

疏肝解鬱祛瘀退色斑

謝小姐，乳房囊腫。

多年前的3月14日，她拿着醫生開給她的乳房腫塊局部抽驗單給我看，驗單上寫着右乳房有0.5cm腫塊，左乳房有4cm腫塊，最使謝小姐憂愁的是，三年前左乳房腫塊已做過一次手術，一年前因右乳頭流出綠色液體又做過手術，現在又有腫塊，因而心煩，睡眠欠佳等。我檢查其乳房腫塊，邊沿清楚，可推動，質軟不硬，經過脈診及耳穴測診，謝小姐屬於肝氣鬱結，即給予疏肝解鬱，行氣通絡的治療，她按時前往抽驗，化驗師已摸不到乳房腫塊抽驗，只好從化驗單劃定的局部抽驗，4月8日抽驗結果是陰性，至今已13年，乳房無異常變化。

現代社會競爭激烈，工作壓力大，精神緊張，情緒易激動，久之，出現煩躁、頭目脹痛、焦慮、失眠、多夢、胸脅及頸背痛、脫髮、腹脹、口苦、便秘或腹瀉、耳鳴及皮膚病及眼病等等，導致氣滯血瘀，肝氣鬱結。由於氣血運行不通暢，女士臉上出現色素斑(肝斑)、痛經、提前出現更年期綜合症、乳房脹痛、乳房小葉增生性纖維瘤，甚至子宮肌瘤或癌變等婦科疾病。男士多出現高血壓、心血管病、中風，甚至癌症等等。

中醫理論認為：肝主疏泄和藏血，肝開竅於目，主筋。肝喜柔和，舒適，不能抑鬱。肝的氣機疏泄功能正常，精神愉快，氣血運行調和，經絡通利，身體就健康。相反，「大怒氣逆傷肝」，肝的疏泄功能就失常，出現氣滯血瘀，造成血液循環不通暢，出現以上疾病。如：白小姐，半年前因小孩事

情而憂慮，勞氣，引致肝氣鬱結、氣滯血瘀，臉上出現黑斑、脫髮、心悸、乏力、睡眠欠佳等。給予鎮靜安神的治療，因為「肝腎同源」，所以，在疏肝解鬱行氣的同時，補氣益腎，睡眠好，身體健康，不易引致婦科疾病，臉上的瘀斑逐漸淡退。

中醫專著《內經》指出：「心者，五臟六腑之主也。故悲哀憂愁則心動……」許多患者出現的亞健康狀態皆因精神緊張，過慮憂心傷肝所致，所以大家保持心境愉快，精神緊張時多自我按摩耳廓，可鬆弛神經。

耳廓自我按摩保健，請上我的網頁學習。
www.nyabchk.com 或致電 23918447

余德賢



中醫師余德賢