其氣必虛」。

個人體驗

濕疹就等如魚缸裡的水受了污染，導致水中的魚患有皮膚病。而人體皮膚細胞與血管中的血液也關係密切，血液一旦受污染（陰陽失衡），就會影響皮膚細胞。
臨床上，多見西醫治療濕疹患者不效而來求診中醫。一般來說，急性發作多與血熱毒有關，所以治療上會用一些清熱解毒涼血的藥物，如金銀花、連翹、馬齒莧、生地黃、紫草等藥物來緩解症狀，久病必有瘀，桃仁、紅花、丹參等活血藥不可少；再根據個



許宏實
香港註冊中醫師
香港浸會大學中醫全科醫學士及中醫（針灸）碩士
廣州中醫藥大學博士研究生，主修中醫養生學

體辨證論治用藥，中藥治療濕疹是有相當效果，但是一定要醫患配合，否則容易反覆發作。
濕疹病患者在治療過程中，除接受醫師治療外，個人在生活飲食上的合理安排也很重要，所謂「三分治療，七分調養」，即是說只有充分調動病人的積極因素，使其多方面注意並調整，才能收到良好的效果。

