借鑒內地中醫專家的中西結合治療模式

香港中醫學會 冀港府善用本地中醫人才

◆在疫情期間，中醫師透過視像為受感染人士診症。

◆日前，中央援港抗疫中醫專家組到訪香港中醫診所暨教研中心，了解診所在治療病人及在中心培訓中醫師的工作。

日前，中央援港抗疫中醫專家組一行七人抵港，支援協助治療新冠肺炎，香港中醫學會認為對控制疫情有正面影響，對香港中醫的發展也有一定的促進作用。然而，由於內地來的中醫專家只能在隔離中心或院舍治療輕症病人，未能進入公院病房治療重症病人，為在西醫治療手段下仍未能控制病情的患者提供另類療法，實是一個遺憾。我們中醫界希望政府可考慮讓中醫專家和西醫為重症患者會診，提供新的治療思路，充分利用內地中醫專家在抗疫方面的中西醫結合治療的豐富經驗。在此，我們亦希望政府在向內地中醫專家求助的同時，更重要的是要善用香港中醫人才，這樣對香港醫療和中醫藥發展才有持續的正面效用。

◆文：羅桂青博士 註冊中醫師 圖：資料圖片

◆羅桂青博士

在今次第五波疫情下，我們明顯看到以西醫為主導的醫療系統，不足以應付新冠肺炎在香港第五波爆發的需求，由於每日確診數目仍然持續高企，各公立醫院合共有約4,600張隔離病床，13間私家醫院也只能撥出共1,000張病床及相關人手接收醫院管理局轉介的非新冠肺炎病人，再加上第二線隔離病床也不足以接收每日新增的確診病人，導致很多病人只能居家自行隔離，甚至求助無門，而很多醫院亦有大量確診病人在戶外通宵輪候上房。

三大中醫藥學院齊合作

在醫療人手的緊絀情況下，令很多病人延治甚至失治，造成重症死亡率高企。前段日子亦有大量市民搶購中成藥，如連花清瘟膠囊、藿香正氣散等自行治療。有見及此，早前香港三大院校的中醫藥學院及業界的中醫藥團體，均發起各種遙距治療新冠肺炎的服務，反應亦十分熱烈，可見香港有部分市民對中醫藥治療抱有信心。

可惜，香港的醫療系統一直是西醫做主導，不論是食物及衞生局、衞生署還是醫院管理局，中醫都不能直接參與制定相關中醫藥的政策，未能有效地推動中醫藥在香港的發展。香港至今有近10,000位註冊中醫師，但由於中醫藥在香港仍未納入公營醫療系統，因此不能作為常規治療，亦不能為住院的重症病人提供中醫藥治療。

冀與內地專家學術交流

對於今次中央援港抗疫中醫專家組來港支援，日前他們與衞生署和香港中醫藥管理委員會會面交流，以及視察社區隔離設施、到訪香港中醫診所暨教研中心，了解診所在治療病人及在中心培訓中醫師的工作，為香港應用中醫藥治療新冠肺炎患者及預防重症等方面提供指導和建議。不過，中醫學界和業界才是真正的中醫前線，可進行持續教育，香港中醫學會希望香港三大院校的中醫藥學院和業界各大中醫藥團體，能有機會和今次來港的中醫專家進行學術交流，從中吸取更多更前線的治療新冠肺炎的經驗，以應用在未能入院或進入隔離中心的確診患者身上，令更多的市民受惠。

◆中西結合防治計劃

◆中央政府援港抗疫中醫專家組與衞生署和香港中醫藥管理委員會會面交流。

◆中醫着重辨證論治，中醫根據個人體質開出提升免疫力的方藥或者藥膳。

中醫藥機體調理作用

中醫藥有着幾千年的歷史，是中國文化中非常重要的一部分。中西醫學產生於不同的社會背景和文化土壤，代表着東西方兩種完全不同的醫學體系。現代西醫屬於自然科學的範疇，傳統中醫則是哲學化的醫學，屬於「國學」，具有哲學和自然科學的雙重特徵。傳統中醫把人體看作是一個統一的有機整體，認為人體各部分在結構上不可分割，在生理上彼此協調，在病理上互相影響。

傳統中醫強調人體內部之間、人與自然之間、人與社會之間的整體性聯繫，要求應用「天人合一」的觀點認識生命現象，注重從宏觀和整體的角度觀察、分析和處理疾病，整體觀念是傳統中醫理論的基本特徵之一，貫穿於臨床實踐的全過程。

傳統中醫在明清時期已形成了治療溫病（包括各種有傳染性的發熱性疾病，如黑死病、天花、霍亂等）的學派，對治療溫病有獨特的理論體系及方法，並累積了非常豐富的臨床經驗，只是在香港尚未普及。中醫在治療新冠肺炎，不僅僅只着眼於新冠肺炎，而是會在整體上同時顧及患者的體質及其他慢性疾病。而且，除了治療已確診的患者外，中醫在預防及治療後遺症（長新冠）上亦有優勢。

根據個人體質開方藥

在預防方面，中醫可以為市民根據個人體質開出提升免疫力的方藥或者藥膳，防患於未然，《內經》中說：「正氣內存，邪不可平。」中醫認為只要人體的正氣充足，就能避免染疾，就算染上疾病，亦有足夠的正氣與病邪抗爭，可預防重症。在治療方面，中醫會運用辨證論治的大原則，根據患者的不同體質和證型開出最適合患者的處方治療，因此並非每個患者都用同樣的方藥，例如熱毒盛者用清熱解毒的藥物，痰濕盛者用祛濕化痰的藥物等，因此絕對不建議患者自行服用中成藥，如連花清瘟膠囊等。而且，這些藥物亦不可作預防用途，必須在中醫師辨證的基礎下服用，否則可能會引致各種副作用或變證。

治療後遺症辨證論治

至於在治療後遺症方面，世衞組織對「新冠長期症狀」（「長新冠」）（Post COVID-19 condition）臨床定義為：這些症狀通常發生在已確診或可能被新冠病毒感染的人身上，通常在染疫後3個月內出現、持續至少2個月，並且無法由其他診斷解釋，目前很難統計全球「長新冠」患者具體人數，WHO估計大約10-20%的急性新冠感染患者在感染後會有數周至數月的殘留症狀。

迄今為止的「長新冠」是嚴重疲勞，其他症狀還包括呼吸困難、持續咳嗽、關節疼痛、肌肉疼痛、聽力和視力問題、頭痛、味覺和嗅覺失靈以及心臟、肺、腎臟和腸道損害、腹瀉，心理健康問題包括抑鬱症、焦慮症和難以清晰思考。中醫在治療「長新冠」上亦有發揮空間，除了用中藥外，針灸治療對改善各種精神性後遺症亦有專長，如失眠、焦慮、注意力不足、味覺嗅覺失靈等。如市民若有情志上的後遺症，也可請家人先幫自己作怡老按摩，詳細手法可觀看https://m.youtube.com/watch?v=kCRG0i_Z8QA，如情況沒有好轉，應盡快就醫尋求專業協助。

養生攻略

◆香港註冊中醫師 楊沃林

百藥之長

◆如飲酒要飲「養生酒」。

著名的醫學雜誌《柳葉刀》，是西醫集大成的學術代表言論雜誌之一，該雜誌文章認為：「喝酒，對身體並沒有什麼好處，酒精反而作為一種致癌因子存在。無論是少喝酒或者多喝酒，都會對身體有害。」

中醫認為「酒，是百藥之長」，將飲酒歸類於治病、養病的範疇，大部分的古中醫醫學巨著，都將酒的功效定義為：「通血脈，溫腸胃，禦風寒」。《本草綱目》記載：「酒性溫，味辛而苦甘，溫能驅寒，辛能發散，行氣和血」；《食物本草》記載：「酒，味甘醇美，無毒。調血脈經絡，通利臟腑，健筋骨，祛勞傷瘀血，用製諸藥更良」。藥酒療法，是中醫防治疾病的一種獨特方法。

古代中醫認為，喝酒可以起到一定程度的保溫效果，在相對較冷的環境下飲用非常合適，尤其是對於高寒地區的人來說。

酒的味道又辣又甜，辣味可以幫助身體濕氣發散，甜味能夠補充身體血氣。古人對於酒的評價，一直是積極正面的。

中國古代最大的百科全書《博物志》記載：「一人飲酒，一人飽食，一人空腹。空腹者死，飽食者病，飲酒者健。此酒勢辟惡，勝於他物之故也」。飲酒還有驅蟲健體，避除邪祟的效果。從中醫的角度看，飲酒的確存在諸多的裨益。

古人所言的酒和現代西醫所抵制的酒，兩者在原材料上有分別：古時候的酒，被古人稱為「糧食之精」。古時候的酒水，大多是通過糧食自行發酵所產生的酒精，屬於自然蒸餾酒，其中的化學添加物質和人工乙醇自然是不存在的。喝下去雖然會對肝臟造成一定的代謝負擔，但是適當飲用，並不容易產生疾病隱患。

現在西醫所抵制的酒，大多為人工勾兑的酒精酒，其中化學乙醇的含量很高，帶給肝臟的負擔也是巨大的，致癌的風險自然也會大大提高。

其次，兩者的用途有所不同，古代中醫用酒，大多用於治病及養生方面。

古代酒的品種，多為藥酒。其中有益於人體的中藥成分很多，酒類溫中驅寒、殺蟲健體的效果，也大多囊括在藥酒之中。

但是現代的酒，更多的是作為一種飲食文化存在的，其中的飲用劑量、飲用時間都沒有明確的規定，久而久之，肝臟因為酒精攝入的負擔越來越重，自然對身體健康不利。

古人對酒的看法，和現代人基本是不同的。古人認為，一塊肉在常溫下，放不了半天就會變壞，但將肉浸泡在酒中，放置多年也不會變壞，自然造成酒類健康兩極分化的觀點。

飲酒要飲「養生酒」，古人純手工工藝釀造的糧食酒，例如黃酒、糧食白酒等，添加中藥材浸泡的藥酒，都屬於養生酒的範疇。

適當地飲些養生酒，利用好其中的藥效，達到驅寒、補中、養血的效果，還能一定程度規避現代酒精所帶來的更強的代謝負擔和致癌影響。

飲酒要適量，這也是最重要的一點，同樣歸類於藥物的性質，不僅要看時間，還要看劑量。

飲酒的時候，要關注劑量，讓酒裏的中藥成分或糧食精華，在起到一定養生效果的同時，盡可能降低肝臟對酒精的代謝負擔，每個人對於酒精的「健康代謝量」標準不同，能夠接受的酒量不同，飲酒，寧「少」不要「多」。

◆小童或女士口罩 ◆成人口罩

世界關顧自閉日

為響應聯合國所定的4月2日世界關顧自閉日，協康會於每年4月的第一個星期都會舉辦「協康會自閉症關注周」。今年自閉症關注周以「一『童』包容，『你』解佢心」為主題，希望大家能接納自閉症人士，理解他們的特別行為背後原因，作為公眾的你或我，只需報以簡單的點頭或微笑，已經是最好的回應。

同時，協康會今年亦特別聯乘城中六位人氣插畫師，包括癲噹@貓室（din-dong）、賤人新世紀、傭仔日記、Dustykid、文地貓、Kazy Chan，聯手以漫畫帶出理解及包容自閉症人士的信息。其中，以協康會 × Maskology × 癲噹「包」「容」口罩及香港電車造型限量版「童」「理」消毒A+家族酒精搓手液等，作為今次活動期間限定的慈善產品，支持自閉症支援服務，讓更多自閉症兒童、青年以及其家人都可以獲得適切的服務。 ◆文：Health

◆搓手液