

雲 中 醫 話

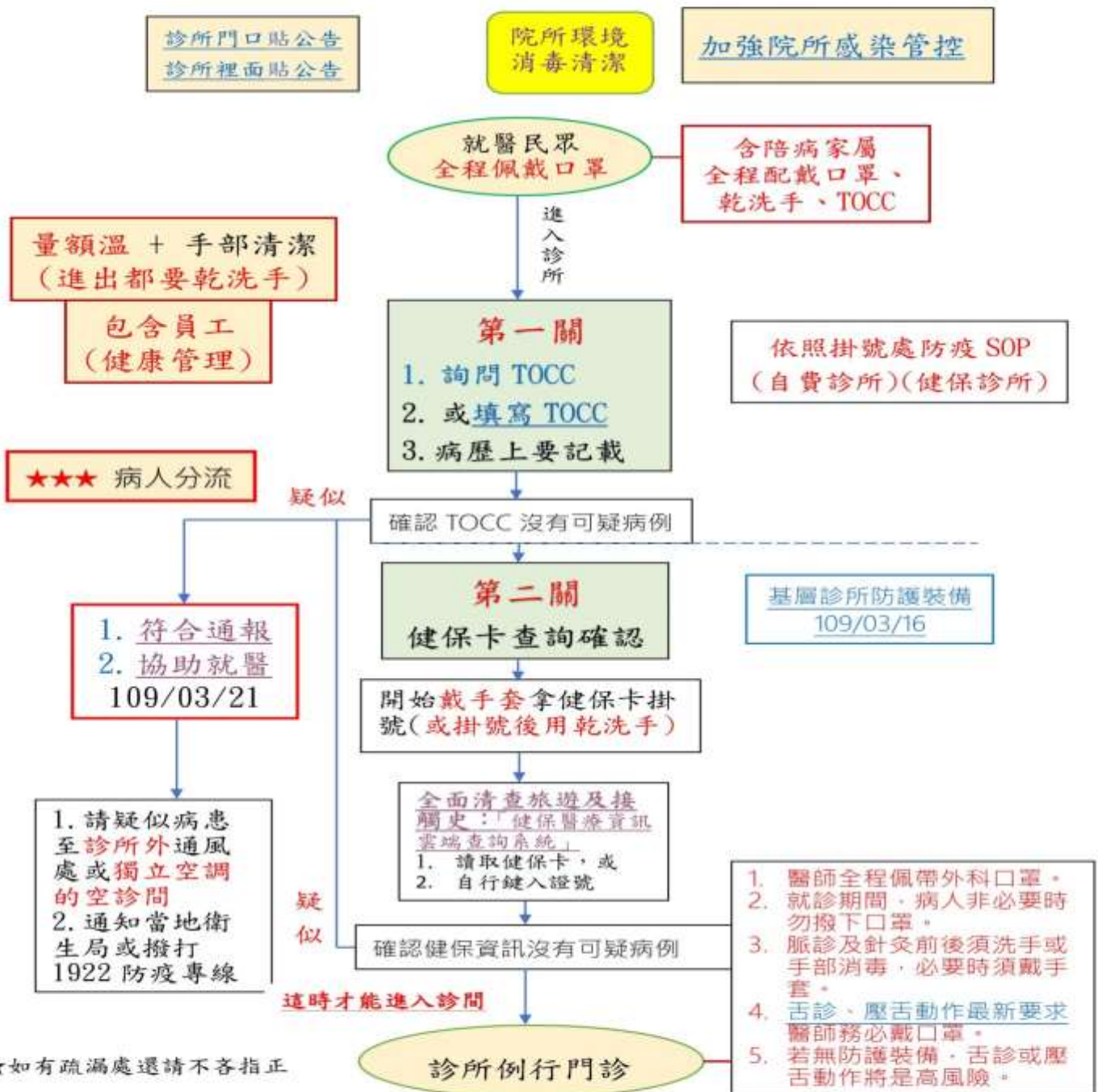
發行人：黃上邦
 總編輯：郭大維
 編輯：邱炳琳、廖健翔、陳南光、謝麗鳳、林志誠
 李志賢、張志文、劉穎儒、陳修維、王子偉
 黃鼎鈞、林清富、楊志中、程嘉宏、蘇育民
 執行編輯：江佩容

顧問：張三郎、吳勝志、張碧東、王清曉、陳志超
 發行單位：雲林縣中醫師公會
 地址：雲林縣斗六市雲林路二段 211 號 6 樓之 10、11
 電話：(05)5354088
 電子信箱：ylcm@seed.net.tw
 網址：www.ylcm.com.tw

<中醫全聯會提供>(03/21 最新版)

診所防疫操作步驟

~~ 現階段防疫以加強診所內感染管控為主(減災、自我保護) ~~



★如有疏漏處還請不吝指正

針灸會讓中風恢復得更快？看中西醫如何治療腦中風

2017/03/24 資深醫藥記者 丁彥伶

其實中醫內科對中風也有特別的治療效果，多年前一位長輩延腦中風，狀況很不好，有「國醫」之稱，當時年近百歲的資深中醫師張駿親自探視，後來建議天天服用「大活絡丹」，並且配合頭皮針灸治療，長輩的狀況也有改善。黃浩瑞說，中醫內科治療中風最有名的內科藥物是「補陽還五湯」，主要是從清代末期中醫師王清任《醫林改錯》中的治療方劑，不過有些論點其實是錯誤的。

諮詢／彰化秀傳醫院腦神經內科醫師邱百誼

臺北市立聯合醫院林森中醫院區中醫科醫師黃浩瑞

秋冬是中風發生率最高的季節，不少家庭都面臨家人中風的事件，家人中風後該怎麼讓他們恢復得更好？更快恢復呢？或許可以試試配合中醫治療。



(圖片來源：pixta)

中風病人在急性期過後，是不是只能靠復健幫忙了呢？

彰化秀傳醫院腦神經內科醫師邱百誼說，復健科是幫助患者的肢體活動恢復，改善他們的生活品質，但是照顧中風病患還是神經內科的工作。

主要的目的是幫助患者把中風的危險因子控制好；包括血壓、血脂、血糖等三高的控制，阻塞性中風患者要選擇配合抗凝血藥物等等。邱百誼說，因為中風患者再中風率高，所以必須控制各項危險因子，預防患者再次中風。那對於中風受傷的大腦，有什麼藥物可以治療嗎？

邱百誼表示，其實大腦擁有自我修復的能力，有些可能沒辦法修復到完整，可能會由大腦的其他部位發展出代償的方式，只是西醫目前並沒有特別的藥物，可以幫忙受損的大腦更快修復。現在常看到很多家屬會配合中醫的針灸治療，至於效果如何？仍需要進一步研究證實。

臺北市立聯合醫院林森中醫院區中醫科醫師黃浩瑞表示，一般認知上，中醫來治療中風，主流還是針灸的範疇，但是治療以一年內為黃金治療期，在這段期間是神經大量復甦期。

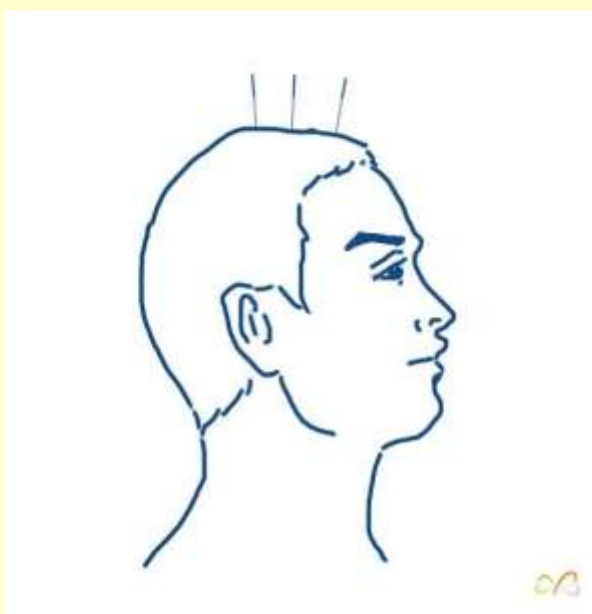
針灸協助治療中風 患者復原比較快

針灸在中風治療有兩個部份，一是體針。主要是在肢體上刺激肌肉張力維持平衡，讓肌肉不會張力過大導致攣縮，或是肌肉張力不足而致肌肉無力。

如果在神經復原前，肌肉張力過大或無力，可能導致肌肉萎縮、受損等而影響肢體功能。所以可藉由針灸來讓肌肉可維持部分張力，以減少患者復健的困難度。

另外還有頭皮針。其實頭皮針不只是中醫認為可行，歐美等國家也發現頭皮針有助腦部循環。

因為頭皮主掌著很多氣血的循環，中醫改善中風的概念，是要改善腦循環和腦血流量。中風因為腦部受傷，腦發炎、水腫等導致腦部血液循環不佳；頭皮針可以改善患處的血液循環，近一步改善患者的復原速度流量。



(製圖者：愛長照)

研究證實，刺激不同部位頭皮淺層，對腦部區會具有不同的刺激。

傳統針灸，在頭皮針部分就會依部位來選擇針灸，後來藉現代醫學儀器，又更進一步的區分出腦運動區、感覺區等腦反射區概念，主要認為刺激腦反射區可以增加腦神經活性，而腦針和頭針的局部刺激，也可以改善頭部循環。

就如同中醫所謂的藉針灸使局部氣場產生變化，改善速度加快。**臨床上顯示，中醫針灸配合治療中風，患者復原的情況更好也較快。**

其實中醫內科對中風也有特別的治療效果，多年前一位長輩延腦中風，狀況很不好，有「國醫」之稱，當時年近百歲的資深中醫師張駿親自探視，後來建議天天服用「大活絡丹」，並且配合頭皮針灸治療，長輩的狀況也有改善。

黃浩瑞說，中醫內科治療中風最有名的內科藥物是「補陽還五湯」，主要是從清代末期中醫師王清任《醫林改錯》中的治療方劑，不過有些論點其實是錯誤的。



(圖片來源：互動百科)

清代末期的中醫已經有受到西醫的影響，所以治療不單純由傳統的「風」邪為主，還考慮了瘀血為主，所以這帖藥主要是治療「氣虛血瘀證」，因為當時認為中風是半側偏癱，氣血虛少為主。所以這類藥物大量使用改善氣血、增加循環的藥材。

同時接受中西醫患者 必須與醫生討論藥方

但是中風的種類很多類型，不一定是同樣的類型，此類方劑對屬於陰虛火旺的患者來說要注意劑量，而且它具有抗凝血的作用，如果正在服用部分抗凝血藥物患者，例如 warfarin，就需要特別注意劑量及藥物交互作用。

除了補陽還五湯，中醫內科還有很多補陰的藥物，例如：大補陰丸。但是因為中風患者容易出現虛火風動、四肢抽動的情況。

所以可用滋陰息風減少患者再次中風及四肢抽動的程度。中風患者兼夾症多，其體質陰陽偏虛也有所不同，所以用藥的變化也大。

例如中風初期也可能見痰火閉阻心竅等實症，這時會考慮使用的有安宮牛黃丸；這帖藥自從把香港鳳凰衛視前主播，劉海若從鬼門關拉回來後，更是受到重視。它可以清血熱、抗發炎、改變血腦屏障讓藥物更能達到效用，但是因為犀牛角禁用後，替換的水牛角效果差很多，因此目前的效果還需觀察。



(圖片來源：pixta)

至於大活絡丹和小活絡丹則和補陽還五湯有異曲同工之妙，但比較偏循環差、四肢冰冷疼痛的中後期患者使用。藥性相對溫通、破結開竅效果較強。所以初期患者氣血衰、無痰濕阻滯就比較適合補陽還五湯；反之中風稍久四肢氣血不暢、痰濕阻滯重者則是用活絡丹治療。

由此可見，中醫口服用藥要依照患者的狀況做變化。

不僅如此，中醫治療中風時還需要依照左側、右側、語言區或是其他兼夾症來考慮醫療方針，雖然統稱為「中風」，但是治療和用藥很難一言以蔽之。

西醫治療中風患者在初期日以增加血循為主，一年後則會注意給抗凝血藥物如阿司匹靈等藥物，並注重增加循環、降低三高的風險，和中醫預防中風採用陰虛風動的處理方式類似。

因此黃浩瑞提醒，如果有配合使用中醫治療的患者，一定要告訴醫師，目前有同時在使用中醫和西藥，例如中醫的人參、三七等藥物，可能會增加抗凝血藥物的作用，一定要避免藥物發生交互作用引發危險。

◎本篇摘錄自愛長照網站，網址 <https://www.ilong-termcare.com/Article/Detail/918>。

誰說中醫沒科學根據？中醫治療心血管疾病有實證！

2016-04-27 由時尚生活指南發表于健康

古代的中醫對心血管病已經做了很多的研究。馬王堆出土的女屍，生前就曾患有陳舊型心梗。這在古代也是高發的心血管病。從文獻記載來看，漢代以前的中藥治療已包括中風、腦血管病、冠心病心絞痛、心悸、心律失常，心肌炎、心力衰竭等。古人對這些疾病已經進行了2000多年的研究，積累了大量豐富的治療經驗和有效的方藥。

專家指出，應當對中醫中藥做系統的整理和研究，對其中療效不好的可以放棄，確有療效又有特色的應當傳承下來，加以創新和發展。專家指出，應當對中醫中藥做系統的整理和研究，對其中療效不好的可以放棄，確有療效又有特色的應當傳承下來，加以創新和發展。



中醫治療心血管疾病有實證

心血管疾病是一個事件鏈，由各種社會因素引起三高——高血壓、高血脂、高血糖；而三高又是動脈硬化的高危因素，進而可誘發動脈硬化斑塊的發生，進一步引發冠心病、心肌梗死、或者腦梗；心肌缺血可導致心肌失常，再導致心肌衰竭。

人的心梗、腦梗不光是血管的狹窄，多數是因為斑塊破裂，造成的出血血栓所形成的心梗和腦梗。如何抑制斑塊不破裂？這是全球研究的一個焦點和難點問題。張運院士通過十多年的研究證實，通心絡抑制、穩定斑塊的作用，和超大劑量的辛伐他汀沒有差異。

面對急危重症，中醫有用嗎？

對於急性心梗，如今介入治療是常規。然而在介入治療後，經常會發生大血管開通，微血管卻開不通的情況，易導致急性心梗無再流和再灌注損傷的發生，發生率可接近 40%。這就導致很多病人心梗以後還有心衰、心律失常等嚴重併發症的發生。

為了解決這個難題，楊躍進教授運用通心絡做了十五年的研究。他的研究證實，通心絡可以保護急性心梗無再流區的微血管的完整性，從而明顯減輕無再流的發生。

在常規搶救和介入治療的同時，加上通心絡，可把心梗患者的臨床療效提高 20%。

這些研究都表明，中藥在急危重症上有它的用武之地！

藥食同源，如何用中醫養生？

中醫有言，藥食同源，很多食品即是藥品，很多藥品也是食品。

中醫說「四氣五味」，飲食同樣也有「四氣五味」。用飲食的四氣五味來調整人體的寒弱、溫涼、虛實，這是一種很好的養生方法。

現代人身體容易出現亞健康狀態，基本分兩個類型：

一種是過度疲勞綜合徵，表現為疲乏，無力，腦力效力下降等，可用黃芪、人參等搭配做藥膳。

另一種是緊張壓力綜合徵，表現為緊張，焦慮，睡不好覺，可用些能夠鎮靜安神的中藥如百合等來做藥食。假如有血管病變，或者血脂增高，可用山楂、文山三七，羅布麻都有活血通絡，降壓清脂的作用。用藥材來做養生的食品，應當注意和個人的身體狀況相適應。

伴隨著健康服務產業的發展，中藥在預防保健上大有作為。讓過去有了病到醫院去吃藥，變成日常生活注意飲食結構的改變，把一些具有調理作用的藥材用到日常生活當中，不失為養生的好辦法。

◎本篇摘錄於網址：<https://kknews.cc/health/514gk.html>。

喝咖啡強化記憶、預防心血管疾病～中醫盤點 8 大養生功效

【華人健康網 記者黃曼瑩／台北報導】 2019 年 5 月 9 日 09:45

（關鍵字：記憶，咖啡因，上班族，咖啡，心血管，林名育）

上班族可以一天不吃肉，但是，有的人不能一天不喝咖啡。咖啡幾乎被當成提神醒腦的能量飲，每天喝好幾杯的大有人在，咖啡儼然成為不可抗拒的黑金勢力！但是，人人都適合這樣牛飲咖啡嗎？咖啡是屬於寒涼或燥熱的飲料？中醫看喝咖啡除了有助提神醒腦、強化記憶、預防心血管疾病之外，還有什麼養生好處？來聽聽中醫師怎麼說。

咖啡屬性「寒涼」或「燥熱」？中醫師解答

先以中醫理論來看咖啡的屬性，到底是寒涼？還是偏燥熱？網路上有一說，咖啡豆取自咖啡樹的果實，色紅赤屬火，入心，氣焦苦，併入大腸經。而尋找中國傳統典籍發現，根據中醫藥研究著作《中華本草》定義咖啡為味微苦、澀，性平。但是，依據咖啡豆不同的烘培方法、溫度，甚至加冰水成為冰咖啡或加熱成為熱咖啡，綜合這一些因素影響，咖啡的屬性也會跟著不同。所以，很難驟然下定論咖啡或「寒涼」或「燥熱」。

咖啡成分多，咖啡因、綠原酸能對抗慢性發炎因子

在每天適量喝咖啡的情況下，到底有什麼健康好處？咖啡含有千種以上複雜內含物，除了咖啡因外，其他如酚類化合物，包含綠原酸、咖啡酸和內酯類，二萜包含咖啡醇和咖啡豆醇，菸鹼酸及其前趨物葫蘆巴鹼等。其中咖啡因、綠原酸及咖啡豆醇，可以對抗部份疾病的慢性發炎因子，延緩老化，因此，除了上班族，也可以看到不少老年人也慢慢嘗試喝咖啡。而咖啡酸具有抑制細胞分裂、加速癌細胞死亡的作用，以及二萜之咖啡醇和咖啡豆醇，也有抗癌特性。

【中醫看喝咖啡 8 大養生好處】

綜合以上咖啡所含的成分，以中醫角度來看咖啡，又有什麼養生功效？中醫師林名育特別整理以下 8 點喝咖啡的養生好處：

1. 提神醒腦強化記憶

咖啡因可刺激大腦中樞神經，使頭腦清醒、提高注意力，進而提升工作及學習效率。根據美國約翰霍普金斯大學(The Johns Hopkins University)在 2014 年發表的研究報告指出，喝咖啡之後的 24 小時，大腦記憶力明顯有所提升。

2. 強化筋骨提升運動效能

根據英國考夫垂大學 (Coventry University) 研究顯示，咖啡有助於減緩因老化而導致的肌力流失。刊登於《應用心理學期刊》(Journal of Applied Physiology) 的研究顯示，運動後如果喝咖啡和含有碳水化合物的飲料，可以補充肌肉能量。

3. 開胃助消化

咖啡因會刺激交感神經、刺激胃液分泌促進消化，以及促進腸胃激素、蠕動激素，使腸道加速通便，所以適度飲用咖啡，可當做快速通便劑。

4. 利尿消水腫

飲用咖啡可以提高排尿量、代謝水分，不過平日仍需注意水分的補充。

5. 預防心血管疾病

咖啡所含的亞油酸，有溶血及阻止血栓形成，預防心血管疾病的好處。

6. 緩解血管擴張性頭痛

咖啡因能增強血管收縮，促進血液循環，緩解血管擴張的頭痛，尤其是偏頭痛。

7. 放鬆情緒紓解壓力

適量飲用咖啡，可以幫助放鬆情緒，對於情緒低落、精神不佳而導致的氣鬱血瘀，具有紓解的效果。

8. 預防氣喘

咖啡會促進交感神經興奮、抑制副交感神經作用，可使氣喘避免因副交感神經興奮而發作。從中醫看，因為咖啡入心脾，心主血、脾統血，心肺氣血充盈，有緩和氣喘的效果。

衛福部建議咖啡因每日攝取：勿超過 300 毫克

根據國內衛福部建議，每天的咖啡因攝取量建議上限是 300 毫克。目前咖啡因的攝取來源主要包括：茶、可樂、巧克力、提神飲料、咖啡等，而一杯現煮咖啡（約 150CC~180CC 左右，咖啡粉約 10g~12g）的咖啡因含量大約是 95 毫克。食藥署已訂定法規，要求業者應當標示咖啡因含量，讓消費者可以依照需求選擇。

每個人身體對於咖啡因的容受度都不同，攝取過量的咖啡因，會使人出現心悸、焦躁不安、失眠、頭痛等大小不一的症狀。長期飲用含有咖啡因的飲料，也容易產生心理依賴，當停用咖啡因時，則有可能會出現戒斷症狀。提醒，年長、有慢性疾病、身體虛弱的朋友，飲用咖啡要特別注意，因為咖啡的優點是促進身體循環，對身體也是一種刺激，究竟能不能喝、可以喝多少，建議諮詢醫師，讓醫師協助把關。

◎本篇摘錄自華人健康網站，網址：<https://www.top1health.com/Article/75056>。

久坐不動傷「心」 按摩 2 穴位護心

天氣一冷，許多民眾喜歡久坐不動，但你知道久坐也會導致心血管疾病嗎？久坐不動時，新陳代謝會下降，這時容易造成人體血管收縮，血液循環變差，進而誘發心血管疾病發作的風險。中醫師表示，民眾不妨透過穴位按摩，來促進末梢血液循環，保護心血管。



冬天是心血管疾病的好發季節。

一般來說，患有高血脂的民眾是心血管疾病的高危險群，根據中華民國心臟學會指出，台灣每 10 個人就有 1 個人罹患高血脂症，而且還有年輕化的趨勢，由於初期症狀並不明顯，因此常常容易輕忽，事實上，高血脂可以透過健康的飲食生活習慣，達到預防效果。

中醫師陳潮宗指出，一般中醫治療心血管疾病，除了常見的食療、藥膳外，也會利用其他方式來改善末梢血液循環問題，包括藉由穴位按摩，對於心血管疾病也是具有保護效果。以下為中醫師陳潮宗提供的保護心血管的穴位按摩方式，大家不妨試試：

【保護心血管穴位按摩】：

1. 勞宮穴

位置：位於手掌心。握拳時，中指和無名指指尖所著之中間處。

按摩方式：手拇指指尖，往掌肉裡按揉，每按 30 秒休息 5 秒，左右手各交替按摩 5 次。

保健功效：活血寧心，幫助血液循環，強化心臟功能，改善胸悶、心痛等症狀。



按摩勞宮穴可以改善胸悶、心痛等症狀。（攝影／賴羿舟）

2. 曲澤穴

位置：肘部橫紋中間，微微彎曲肘關節，感覺到脈搏跳動的位置處。

按摩方式：以大拇指指腹按壓穴道，力道由輕到重，持續按壓 5 分鐘即可。

保健功效：具有疏通心絡、止痛止瀉的作用，適合用來治療心血管方面的疾病，也可以治療因為心火上升引起的心痛、心悸。



按摩曲澤穴可以幫助舒緩心痛、心悸。（攝影／賴羿舟）

【中醫師小叮嚀】：

穴位按摩是以輕壓的方式刺激穴道，應避免用力過度而造成傷害，保護心血管除了透過穴位按壓的方式來舒緩症狀外，還可以進行一些適量的運動，幫助增加血液循環、刺激體內新陳代謝，但是運動切勿過量，以免增加心血管疾病的發作。

通訊學分

面對武漢肺炎中醫的策略

作者：黃上邦醫師/上祐中醫診所

面對武漢肺炎日益嚴峻的疫情，我們整理了來自大陸第一線臨床中醫面對患者所開出的處方加以增補其主治內容，方便會員先進在未來面對具有類似症狀的患者時，能更有效的拒敵於外，礙於篇幅，並未將臨床醫師隨病札記附上，但是相信以台灣中醫師的水準應該能夠精準掌握處方要義，況且中醫所謂三因制宜，病毒到了熱帶氣候的台灣所表現的症候應該也會與大陸地區有所不同，凡諸此類時實有賴我先進同道參酌指正。

一、發熱無汗而喘 麻黃湯《傷寒論》

組成：麻黃 9 克、桂枝 6 克、杏仁 12 克、炙甘草 6 克

功用：發汗解表，宣肺平喘。

主治：外感風寒。惡寒發熱，頭痛身疼，無汗而喘，舌苔薄白，脈浮緊。

二、發熱有汗惡風 桂枝湯《傷寒論》

組成：桂枝 9 克、芍藥 6 克、炙甘草 6 克、生薑 6 克（切）、大棗 12 枚

功用：解肌發表，調和營衛。

主治：外感風寒。頭痛發熱，汗出惡風，鼻鳴乾嘔，苔白不渴，脈浮緩或浮弱者。

三、發熱頭痛頸背強直 葛根湯《傷寒論》

組成：葛根 12 克、麻黃 9 克、桂枝 6 克、生薑 9 克（切）、炙甘草 6 克、芍藥 6 克、大棗 6 枚

主證：太陽病，項背強几几、無汗、惡風，葛根湯主之。有發汗解毒，升津舒筋之功用。

功用：發汗解表，升津舒筋。

主治：外感風寒表實，項背強，無汗惡風，或自下利，或血衄；瘧病，氣上沖胸，口噤不語，無汗，小便少，或卒倒僵仆。

1. 治太陽病，項背強几几，無汗惡風。

2. 亦治太陽陽明合病下利。

3. 現用於感冒、流行性感、麻疹、痢疾以及關節痛等病症。

四、發熱頭痛項強口苦 九味羌活湯《此事難知》

組成：羌活 6 克、防風 6 克、蒼朮 6 克、細辛 2 克、川芎 3 克、白芷 3 克、生地 3 克、黃芩 3 克、甘草 3 克

五、發熱肢痛微嘔口苦 柴胡桂枝湯《傷寒論》

組成：桂枝 4.5 克、黃芩 4.5 克、芍藥 4.5 克、人蔘 4.5 克、炙甘草 3 克、半夏 6 克、大棗 6 枚、生薑 4.5 克、柴胡 12 克

功用：發汗祛濕，兼清裡熱。

主治：外感風寒濕邪。惡寒發熱，肌表無汗，頭痛項強，肢體痠楚疼痛，口苦而渴，舌苔白，脈浮。

六、發熱心悸小便不利或腫 真武湯《傷寒論》

組成：茯苓 9 克、白朮 6 克、白芍 9 克、制附子 9 克、生薑 9 克（切）

功用：溫陽利水。

主治：

1. 脾腎陽虛，水氣內停。小便不利，四肢沉重疼痛，腹痛下利，或肢體浮腫，苔白不渴，脈沉。
2. 太陽病。發汗，汗出不解，其人仍發熱，心下悸，頭眩，身動，振振欲擗地。

七、發熱特別怕冷想睡覺 麻黃附子細辛湯《傷寒論》

組成：麻黃 9 克、制附子 15 克、細辛 6 克

功用：助陽解表。

主治：素體陽虛，外感風寒，無汗惡寒，發熱蜷臥，苔白，脈反沉者。

八、發熱咳嗽白痰有泡沫 小青龍湯《傷寒論》

組成：麻黃 10 克、芍藥 10 克、細辛 6 克、乾薑 15 克、甘草 10 克、桂枝 10 克、五味子 6 克、半夏 15 克

功用：解表蠲飲，止咳平喘。

主治：風寒外傷，水飲內停。惡寒發熱，無汗，喘咳，痰多而稀，或痰飲咳喘，不得平臥，或身體疼重，頭面四肢浮腫，舌苔白滑，脈浮者。

九、發熱無汗煩躁而喘 大青龍湯《傷寒論》

組成：麻黃 10 克、炙甘草 6 克、石膏 30 克、生薑 9 克、大棗 15 克、桂枝 6 克、杏仁 9 克

功用：發汗解表，兼清鬱熱。

主治：外感風寒，兼有里熱，惡寒發熱，身疼痛，無汗煩躁，脈浮緊。亦治溢飲，見上述症狀而兼喘咳面浮者。

十、發熱口渴咳逆氣急 麻杏石甘湯《傷寒論》

組成：麻黃 10 克、杏仁 10 克、甘草 5 克、石膏 24 克

功用：宣肺泄熱，止咳平喘。

主治：外感風寒、肺熱壅盛證。身熱不解，喘逆氣急甚，或鼻翼煽動，口渴，舌苔薄黃，脈浮滑而數。

十一、發熱咽痛舌尖紅 銀翹散《溫病條辨》

組成：金銀花 30 克、連翹 30 克、桔梗 15 克、竹葉 12 克、荊芥 18 克、牛蒡子 18 克、淡豆豉 15 克、薄荷 18 克、甘草 9 克、蘆根 30 克

功用：辛涼透表，清熱解毒。

主治：溫病出起。發熱無汗，或有汗不暢，微惡風寒，頭痛口渴，咳嗽咽痛，舌尖紅，苔薄白或薄黃，脈浮數。

十二、發熱鼻乾眼眶痛 柴葛解肌湯《傷寒六書》

組成：柴胡 6 克、葛根 9 克、黃芩 6 克、芍藥 6 克、桔梗 3 克、甘草 3 克、生薑 3 片（切）、大棗 2 枚、白芷 3 克、羌活 3 克、石膏 5 克

功用：解飢清熱。

主治：感冒風寒，鬱而化熱。惡寒漸輕，身熱增盛，無汗頭痛，目疼鼻乾，心煩不眠，眼眶痛，脈來微洪者。

十三、憎寒壯熱、身痛無汗 人參敗毒散《小兒藥證直訣》

組成：人參 10 克、柴胡 10 克、前胡 10 克、川芎 10 克、枳殼 10 克、羌活 10 克、獨活 10 克、茯苓 10 克、桔梗 10 克 甘草 6 克，薄荷、生薑少許。

功用：發汗解表、散風祛濕、益氣扶正。

主治：正氣不足，外感風寒濕表證。憎寒壯熱、頭項強痛、肢體痠痛無汗、鼻塞聲重、咳嗽痰白、胸膈痞滿、舌苔白膩、脈浮濡或浮數而重按無力者。

十四、憎寒壯熱、舌紅苔垢膩如積粉 達原飲《瘟疫論》

組成：檳榔 15-20 克、厚朴 10-15 克、草果仁 10-15 克、知母 10-15 克、白芍 10-20 克、黃芩 10-15 克、甘草 5 克

功用：開達膜原，辟穢化濁。

主治：溫疫初起，憎寒發熱，漸至但熱無寒，晝夜發熱，日晡益甚，頭身疼痛，脈數舌紅，苔白厚如積粉。現用於瘧疾、消化道蟲積濕阻，以及濕遏熱伏等熱性病。

十五、寒熱往來，口苦口乾 小柴胡湯《傷寒論》

組成：柴胡 24 克、黃芩 9 克、人參 9 克、甘草 9 克、生薑 15 克、大棗 12 枚、半夏 12 克

功用：和解少陽。

主治：

傷寒少陽證。往來寒熱，胸脅苦滿，嘿嘿不欲飲食，心煩喜嘔，口苦，咽乾，目眩，舌苔薄白，脈弦者。

婦人傷寒，熱入血室，以及瘧疾、黃疸與內傷雜病而見少陽證者。

十六、寒熱往來，胸脅苦滿，便秘 大柴胡湯《傷寒論》

組成：柴胡 40 克、黃芩 15 克、白芍 15 克、半夏 10 克、枳實 10 克、大黃 10 克、生薑 15 克、大棗 12 克

功用：外解表邪，內通裡實。

主治：少陽，陽明合病，往來寒熱，胸脅苦滿，嘔不止，口苦，鬱鬱微煩，心下滿痛或痞硬，大便不解或協熱下利，舌苔黃厚，脈弦有力。

十七、發熱惡寒、腹脹便秘厚樸 七物湯《金匱要略》

組成：厚樸 15 克、甘草 9 克、大黃 9 克、桂枝 6 克、枳實 9 克、大棗 4 個、生薑 12 克

功用：解肌散寒，和胃瀉腸。

主治：

1、太陽中風證與陽明熱證相兼。症見腹滿，腹痛，大便硬或不大便，飲食尚可，發熱，惡風寒，汗出，脈浮數。

2、陽明腸胃寒證。症見腹滿，腹痛，且以脹為主，大便不暢，舌淡，脈沉（此即寒多者加生薑至半斤）。

十八、憎寒壯熱、口苦便秘 防風通聖散《宣明方論》

組成：防風 15 克、荊芥 15 克、連翹 15 克、薄荷 15 克、川芎 15 克、當歸 15 克、炒白芍 15 克、白朮 15 克、梔子 15 克、石膏 30 克、大黃 15 克、芒硝 15 克、黃芩 30 克、甘草 60 克、滑石 90 克、麻黃 15 克、桔梗 30 克

功用：發汗達表，疏風退熱。

主治：風熱鬱結，氣血蘊滯證。憎寒壯熱無汗，口苦咽乾，二便秘澀，舌苔黃膩，脈數。

十九、頭痛身痛、午後發熱 三仁湯《溫病條辨》

組成：杏仁 15 克、滑石 18 克、白通草 6 克、白蔻仁 6 克、竹葉 6 克 厚樸 6 克、生薏苡仁 18 克、半夏 10 克

功用：宣暢氣機，清利濕熱。

主治：濕溫初起及暑溫夾濕，邪在氣分。頭痛惡寒，身重疼痛，面色淡黃，胸悶不饑，午後身熱，舌白不渴，脈弦細而濡等。

二十、發熱惡寒、肢體困倦，胸悶口膩 藿朴夏苓湯《醫原》

組成：藿香 6 克、半夏 6 克、赤苓 9 克、杏仁 9 克、生薏苡仁 12 克、白蔻仁 3 克、通草 3 克、豬苓 9 克、淡豆豉 9 克、澤瀉 4.5 克、厚朴 3 克

功用：理氣化溫，疏表和中。

主治：濕溫初起，惡寒無汗，身熱不揚，肢體困倦，肌肉煩疼，面色垢膩，口不渴或渴不欲飲，胸次痞悶，大便溏而不爽，舌苔白滑或膩，脈濡緩或沉細似伏。

二十一、發熱身痛、汗出熱解 黃芩滑石湯《溫病條辨》

組成：黃芩 9 克、滑石 9 克、茯苓皮 9 克、豬苓 9 克、大腹皮 6 克、白蔻仁 3 克、通草 3 克

功用：清熱利濕。

主治：濕溫病，身疼痛，口不渴，或渴不多飲，汗出熱解，繼而復熱，舌苔淡黃而滑，脈緩。

二十二、發熱困倦、或咽痛、或吐瀉 甘露消毒丹《溫熱經緯》

組成：滑石 30 克、茵陳 24 克、黃芩 20 克、石菖蒲 12 克、川貝母 10 克、木通 10 克、藿香 10 克、射干 10 克、連翹 10 克、薄荷 10 克、白豆蔻 10 克

功用：利濕化濁，清熱解毒。

主治：濕溫、時疫，邪在氣分。發熱困倦，胸悶腹脹，肢酸咽腫，身黃，頤腫口渴，小便短赤，吐瀉，淋濁，舌苔淡白或厚膩或乾黃者。

二十三、發熱惡寒、胸悶腹脹、上吐下瀉 藿香正氣散《太平惠民和劑局方》

組成：藿香 10 克、紫蘇 10 克、白芷 10 克、大腹皮 15 克、茯苓 15 克、白朮 10 克、半夏 12 克、陳皮 10 克、厚朴 12 克、桔梗 10 克、甘草 3 克，生薑、大棗少許。》

功用：解表化濕，理氣和中。

主治：外感風寒，內傷濕滯。霍亂吐瀉，發熱惡寒，頭痛，胸膈滿悶，脘腹疼痛，舌苔白膩，以及山嵐瘴癘等。

二十四、身熱心煩、胸悶、失眠 梔子豉湯《傷寒論》

組成：梔子 10 克，香豆豉 10 克

功用：清熱除煩。

主治：發汗吐下後，餘熱鬱于胸膈，身熱懊惱，虛煩不得眠，胸脘痞悶，按之軟而不痛，嘈雜似飢，但不欲食，舌質紅，苔微黃，脈數。

二十五、身熱多汗、心胸煩悶、口渴喜飲 竹葉石膏湯《傷寒論》

組成：竹葉 6 克、洗石膏 50 克、半夏 9 克、炙甘草 6 克、麥冬 20 克（去芯）、人蔘 6 克、粳米 10 克

功用：清熱生津，益氣和胃。

主治：傷寒、溫熱、暑病之後，餘熱未清，氣津兩傷。身熱多汗，心胸煩悶，氣逆欲嘔，口乾喜飲，或虛煩不寐，脈虛數，舌紅苔少。

二十六、胸膈煩熱、面赤脣焦，煩躁口渴 涼膈散《太平惠民和劑局方》

組成：大黃 60 克、芒硝 60 克、甘草 60 克、梔子 30 克、黃芩 30 克、連翹 120 克，竹葉 60 克、酌情加蜂蜜

功用：瀉火通便，清上泄下。

主治：上中二焦邪鬱生熱，胸膈熱聚。證見身熱口渴，面赤唇焦，胸膈煩熱，口舌生瘡，或咽痛吐衄，便秘溲赤，或大便不暢，舌紅苔黃，脈滑數。

二十七、夜熱早涼、熱退無汗 青蒿鱉甲湯《溫病條辨》

組成：青蒿 15 克、鱉甲 15 克、生地黃 12 克、知母 9 克、牡丹皮 9 克

功用：養陰透熱。

主治：溫病後期，陰液耗傷，邪伏陰分。夜熱早涼，熱退無汗，舌紅苔少，脈來細數。

二十八、面紅、四肢冷、拉肚子、脈很弱 白通湯《傷寒論》

組成：蔥白 4 莖，乾薑 5 克，制附子 15 克

功用：破陰回陽，宣通上下。

主治：少陰病，下利，四肢厥逆，面赤脈微之戴陽證。

二十九、出冷汗、或喘急、或呼吸微弱、脈微弱 參附湯《正體類要》

組成：人參 10 克、制附子 10 克

功用：回陽，益氣，救脫。

主治：元氣大虧，陽氣暴脫，汗出粘冷，四肢不溫，呼吸微弱，或上氣喘急，或大便自利，或臍腹疼痛，面色蒼白，脈微欲絕。現用於心力衰竭見有上述症狀者。

三十、安宮牛黃丸《溫病條辨》

組成：牛黃 60 克(1 兩) 鬱金 60 克(1 兩) 黃連 60 克(1 兩) 黃芩 60 克(1 兩) 梔子 60 克(1 兩) 犀角 60 克(1 兩) 雄黃 60 克(1 兩) 麝香 15 克(2.5 錢) 梅片 15 克(2.5 錢) 硃砂 60 克(1 兩) 珍珠 30 克(5 錢) 金箔為衣 60 克(1 兩) 共研為極細末，煉蜜為丸，每丸 3 克，金箔為衣，蠟護。脈虛者人參湯下。脈實者銀花薄荷湯下，每服一丸。大人病重體實者，日再服，甚者日三服，小兒服半丸，不知，再服半丸。

功用：清熱解毒，豁痰開竅。

主治：溫熱病，熱邪內陷心包，痰熱壅閉心竅，高熱煩躁，神昏譫語，或舌蹇肢厥，或下利脈實，以及中風竅閉，小兒驚厥屬痰熱內閉心竅者。

最後在附上溫病學中有關瘟疫的一些證型，一併請先進們卓參，希望我們能攜手對抗這次疫情，也能展現中醫在治病方面的成效。

(一) 邪遏膜原

證候：初起憎寒壯熱，嗣後但熱不寒，晝夜發熱，日晡益甚，頭痛身痛，其脈不浮不沉而數，苔白如積粉，舌質紅絳。

治法：本證既為濕熱穢濁相搏，故治宜達原飲透達鬱遏之邪。

方劑：達原飲(瘟疫論)

檳榔二錢，厚朴一錢，草果一錢，知母一錢，芍藥一錢，黃芩一錢，甘草五分。
上用水二盅，煎八分，午後溫服。

(二) 邪傳陽明

1. 陽明氣熱

證候：壯熱口渴，大汗出，舌苔黃，脈洪數。

治法：治以白虎湯，清泄陽明之熱。

方劑：白虎湯(方見風溫章)

2. 熱結胃腑

證候：煩渴身熱，午後附加，煩燥熱盛，鼻如烟煤，通舌變黑生刺等。

治法：本證為大熱大實之候，病情急劇，治療宜用大承氣湯急下熱實，以救將竭之陰。

方劑：大承氣湯(引瘟疫論) 大黃五錢，厚朴一錢，枳實一錢，芒硝三錢。

水薑煎服，弱人減半，邪微者各復減半。



【測驗題】

1. () 身熱多汗、心胸煩熱，氣逆欲嘔，氣短神疲，舌紅少苔，脈虛數，宜使用竹葉石膏湯。
2. () 甘露消毒丹用於風熱鬱結，氣滯蘊滯證，臨床套用以憎寒壯熱無汗，口苦咽乾，二便秘澀，舌苔黃膩，脈數為辨證要點。
3. () 外感風寒，頭痛發熱，汗出惡風，鼻鳴乾嘔，苔白不渴，脈浮緩或浮弱者，宜使用白通湯。
4. () 依《金匱要略》述：「病腹滿，發熱十日，脈浮而數，飲食如故」，最適宜使用厚朴七物湯。
5. () 銀翹散辨證要點為發熱無汗，或有汗不暢，微惡風寒，頭痛口渴，咳嗽咽痛，舌尖紅，苔薄白或薄黃，脈浮數。

申請通訊積分(2 點)

期別：雲中醫話 第 109-01 期

(積分生效日:109/04/10)

申請人：

身分證字號：

中醫師證書字號:台中字第 號

院所名稱：

聯絡電話：

地址：

隸屬公會： 中醫師公會

劃撥日期： 年 月 日

◎注意事項：

(1) 欲申請繼續教育積分(2 點)之中醫師，請繳交費用 200 元(請利用郵局劃撥方式繳費，並於空白處註記：申請人姓名及期別)，以利核對。

◆郵政劃撥帳號：22347255

◆戶名：雲林縣中醫師公會 黃上邦

(2) 試題作答請上網或以手機掃描以下 QR Code 填寫資料，網址：

<https://reurl.cc/NjA2Dm>，或填妥雜誌試題答案傳真或郵寄至本會即可。

電話：05-5354088

傳真：05-5332336

聯絡人：江小組

(3) 本期學分申請截止收件至 109/05/15 止。

