

# 清晨爽利

**播出時間:** 星期一至六早上 5:00 — 6:30 香港電台一、五台 聯播

**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**

中醫養生金句之逆齡生長篇

人生過半近黃昏

逆齡生長有可能(49)——「年輕 20 年」(30) (29/10/2024)

培育(5)

「逆齡生長」的論述已接近尾聲，本篇可能是最後的一、兩篇。筆者一直思考以甚麼題材做結尾呢？直至最近從美國回港，腦海中惦掛着一件事，就是 Leo 的健康問題。在上篇我已輕輕提過 Leo 近幾個月身體不適，但並無詳細交代，因為這是他的私隱，未徵得他的同意前，我不能隨便透露。不過，由於他的病情經歷充滿學術性、趣味性和啟發性，而且峯迴路轉，他的問題通過現代醫學的先進診斷技術，結合中醫藥的治療和調理，最終出現意想不到的結果。我覺得他的個案對中、西醫結合的思路有啟發作用，所以懷着戰戰兢兢的心情，在害怕傷害彼此友誼的矛盾心情下，鼓起勇氣，向他提出在這節目介紹其真實個案的請求。他的回覆令我喜出望外，除了直言不介意外，他也希望自己的經歷可以給其他人作為參考，並且十分樂意為中醫藥的推廣出一分力。筆者希望借助這平台，衷心向 Leo 無私的支持致敬！

Leo 透露在今年三月中發現聲音變沉，而且說話不久即變沙啞，由於當時正值春天，花粉紛飛，而他又患有鼻敏感，便以為是花粉症之類的問題。過了一個多月，情況未有好轉，他便向耳鼻喉專科求診。醫生用內窺鏡檢查後並未發現異常情況，只是聲帶附近組織可能有些水腫，認為是他一直服用的血壓藥引致，所以建議改服另一血壓藥，預計需時兩個月聲帶才會好轉。兩個月過去了，但情況依舊，聲帶未有好轉。耳鼻喉醫生約他跟進，但要排期到 9 月中才有空檔。

於是他只好和自己的家庭醫生商量，要求做一次頸部軟組織的電腦掃描，時為 8 月 2 日。由於他自己是醫護人員，入行幾十年主要負責 CT、MRI 等影像檢查 / 治療的操作，有豐富的相關經驗和認識，明白自己有需要接受這類掃描檢查，結果當天就進行了。

第二天 CT 報告出來了，結果顯示左側舌咽扁桃腺接連鼻竇及上腭部份有一軟組織病灶，體積約為 1.8 x 1.8 X 2.3 cm，附近淋巴正常。由於他是行內人，知道在這個位置的腫瘤，大部份都是壞東西！以前工作關係，接觸到數不清的病人個案，大都如是，因此有點忐忑不安。當時還有 10 天時間，各方朋友便會到達，開始千里共聚的盛會，為此 Leo 不得不暫時放下報告引發的陰影。

得知報告結果後，Leo 認為第一位耳鼻喉醫生可能疏忽了，再三思量後，決定找西雅圖最繁忙的耳鼻喉腫瘤科診所跟進。事有湊巧，8 月 13 日即我們抵達西雅圖當天，正是他約見專科醫生會診之時。他唯有事前通知我們，以免我們到步時主人家不知所蹤！因為有 CT 的報告，新的耳鼻喉腫瘤科檢查也詳細很多，可是當天仍未發現腫瘤。會診醫生認為可能是窺鏡的管未夠長，提議要全身麻醉，取組織(biopsy)化驗，並安排 8 月 28 日在醫院進行。

8 月 13 日傍晚，筆者與部份朋友在 Leo 家相聚，開心吃了第一晚的盛宴後，傾談間知道 Leo 的擔憂，筆者當然義不容辭，為他問診把脈。當時我根據望聞問切的資料，認為未必是惡性腫瘤，而有可能是中醫口頭常說的「痰火核」，是指頸部淋巴結 / 扁桃腺腫脹，多是由炎症引發，相當於中醫的「熱氣」。於是按臨床情況開了中藥方，並一起在他的中藥庫執藥。Leo 雖然半信半疑，但也別無選擇，自己親自煲藥，連續飲了 8 天藥。到取組織前 7 天要停用中藥，以免全身麻醉時出現不良反應。

8 月 28 日取組織手術後的第二天，Leo 聯絡上當天替他做手術的醫生，問及當天所見的腫瘤有多大。他期望飲了 8 天中藥後，腫瘤至少有點縮細。誰料醫生給他的電郵回覆竟然是沒有腫瘤，只剩幾毫米的薄扁桃腺組織。整體來說，腫瘤消失了，只留下扁桃腺體的殘餘組織。他覺得是奇蹟，但活檢的病理化驗還需一星期左右才有結果，陰影仍未完全消除。9 月 5 日活檢的報告終於出來了，結果正常，沒發現癌細胞，顯微鏡下只有良性的扁桃腺細胞。真是皆天歡喜！不只 Leo 和家人、我自己和所有同學都為此感恩！

究竟是否完全是中藥起的效，誰知曉！而且是單一個案，不能就此說明問題。但在整個過程中，Leo 就只是服了軟堅散結和活血化瘀的中藥，輔以補氣血的固本培元組合，很可能就此把那良性腫瘤消散了也不定！不過有一點可以肯定的，就是 Leo 積極面對困境的態度，他沒有逃避問題，而是努力尋求真相，這

是值得讚賞和學習的。

相識幾十年的老友，健康突然出現危機，身邊的親友也感同身受，願意分擔憂愁！蘇東坡有詞云：「人有悲歡離合，月有陰晴圓缺，此事古難全。但願人長久，千里共嬋娟。」謹以鄧麗君主唱的《但願人長久》(水調歌頭)祝願各位海內外的老朋友健健康康活在當下，逆齡生長。

## 化痰散結湯 (1 人量)

材料：夏枯草 15 克、浙貝 15 克或川貝 10 克、陳皮 5 克。

製法：洗淨材料，以清水 4 碗用猛火煲滾，改用細火煲 45 分鐘即成。

功效：夏枯草清火明目、散結消腫，浙貝清熱化痰、開鬱散結，川貝清熱化痰、散結消腫，陳皮理氣健脾、燥濕化痰；諸品相配有清熱化痰，散結消腫功效。

## 小貼士

筆者開給 Leo 服用的藥方，主要是採用軟堅散結的方法，屬中醫臨床常用治法中的消法。《黃帝內經》云：「堅者削之……結者散之……。」消法所治，主要是病在臟腑、經絡、肌肉之間，漸漸形成的堅固積聚病灶，尤其是氣血積聚而成之癥瘕痞塊、痰核瘰癧等，不可能即時消除，必須漸消緩散。

具有軟堅散結功效的中藥，多是鹹味藥，如海藻、牡蠣消散癭瘤，鱉甲、玄參軟堅消癥。此外，並非鹹味的常用藥如川貝、浙貝、夏枯草等都有散結消腫的作用。