

中醫學

是

個

寶

庫

近日奧運名將愛拔罐，全球熱話傳統中醫療法。

從以下醫案可以看到中醫學是中華文化瑰寶，是個寶庫。

『醫案 1』抑鬱、腰頸背痛、胸悶靠刺絡？

陳先生，四十歲。

主訴：患抑鬱症，開始時後頸麻痺，左側臉及頸肩背痛，服西藥，本來只是不能集中精神，像貓一樣對周圍環境敏感，如有些微細聲音都受到影響，服西藥後更感胸悶，小事可放大，甚至想死，幾個月後自停服藥。七年來，不能應酬，有壓力，右側肋骨向腰頸背放射痛，疲倦，眼脹，大眼袋，臉色灰暗……。症屬肝氣鬱結、氣滯血瘀。

治療：先取頭頂的「百會穴」、「督脈」及「足太陽膀胱經」刺絡療法。（督脈在背中間，沿脊上行入腦，與肝經交會于頭頂。足太陽膀胱經內通臟腑，與腦和心直接聯係）可解表升陽，調節神志，寧神開竅，疏肝解鬱，就這麼簡單的對症治療，二天後覆診，他說：左邊面頰放鬆了，眼睛不再腫脹，感覺好像打開壓力鍋的蓋放氣一樣，精神已恢復過來，整個人放鬆很多。

再取體穴：風池、內關、足三里、三陰交等。耳穴：枕、腎、肝、胃等祛風開竅明目，安心寧神，調補肝腎，鞏固療效，上症康復，臉色紅潤，並笑言可實行他的工作大計了……。

2011年3月，陳先生笑着對訪問的記者說：病了7年多，現在要習慣一下沒有被壓力包圍的感覺。

看着這位年輕人，我感謝老祖宗的針灸療法。今年2月有緣相遇，他精神很好，我好感恩。

『醫案 2』抑鬱、暗瘡、凹凸洞，針灸怎樣治療？

陳小姐：臉暗瘡及凹凸疤痕，治療10多年未癒，因而抑鬱。主訴時傷心落淚。患者臉色晦暗，皮膚粗糙，暗瘡及嚴重凹凸疤痕，睡眠欠佳，大便不暢通，症屬腎虛氣弱，肝氣鬱結，針灸先要疏肝解鬱，寧心安神，取百會、內關、太沖及安眠穴。再健脾利濕，調補氣血，取腎、肝、脾、胃、腸經穴的曲池、足三里、三陰交及任脈的關元、氣海穴等。把元氣調升起來，情緒穩定之時，暗瘡也逐漸痊癒，只存下的是她最為煩惱的凹凸洞，可用冷劑及熱療法，皮膚逐漸平滑，陳小姐心情靚又改變型，清新爽朗，展開笑容。

『醫案 3』濕疹、鼻敏感有何關連？

香港人口密集、空氣污濁、睡眠不足，又缺少運動，免疫功能降低，引致鼻敏感，同時患上皮膚過敏、濕疹。

馬先生，24歲，臉部、胸前及頭皮濕疹，又紅、又癢，很影響外觀，大便不暢通，服西藥及擦藥膏，反覆發作已五年。患者脈弱苔白厚、舌質淡紅，屬腎虛氣弱脾濕，查病因從小鼻敏感，體質偏虛寒濕。治療取：

耳穴：神門、肺、腎、肝、脾、面頰區、風溪等。

體穴：神庭、印堂、太陽、迎香、曲池、支溝、血海、足三里、三陰交等。再配合服中藥，皮膚濕疹痊癒。他說：最初由朋友介紹來看濕疹，沒想到多年鼻敏感也得醫治。中醫論據：「肺開竅於鼻」、

「肺主皮毛」、「肺與大腸相表裏」、「脾虛生濕」等等。所以，鼻敏感或皮膚病與臟腑中的肺、腎虛及脾、胃、腸有關。中醫治病是從根本提高人的體質，整體的調理。

『醫案 4』脫髮、斑禿（24年前患者……）

鄭小姐接受週刊訪問時說：「第一次找余醫師治脫髮已是24年前的事，那年我19歲，對於脫髮最初不以為意，直到照鏡子赫然發現頭髮變得稀少、色黃、頂禿等，才緊張去尋醫。記得當時接受完一個療程後，已經沒事了。直至去年因工作壓力太大，才導致舊患復發，我即時想起余醫師，便上網搜尋其診所地址。」

再次接受針灸治療後，效果顯著。「更令她意外的是，原本臉部暗啞無光及有雀斑的皮膚，竟然因此而有明顯的改善，色斑淡化了，黑眼圈也因氣血運行而消除。肌膚比之前幼滑。

因工作壓力太大引致脫髮的中年、青年患者近年增多，如：

黃小姐，46歲，斑禿二大塊，精神緊張、煩燥、腹脹、經血少等問題，看過西醫仍未見效。她說：「西醫曾在斑禿部位打針及處方西藥給我服用，可惜頭髮仍然繼續脫落，來接受針灸及中藥治療。又如：唐先生，48歲，銀行高層，因工作緊張，長時間對着電腦工作，頸背痛，神經衰弱、失眠，頭髮稀疏來接受針灸治療。

中醫論據：「腎主骨，生髓，其華在髮。」脫髮患者多因精神緊張，壓力大，睡眠不足或頸椎骨質增生等，導致腎虛肝鬱。根據各人不同病因辨証取穴。

耳穴：腎、肝、脾、枕、頸穴等。

體穴：脫髮患處用梅花針，外擦中藥生髮水，加神庭、生髮穴、曲池、內關、足三里、三陰交、太溪等等隨各症加減。（也可配合服中藥），可補腎益精，疏肝解鬱，養血安神，通經絡，行氣血，促進新髮再生。

聖經名言：「喜樂的心，乃是良藥，憂傷的靈，使骨枯乾」（箴言 17：22）

首屆國醫大師鄧鐵濤，百歲老人養生經：“養生必先養心，養心必先養德。”“知足者貧者也樂；知足者富者也憂。要向上看，不要向上爭。比上不足，比下有余，知足常樂，常不樂怎麼能長命？”*

* 摘自『廣東省中醫院』2016.7.15

香港人工作繁忙，精神緊張，睡眠不足、又少運動，出現一系列亞健康狀態。中醫學有「上工治未病」之說，就是要預防疾病。我們要常有喜樂的心生活、工作，要多做運動。早晚按摩耳廓，可提神醒腦，提高免疫功能。大家如果不明白耳朵保健法，可瀏覽網頁學習 www.nyabchk.com 或致電 25726838 / 23918447 查詢。



余德賢註冊中醫師