

# 中醫扶正氣 顧本養身好寬心

文／吳秋瓊 諮詢／台北市立聯合醫院林森中醫昆明院區許中華院長



圖片提供／台北市立聯合醫院林森中醫昆明院區許中華院長

相對於西醫有聽診器、電腦斷層、核磁共振等高科技儀器協助診斷，傳統中醫僅依靠三根手指頭來把脈，就能看出人體內五臟六腑和氣血生理等變化，面對各種疾病，中西醫整合醫學又是如何分工與合作？中醫在現代醫學又扮演著何種角色？



從小生長在中醫家庭，本身是中西醫整合專科醫師，現任台北市立聯合醫院林森中醫昆明院區許中華院長表示，中醫是扶正的角色。

扶正，是中醫的名詞，一般而言，在正常的情況下，人體、臟腑、外在環境之間必須維持平衡，但是這種平衡被打破，發生異常，人體又不能自行恢復，就會產生疾病，而破壞平衡的原因，就稱為病因。

### 中西醫共治 治標也顧本

以癌症為例，癌細胞是由正常細胞轉化而來，許中華院長表示，假使以土石流來打比喻，就是身體已經累積了許多難以負荷的壓力（病因），就像土石流發生的原因，或許是水土保持沒有做好，發生土石流之前，一定先有小坍方或落石，換言之，人體的每一次生病，都是一個警訊。

中醫的治療策略是客制化，不同的病人就有不同的體質、生活型態、環境因素等，中醫藉由不同的調理方式，讓病人的身心達到平衡，這即是廣義的扶正的概念，不只是吃中藥，而是讓身心都得到和諧。

舉例來說，當一個癌症病人接受西醫化學治療的階段，此時中醫介入的意義，就是降低化療產生的副作用，緩解不適，保護身體功能，恢復體力，廣義來說，就是提升正氣。中醫說「正

氣內存，邪不可干」、「邪之所奏、其氣必虛」，正氣是本，邪氣是標，中醫強調扶正固本，西醫療法長於驅邪，中西醫整合醫療的目的，就是進可攻退可守，讓病人有足夠的體能去面對治療。

中醫治癌，是許中華院長的專長，不僅寫書勉勵病友，成立全國首創「中醫癌症關懷病友會」，希望增強病人的抗癌信心，不僅陪伴病人抗癌，更是病人及家屬的心靈依靠。

許中華院長強調，人的身體長出有形的癌症，可以用中西醫共治來解決，但是病人的內心還藏著復發的恐懼，這種無形的癌症，必須用「寬心」來醫治，這也是成立病友會的初衷。





台灣話形容人對未知的恐懼，會說「嚇都嚇死」，意思就是起煩惱心，這種煩惱不解除，時間久了，就會引起心理上的憂鬱或恐慌。成立病友會就是希望藉由這種活動，勉勵病友把「復發」視為平常。許中華院長認為，「與癌共存」，不能只是口號，而是真心去接納身體裡有「障礙」，更重要的是與障礙和平相處，簡單來說，就是改變以往的生活型態，避免會觸發癌細胞生長的飲食、作息，保持心情平靜。

### 五臟六腑 對應十二經脈

相對於西醫會分科治療，中醫治病，則是從經脈對應臟腑。與五臟對應的經脈稱為陰經，分布於四肢內側和胸腹，與六腑對應的經脈稱為陽經，分布於四肢外側和頭面、軀幹，兩者合稱為十二經脈。

中醫所稱的臟腑，就是一般人所知的五臟六腑。根據《素問·五臟論篇》所述，「五臟」是指人體內的肝、心、脾、肺、腎，「六腑」是膽、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦。「臟象學說」認為五臟是人體生命活動的核心，所有精神意識的活動都分屬於五臟，加上六腑配合，才能構成人體的完整運作系統。因此，中醫看診時，不只是看疾病，而是看病人與身體的對應關係，所謂健康，是指協調。

**中西醫共治**，是現今癌症治療的主流趨勢，以中醫來輔佐西醫，在防治

復發有幾項優勢，經由把脈可以發現「癌化症候」，從而採取「治未病」的防範措施。

「治未病」，是指在疾病發生之前就發現，唐代大醫家孫思邈把疾病分為「未病」、「欲病」、「已病」三個層次，其中最推崇「消未起之患，治未病之疾、醫之於無事之前」，以現代醫學來說，就是預防醫學的概念。

許中華醫師指出，癌症治療有「攻」「守」兩大方向。「攻」就是「祛邪」，以手術、放射治療、化學藥物來消除癌細胞。「守」則是「扶正」，是中醫治療癌症的精髓，這是運用補益的藥物來調節病患的營養，除了降低癌症治療的副作用，減緩痛苦，更能增強免疫力，控制癌細胞的增長，從而防止復發的風險。

### 痛覺別忽視 是身體發出警訊

傳統中醫認為，頭部是「諸陽之會」，尤其有一處「百會穴」，是人體全身氣流交會的所在，疏通頭部精氣，有助於緩解病患的各種病症，因此，面對有頭痛症狀的病人，並不會只看頭痛，而是去看相關聯的臟腑，找出真正的病因，再從經脈去對應臟腑、找到病症的源頭。

許中華院長表示，在此之前，也會先了解病人是否有「器質性」的病因，例如腫瘤、血管病變、外傷等，



頭痛是外顯的症狀，但必須找到根源，才能對症下藥。

「器質性」疾病，是指多種原因引起的器官或組織系統發生的疾病，通常會造成永久性損害。與「器質性」相對的是「功能性」，兩者最大的不同就是，「器質性」疾病可以經由檢查得知，但有些影響「功能性」，卻檢查不出確切原因的疾病，頭痛即是常見的一種症狀。

以中醫來解釋，「功能性」病變，是指經脈；「器質性」病變，則是指臟腑。經脈病不治療就會進入臟腑，引起器質性病變。

「百會穴」位於頭頂正中央，從兩耳延伸到頭頂畫一條線，再從兩眉中央往頭頂畫一條線，兩條線的交接點就是百會穴。

許中華醫師指出，頭痛是許多人的困擾，但也相對容易輕忽，主要是每個人對於痛覺的耐受度不同。倘若經由電腦斷層或核磁共振檢查都無法找出病因，就有可能是「心因性」引起，換言之，可能是生活習慣、壓力大、飲食不節制、喝冰水，夏天進出冷氣房溫差過大，都會引發頭痛。

許中華院長強調：痛覺，不是壞事，像是警報系統，提醒人們要開始重視身體的警訊。

## 全人照顧 中醫來實踐

本身是虔誠佛教徒，許中華院長信奉觀世音菩薩，但是治療病人的時候，很少提及宗教信仰，僅以中醫語言融入佛法的概念，例如致病是因，症狀就是果。台灣俗諺說「先生(醫師)緣，主人(病人)福」，意思就是說，遇到投緣的醫師，是病人的福氣。所謂投緣，其實是指對醫師產生信賴感，因此醫師交代的話，病人聽得進去，也願意照著做，該吃藥，該運動，該回診，都願意配合，自然病症就能緩解。即使不主動談佛法，許中華院長的診間，還是掛著一幅觀世音菩薩的畫像，成立「寬心病友會」，帶著病人一起念「懺悔文」，至今約有一千多名病友及家屬信奉佛法。

許中華院長謙稱，這不是醫師的功勞，因為人在生病的時候，尤其需要信仰的支持。除了病友會一起讀經文，目前林森中醫昆明院區還成立「中西醫整合癌症諮詢中心」，以一站式服務，提供癌症病人完整及持續的中西醫整合照護，除了提供醫療、營養、心靈各方面免費諮詢衛教服務，培養正確的就醫觀念，更希望病人及家屬可以安心就診，免去多科別往返的辛勞。

中醫全人照顧的理念，在這裡不是實驗，而是實踐！🌿

