

新冠肺炎肆虐大半年，康復者的後遺症近期陸續浮現，有些嚴重的甚至影響終身。預防勝於治療，這一方面中藥絕對可以幫得上忙。古時候，中醫學將這類傳染性極強的疾病稱為「瘟疫」，常以辟穢化濁的方法來治療瘟疫。在重陽登高之際，人們習慣將認為可以辟穢的植物——「茱萸」帶在身上以求擋災。作為中藥的茱萸，是否也能幫大家辟一辟今次疫情的穢氣呢？

防疫有中藥

系列一
預防篇

大公報記者 湯嘉平(文、圖)

吳茱萸製藥膏 辟穢防瘟疫

「現代李時珍」抗新冠秘方：我每日都搽

吳茱萸特性

- 性味：味辛、苦，性熱。
- 歸經：歸肝、脾、胃、腎經。
- 功能：有散寒止痛，降逆止嘔，助陽止瀉的功效。
- 主治：用於厥陰頭痛，寒疝腹痛，寒濕腳氣，經行腹痛，腕腹脹痛，嘔吐吞酸，五更洩瀉。



吳茱萸果實辛辣，可以化寒濕、祛穢濁，將其研成幼末製膏，有助防疫



- 禁忌：本品辛熱燥烈，易耗津氣動火，故不宜多用、久服。陰虛有熱者忌用。孕婦慎用。
- 產地：主產於貴州、湖南、四川、雲南、陝西。
- 用法用量：二至五克，外用適量。
- 生理特性：本品呈球形或略呈五角狀扁球形，直徑二至五毫米。表面暗黃綠色至褐色，粗糙，有數點狀突起或凹下的油點。頂端有五角星狀的裂隙，基部殘留被有黃色茸毛的果梗。質硬而脆，橫切面可見子房五室，每室有淡黃色種子一粒。味辛辣而苦。

資料由國家中醫藥管理局提供

磨成粉末 與凡士林調勻

高齡八十七歲的李甯漢教授，同時也是香港中醫藥研究所所長、香港中文大學中醫藥研究所名譽顧問、及香港浸會大學中醫藥學院榮譽教授。李教授說，中草藥裏有兩種茱萸，一名「山茱萸」，一名「吳茱萸」，前者主要補肝腎，後者果實辛辣，可以化寒濕、祛穢濁，一般主治厥陰頭痛、寒疝腹痛、寒濕腳氣、經行腹痛、腕腹脹痛、嘔吐吞酸、五更洩瀉。他建議將吳茱萸研成幼末，以凡士林調勻為百分之十至百分之十五的藥膏，塗於鼻孔外，取其辛烈之藥味以試用於防疫。不過須留意，皮膚敏感者忌用。



▲李甯漢表示，自己每日都搽吳茱萸膏，覺得可以「禦敵（新冠肺炎）於國門之外」

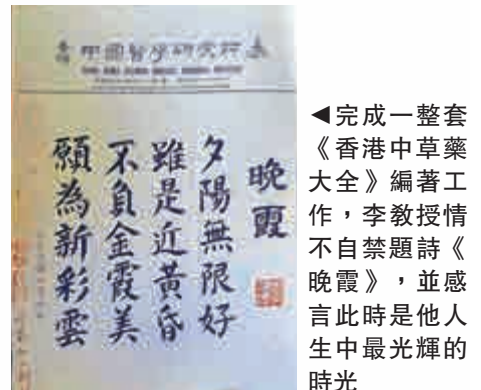
「我自己每日都搽，覺得就相當於『禦敵（新冠肺炎）於國門之外』。」李教授隨即拿出自製的吳茱萸膏，往鼻孔外側抹了一點，他之前又問草藥班的學生效果如何，有人稱「搽一次頂四個鐘」，有人發現用吳茱萸膏塗抹在雙耳前側凹下去的部位，有助於緩解耳鳴、失眠；而搽人中後則有醒神功效，「好似飲咗咖啡咁。」他續說，之前還聽聞同行講過，

只送不賣 贈有需要的人

李教授已找其他社工及宗教機構合作製作吳茱萸膏，分送給親朋好友及其他有需要的人使用。記者問可否找他買，他說自己製作的吳茱萸膏只送不賣：「呢啲唔賣錢嘍，我用來送畀有需要的機構和社群！」他續說，市民亦可以自行去藥材舖購得吳茱萸自製藥膏。



▲李甯漢（前）早年與藥友翻山越嶺尋找中草藥，至今已整理過千種中草藥資料



▲完成一整套《香港中草藥大全》編著工作，李教授情不自禁題詩《晚霞》，並感言此時是他人生中最光輝的時光

香囊抗疫有玄機



▲配有吳茱萸成分的香囊，有芳香辟穢、理氣解鬱及驅毒殺蟲的功效

芳香辟穢、健脾和胃、理氣解鬱、通竅醒神、驅毒殺蟲的功效。

不過，香囊抗疫到底蘊藏着什麼醫學機理呢？科學家通過臨床試驗和動物實驗發現，通過口鼻自然吸入香囊的揮發成分，人體的呼吸道黏膜能分泌出更多的免疫活性物質——分泌型免疫球蛋白A (SIgA)、免疫球蛋白G (IgG)。這些免疫活性物質已被發現在機體免疫中起到保護作用，可以有效抗菌、抗病毒。SIgA是人類黏膜免疫中的主要抗體，可以抑制致病菌在呼吸道黏膜的生長繁殖，從而降低感冒和呼吸道相關感染性疾病的發生率。部分實驗還發現，霧化吸入含SIgA的製劑對小兒肺炎的療效優於抗生素的霧化治療。

配製有吳茱萸成分的香囊，有芳香辟穢、理氣解鬱及驅毒殺蟲的功效。廣東省第二人民醫院傳統醫學團隊亦有提到上述的香囊配方，並在此基礎上再添加佩蘭、艾葉、薄荷等中藥，組成防疫香囊，指經過臨床觀察後，香囊能起到

內地廣用

中國自古就有「帶個香草袋，不怕五蟲害」的說法。新冠肺炎疫情爆發後，上海、南京、廣州、海南等地的中醫類院校和醫療單位紛紛根據各地居民體質特點，制定防疫香囊配方，趕製香囊袋。早在今年三月，海南省衛生健康委員會就公布研製辟瘟香囊，配方當中包括吳茱萸。

香味加速分泌免疫抗體

海南省衛生健康委員會關於印發《海南省新型冠狀病毒肺炎恢復期中醫康復指導建議（試行）》的通知中提到，用羌活、大黃、柴胡、蒼朮、細辛、吳茱萸各等份，共研細末，製成香囊，近身佩

翻山涉水 尋找草藥蹤跡

中醫佳作

人稱「現代李時珍」的李甯漢教授，幾乎大半輩子都在「通山跑」，十幾年前，為了出版著名的《香港中草藥大全》，七十歲出頭的李甯漢特地去學習攝影，成為植物攝影學家。

70年代初期，李教授開辦草藥班，學生中有大學博士、有西醫，也有普通的中醫愛好者。在雲集一班有志之士後，李教授受到一次香港草藥展覽的啟發，遂與草藥班同學一起着手編寫有關中草藥的書籍。

花生生編著《香港中草藥大全》

他憶述，那個時代的書籍「好多都係有畫有相的」，為了在書中展示中藥的原貌，李教授與草藥班同學不辭辛苦地背起相機登山找藥。輕輕拾起一片小葉，在手上搓一搓、嗅一嗅，甚至拍下它們的大特寫，已令他樂上半天。他們翻山越嶺、走遍山幽溪



▲李教授整理過千種中草藥資料，編成《香港中草藥》

潤只為尋找中草藥的蹤跡，至今已整理過千種中草藥資料，並編成港開埠以來最完備的中草藥漢英雙語資料庫《香港中草藥》一至八輯。

李教授親自上山找藥的事跡傳開後，當年《新晚報》副刊編輯梁伊女士聯繫上李教授，邀請他撰寫「中草藥漫談」專欄。「我當時同她說我不會寫稿，是她教我寫稿要有新聞性、季節性、生活性、趣味性，我都記了下來，受用至今。」他笑言，當時梁女士請他寫稿前亦對傳聞半信半疑

，曾經要求與李教授一起上山找藥材，「佢話驚我呢佢，哈哈！」

而李教授現時家中的牆上，亦掛着幾篇他在《大公報》刊登的得意之作，其中一篇專欄介紹芍藥，相片是李教授兩次親身赴河南洛陽才拍攝成功的得意之作。

「講真，出書、寫文都賺不到錢，但可以賺到健康、賺到理想。」他隨即拿出一首自己於73歲時作的詩：「夕陽無限好，雖是近黃昏。不負金霞美，願為新彩雲。」李教授寫這首詩的時候，亦編完了一整套《香港中草藥大全》，他感言，這個時候，是他人生中最光輝的時光，因為他實現了自己的中醫理想。

「我覺得七十幾歲只是近黃昏而已，但黃昏時刻會有令人愜意的金霞，還有彩雲。我覺得自己也要像金霞和彩雲一樣，做一些讓人們能開心的事，為社會做一些貢獻。」他說。

人參粉花旗參粉混茶 提高免疫力

強健體魄

除了日日搽吳茱萸膏，李甯漢教授亦做足其他防疫工作。「防疫，最重要就是提高免疫力，免疫力強病毒就不容易『埋身』。」他透露，自己經常會用人參粉和花旗參粉沖茶飲。

李教授說，人參性溫，花旗參（又名「西洋參」）性寒，要「勾埋一齊」才能中和體質，同時又能補氣，提高免疫力。只見他拿起一個小匙羹，舀了一羹大約小指甲蓋大小的人參粉倒入杯中，再舀同樣多的花旗參粉倒入杯中混合水或茶飲。

「我依家隔兩周會行山，多運動都對提高免疫力有幫助。」87歲的李甯漢神采奕奕，中氣十足，他說平日除了外



▲人參性溫，花旗參性寒，混合一齊飲用能中和體質及提高免疫力