

# 清晨爽利

播出時間：星期一至五早上 5:00 — 6:30 香港電台一、五台 聯播

星期六早上 5:00 — 6:30 香港電台第五台播出

環節：健健康康在清晨

主持：錢佩卿

嘉賓主持：崔紹漢博士 (中大臨床生化博士, 浸會大學中醫學博士)

\*此環節逢星期二早上 6:00 新聞後播出

中醫養生金句之症狀鑑別篇(下)

身體毛病有信號

及早察覺防治好(19) (27/06/2023)

六問胸(1)

中醫所指的胸，即兩乳連線中點(膻中穴)之上的部位，包括肝經循經之脅部(乳下兩旁至肋骨盡處)。胸、腹部是臟腑所在，所以問病人胸腹情況，是要了解部位所屬，有何不適，以便推測病在何處。

胸屬上焦[中醫把人體上中下分為三個部份，即上焦、中焦和下焦，合稱三焦，屬六腑之一。三焦的具體概念不能單純完全用現代醫學的概念去理解。《難經》提出它實際「有名而無形。」不過，它的主要生理功能卻是十分明確，一是通行元氣，二是通行水道(運河)]包藏着心、肺兩臟，因而胸部疾病，多屬心肺疾患。通過分析胸部異常感覺，可以了解心、肺的病變。

胸部病變，中醫臨床上常見的症狀有胸痹、胸痛、胸悶、心中懊憹、心悸、心下悸、心下痞等。我們會選取一些較普遍的症狀，進行症狀鑒別的論述，先論胸痛。

## 胸痛 (1)

胸痛是指心、胸部疼痛為主的症狀。臨床涉及的疾病範圍相當廣泛，包括胸痹、心痛、真心痛、厥心痛、痰飲、肺癰、肺癆，以及急性熱病(如肺炎)均可出現胸痛症狀。往後選取以胸痛為主要臨床見症的疾病作論述，先談胸痹、心痛。

### 1. 胸痹

是指胸部悶痛，甚則胸痛徹背，短氣、喘息不得卧為主症的一種疾病。輕者僅感胸悶如窒，呼吸欠暢，重者則有胸痛，嚴重者心痛徹背，背痛徹心。可涉及現代醫學的心絞痛、冠心病、心包炎、胸膜炎、肋間神經痛等。

中醫認為本病的病因病機包括下列幾方面：

#### (1) 寒邪內侵

屬陽虛體質，胸陽不足，陰寒邪氣乘虛侵襲。寒主凝聚收引，寒凝氣滯、胸陽受阻，不通則痛。亦可因氣候突然變冷，寒凝心脈，不通則痛，所以冬天驟冷時心臟病的發病率顯著上升。

#### (2) 飲食不節

平素嗜煙酒，或好食肥甘厚味，損傷脾胃，脾虛失運，聚濕成痰，痰阻心脈致氣滯血瘀，心脈閉阻，不通則痛，相當於動脈粥樣硬化令冠狀動脈血流受阻。

#### (3) 情志失調

肝鬱氣滯，久則化火，煉液成痰；或肝氣過盛，木剋脾土，脾虛生痰；又或思慮過度傷脾而生痰。不論是氣滯或痰阻，均會化瘀，閉阻心脈，不通則痛。

#### (4) 年老體弱

人到中、老年，腎氣漸衰(相當於賀爾蒙失調)可出現腎陽虛或腎陰虛。陽虛者則心胸血脈失於溫運，不通則痛；腎陰虛者則失於濡養，不榮則痛，兩者均屬本虛，再結合寒凝、痰阻、氣滯、血瘀等標實因素，則更易發生本病。

引發胸痹的一個外在因素是寒邪入侵，阻遏胸陽，而天氣寒冷是一個重要的誘發因素。不過，不時看電影或收看古裝電視劇時，留意到唐朝女士的服裝流行高腰低胸，露出乳溝，非常性感。當然，所看到的大多是年青貌美的女士，心臟病患的發生率相對偏低，所以穿低胸衣服不擔心胸部受寒而誘發心臟病。其實古代的封建社會，女子三步不出閨門，為何服裝卻如此前衛大膽呢？

查看資料，原來唐朝女士穿衣由原先的「全身障蔽，不欲途路窺之」（《舊唐書·輿服志》）忽然改變成低胸露半乳，據說始自武則天。自她掌控了大唐政權後，女權有所提升，女性可以做以前只有男性才能做的事，包括當官、打馬球，甚至養小鮮肉，更可公開展示自己身體的美態。唐代詩僧寒山的一首五言古詩中有「粉胸半掩疑晴雪」的詩句，寫出了唐代女子半露騷胸的美態。身為男士面對如斯美態的女子，固然大飽眼福，不由得暗暗佩服武則天的敢作敢為。不如聽聽由吳若希主唱的電視劇《武則天》片尾曲《眼淚的秘密》吧！

### 花旗參田七燉烏雞 (1 人量)

材料：花旗參 10 克、田七 5 克、烏雞半隻。陽虛畏寒者可將花旗參易黨參 15 克或生曬參 10 克。

製法：洗淨材料，烏雞去皮，放入燉盅加清水 2 碗燉 3 小時，調味即可飲湯食肉。

功效：益氣養陰，活血止痛。