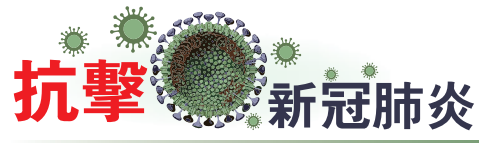


入「紅區」醫長者 蒐資料利防控

陳建萍率港大中醫藥團隊赴暫託中心 助過百名老友記痊癒



「香港中醫真係威！」就是患者這樣的一句讚美及舉起大拇指點讚，讓香港大學中醫藥學院首席講師陳建萍大感開心鼓舞，無畏無懼地堅持照顧新冠肺炎長者。疫情肆虐本港逾兩年，尤其 Omicron 變種病毒具超強傳染性，但年逾花甲的陳建萍不懼風險迎難而上，主動申請進入需要直接接觸患者的長者暫託中心，進行一線抗疫診治工作，帶領港大中醫藥團隊成為首批踏入「紅區（隔離區）」的香港中醫。至今，陳建萍與團隊已助過百名 70 歲至 100 歲的患者痊癒，並在診治過程中收集此次疫情及老年患者的病症特點，總結香港中醫參與救治疫病的第一手資料，為特區政府及國家的疾病防控作出獨特貢獻。

除了在暫託中心幫助患者與新冠病毒正面交鋒外，陳建萍及團隊也因應香港人濃厚的湯水文化，設計了一系列食療藥膳保健湯水，作為患者康復調理身體之用，在緩解諸多不適症狀之餘，亦減少出現許多後遺症。其中，有一款以沙參玉竹為主要材料的湯水方子，是用作改善患者呼吸道和消化道，被一家本地企業採用並大量烹煮，以保溫壺盛載熱湯送予方艙醫院的患者，傳遞愛心和溫暖。而早前中央援港抗疫中醫專家組，更同意將這款湯水以及另一款他們提出的蓮藕馬蹄湯列入香港的「2019 冠狀病毒病康復期中醫康復指導建議（試行版）」中，得到患者、市民、專家及社會的支持，使陳建萍感到特別有成就感。

◆香港文匯報記者 鍾健文



◆中央政府援港抗疫中醫專家組組長全小林（左三）及團隊早到訪陳建萍（右二）工作的觀塘暫託中心。資料圖片

兩湯水納「康復指導建議」

按「3因」原則治新冠

陳建萍表示，包括設計湯水在內，自己診治新冠肺炎是根據「3因」原則：因地制宜、因時制宜及因人制宜。她舉例，現時的香港與當初的武漢不僅地域不同，主要面對的病毒株也不同，因此很多當時對武漢患者有效的藥物並不適合香港的情況，需要重新針對調配。另外，香港第五波疫情發生在春季，恰好是一個人情緒容易波動的季节，因此誘發患者抑鬱的情況很常見，治療時應考慮在內。再者，老年患者的特點是多虛、多瘀及多痰，故此在治療時除了要攻邪，也需扶正和去痰，才能全面幫助他們快速康復。

沙參玉竹湯

材料：北沙參20克、南北杏各12克、玉竹20克、雪梨（鴨梨也可，帶皮）兩個、百合20克、蓮子25克、白果12顆、黑木耳3顆至5顆、陳皮1塊、馬蹄10粒、白蘿蔔（帶皮）半個（大約300克至400克），可加適量瘦肉。

做法：浸泡洗淨的雲耳，藥材洗淨浸水，瘦肉余水，以上諸味食品用8碗至10碗水，煎煮30分鐘即可。

功效：補益氣陰、清肺化痰、促進呼吸道疾病的康復。

適用者：表現口咽、微咳有痰、咽喉不適、乏力、納差、大便不暢（或黏）。

用法：代茶水、當湯水服用，可供兩人至3人分量，每周一至兩次。

資料來源：陳建萍、

「2019冠狀病毒病康復期中醫康復指導建議（試行版）」

蓮藕馬蹄湯

材料：蓮藕1節（約200克）、雲耳3克至5克、馬蹄15粒、陳皮1塊、或加魚腥草30克、泥鰍200克、或瘦肉、或排骨300克、生薑3片（後下）。

做法：藥材洗淨浸水，洗淨泥鰍或瘦肉或排骨余水，浸泡洗淨的雲耳，以上諸味用10碗水，大火煲滾以後中小火煲煮90分鐘至100分鐘即可。

功效：清除邪、益肺氣、養肺陰，促進呼吸道疾病的康復。

適用者：出現氣虛疲倦、呼吸不暢、咳嗽、咯痰、納差、大便不暢等症狀。

用法：可供3人分量，每周可煲兩次至3次。

資料來源：陳建萍、

「2019冠狀病毒病康復期中醫康復指導建議（試行版）」

「作為中醫人，同樣有一顆醫者之心！」自2020年香港新冠疫情爆發以來，陳建萍就一直積極希望加入抗疫第一線，盼望能盡快像內地一樣中西醫緊密結合，發揮最佳治療作用。不過，特區政府起初只安排中醫師在非隔離區視像應診，未有讓中醫直接於前線治療患者，即使她曾兩次「上書請戰」也無功而返，「使不上力」讓她十分難過。

直至第五波疫情，本地確診病例出現爆炸性的驚人數字，使得香港醫療體系陷入不堪重負的狀態，一時間難以照應數十萬計的患者。此等情況下終於迎來香港中醫師更深度參與救治的機會和大顯身手的空間，港大醫學院也邀請中醫藥學院聯手，在其負責的觀塘彩榮路體育館長者暫託中心來個中西醫合璧。有了中醫藥發揮作用的「戰場」，陳建萍自然地帶頭衝在前面，帶領港大中醫團隊在3月8日走上抗疫最前線。

樂見中西合璧助速康復

在「紅區」裏，陳建萍率領的中醫團隊每逢星期一及星期四負責在下午診治和查房，紅日無休，一進去就是四五個小時不吃、不喝、不廁。她表示，團隊中的年輕人剛開始時覺得相當難受，但憑着大家的热情和擔當，慢慢就習慣了。

通過與西醫團隊的緊密合作，年長患者常見的大便和咳嗽問題都有改善，紛紛向團隊豎起大拇指讚好，陳建萍十分高興見到患者的反應良好，也樂見中西醫結合治療對幫助患者盡快康復發揮良好作用。

患者和家屬見療效 讚譽有加

「是有擔心，但是愛心更重要！」陳建萍坦言，雖然自己對於進入「紅區」有少許擔



◆陳建萍（中）與團隊在暫託中心外合照。受訪者供圖

心，但家人的擔心更大，畢竟她已年過花甲，在裏面工作數小時的風險也高。為此，她和團隊每次工作前都會互相檢查，確保防護裝備都處於最佳狀態，並且嚴格按程序指引工作，所以至今團隊沒有一人中招。

在「紅區」內，陳建萍遇到不少難題，例如年老患者大多有認知和聽力等多方面問題，而且很多長者和家屬起初對中醫都有抗拒，但是本着對患者的愛心與關懷，她都一一克服，而患者和家屬在看見醫療成效後，都讚譽有加，「這使我覺得，再艱苦的付出都有意義！」

她希望，透過這次的中西合璧成功例證，能使中醫藥應用常態化，對治療新冠病毒患者盡快康復發揮更好作用，為香港病人健康福祉作貢獻。



◆陳建萍（左）與團隊在暫託中心「紅區」治理新冠病人。受訪者供圖

匯通中西醫藥 團結服務患者

「要有愛心才有勇氣面對病人！」進入暫託中心要面對面地幫助患者，「望、聞、問、切」各環節都有可能增加醫者被感染的風險，但陳建萍及其團隊毫不退縮，不僅踴躍報名參與，開始工作後即使往返暫託中心的路途遙遠，回家後也要花大量時間進行消毒清潔，卻沒有任何怨言，更藉此打磨出勇於面對困境的韌性。

她直言：「如果大家都不做第一人的話，遑論彰顯中醫藥優勢，就連普及中醫藥也成問題。」

她表示，主動進入「紅區」救治新冠病人，並不是要展示中醫比西醫好，相反，是要匯通中西醫藥，「W (est) 加 E (ast) 就是 WE」，一起團結來到更好地服務患者，為人類健康事業作出更大貢獻，而港大中醫藥團隊都十分團結，「十分了不起！」

在暫託中心診治期間，陳建萍和團隊用心收集香港老年患者的病況特徵，作為日後的科研資料，希望可以發表研究論文，對香港、祖國以至世界的新冠肺炎治療作出貢獻。對於這種艱辛的工作，她都只輕描淡寫，「那是應該做的事，身為醫者就是要救死扶傷！」

東華學院 600 師生參與外展支援

香港文匯報訊（記者 高鈺）第五波疫情對香港公共醫療服務構成沉重壓力，有賴社會各界同心協力盡己所長，為抗疫最前線分擔。提供多個醫療護理課程的東華學院，過去兩個月動員約600名師生積極參與外展及支援工作，包括於啟德長者暫託中心照顧輕症長者、參與上門家居疫苗接種、到社區檢測及疫苗中心協助幫忙等，以專業護理知識回饋社會。

啟德長者暫託中心的其中400張病床由東華三院及東華學院共同負責，學院派出200多名師生輪班駐場，又為中心的內地聘用照顧員提供培訓，務求讓輕症及病情穩定的確診長者得到最好照顧。負責招募師生及前期準備的東華學院護理學院副院長（研究）林清指，計劃獲眾多師生響應，「他們知道工作風險高，仍願意加入團隊，走在前線。」

該校有份參與中心工作的護理學五年級學生葉碧蔚分享說：「不少長者入住中心時，都對確診及在陌生環境接受治療感到不安，安撫他們的情緒也成了我們的重任，讓我體驗到醫者懷仁的重要性。」

護理學高級文憑二年級學生張福豪則表示，暫託中心設施未及醫院齊備，為令患者得到充分照顧，要學習更靈活運用專業儀器以外的醫療支援，從中得益不少。過程中自己亦要做好防護，「以免受感染而影響家人，令家人更認同我選擇醫護作為終生職業。」

50師生參與社聯「疫苗易」家居接種

除了暫託中心外，東華學院約50名師生則參與社聯的「疫苗易」家居接種計劃，上門為行動不便的長者及殘疾人士接種疫苗，希望盡快提高長者接種率，減低重症及死亡率，為醫療體系建立安全網。

此外，學院逾300名師生及校友於不同崗位協助抗疫工作，包括在社區疫苗及檢測中心擔任疫苗注射員及採樣員、組織義工隊為安老院舍的長者打針、支援護理人員呼吸器測試及佩戴訓練、合推免費網上中醫診症服務等，期望為香港早日戰勝疫情出一分力。



◆東華學院過去兩個月動員約600名師生積極參與外展及支援工作，包括於啟德長者暫託中心照顧輕症長者。學院供圖



◆東華學院團隊於暫託中心為內地照顧員提供培訓，務求確診者得到最好的照顧。學院供圖



◆東華學院師生分享支援抗疫工作。護理學生葉碧蔚（左一）及張福豪（右一）均有跟隨老師到啟德暫託中心照顧確診長者。學院供圖



◆東華學院師生參與疫苗接種工作。學院供圖



◆東華學院教師參與外展疫苗接種工作。學院供圖