中華醫藥
逢周一、周三、周五刊出
網址:http://www.takungpao.com
FAX:2572 5593
版權所有 翻印必究

專題：生蛇的中醫治理

本報記者 蔡淑芬

濕熱火毒發於肌膚
生蛇的中醫治理

帶狀疱疹俗稱為「生蛇」，由水痘—帶狀疱疹病毒所引起的水痘性疼痛性皮膚病，中醫稱纏腰火丹、蛇串瘡、蜘蛛瘡等，臨床表現為群集成簇性丘疱疹，水疱，多沿某一周圍神經分布，排列成帶狀，單側性，纍纍如串珠，有明顯神經痛為特點。

西醫治療常用抗病毒藥、免疫調節劑、神經營養劑、糖皮質激素和鎮靜止痛藥等；激光、窄譜紫外線局部照射、神經阻滯、微波、脈衝短波加脈衝電磁場與高電位療法聯合等物理治療對後遺神經痛有一定療效。

中醫學認為，帶狀疱疹是由於情志內傷，肝失條達，損傷脾氣，脾失健運，飲食失調，導致肝脾不和，氣滯濕鬱，化熱化火循經外發，濕熱毒火外傷於肌膚而致。初起多為濕熱困阻於肌膚；中期為濕毒火盛，灼傷肌膚；晚期為火熱傷陰，經絡阻滯，餘毒未盡。故在治療上應根據發病的不同時期辨證論治，同時結合疱疹發病的特點及患者個體因素綜合考慮。

中醫學認為本病因情志內傷，肝經氣鬱生火以致肝膽火盛；或因脾濕鬱久，濕熱內蘊，外感毒邪而發病。中醫藥治療包括中藥療法、針灸療法（刺絡放血、圍刺、火針、耳針）、針藥結合療法等，臨床效果顯著，毒副作用較低，為帶狀疱疹的恢復，控制病情及慢性疼痛，減少併發症的發生，作用顯著。

依辨證論治，分為三型施治：

1．熱盛型：

〔**主證**〕局部皮損鮮紅，疱壁緊張，灼熱刺痛。自覺口苦咽乾、口渴，煩悶易怒，食慾不佳。小便赤，大便乾或不爽。舌質紅，舌苔薄黃或黃厚，脈弦滑微數。

〔**辨證**〕肝膽熱盛，氣滯濕阻，兼感毒邪。

〔**治法**〕清利濕熱，解毒止痛。

〔**方藥**〕龍膽瀉肝湯加減。

2．濕盛型

〔**主證**〕皮膚顏色較淡，疱壁鬆弛，疼痛略輕，口不渴或渴而不欲飲，不思飲食，食後腹脹，大便時溏，女性患者常見白帶多。舌質淡體胖，舌苔白厚或白膩，脈沉緩或滑。

〔**辨證**〕脾失健運，蘊濕不化，兼感毒邪。

〔**治法**〕健脾利濕，佐以解毒。

〔**方藥**〕除濕胃苓湯加減。

3．氣滯血瘀型：

〔**主證**〕皮疹消退後局部疼痛不止。舌質暗，苔白，脈弦細。

〔**辨證**〕氣滯血瘀，餘毒未盡。

〔**治法**〕活血化瘀，行氣止痛，清解餘毒。

〔**方藥**〕活血散瘀湯加減。

中醫治療蛇串瘡的原則是祛濕清熱解毒，在身體壯實的情況下可服用龍膽瀉肝湯，因應病位加減用藥，病位在上半身頭面者着重疏風清熱，可加配野菊花、板藍根等清肝泄熱，病位在下半身者着重祛濕，可加蒼朮、黃柏等清熱利濕，水疱多者為濕重，可加土茯苓、薏苡仁等祛濕，同時避免抓破水疱。若蛇串瘡出現皮膚疼痛者，中醫治療從理氣止痛入手，可加丹參、延胡索、牡蠣等，也可加減方劑逍遙散，對病情超過一個月仍出現疼痛者要增加活血化瘀。

此外，中醫針刺療法有明顯的消炎止痛作用，對後遺神經痛亦有療效。根據「經之所過，病之所治」的原則選取經絡取穴針灸，可輔其不足，一方面能消除水疱與紅斑，一方面能防止帶狀疱疹消失後遺留的神經痛，且可縮短療程及無不良副作用。針灸對帶狀疱疹的療效除了迅速止痛外，可能尚與增強人體的抵抗力有關。

一般來說，帶狀疱疹的預後良好，針灸可繼續使用且效果很好。中醫藥治療期間不宜食辛辣食品和魚蝦蟹等動風發物（即引起過敏的食品）。

不論何種方法，帶狀疱疹的治療應掌握時機，越早治療效果越好。

中醫臨床文獻資料參考：

中藥外敷：

*用青黛散外用治療帶狀疱疹158例

青黛：冰片：雄黃=200：20：1比例將3味中藥磨成極細粉末，混勻製成「青黛散」，然後塗患處。總有效率95.57%。

*用麻油雙石膏治療帶狀疱疹98例

取鍛石膏粉、滑石粉各等分，加入適量麻油調製呈膏狀，將其塗敷於患處部位皮膚。總有效率98%。

*用雲南白藥加冰硼散調菜油外擦治療帶狀瘡疹30例

取冰硼散、雲南白藥粉劑，按2：1的比例加入適量的菜油調成糊狀，然後擦於皮損處。總有效率達100%。

抗毒茶防治：

材料：板藍根三十克或大青葉三十克

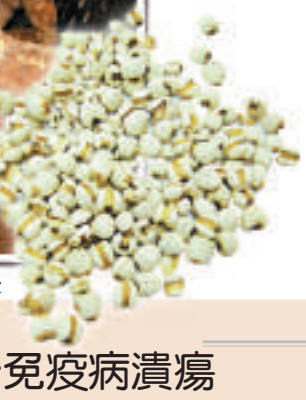
做法：以滾水沖泡，加蓋焗十五分鐘，當茶飲用。

功效：清熱解毒

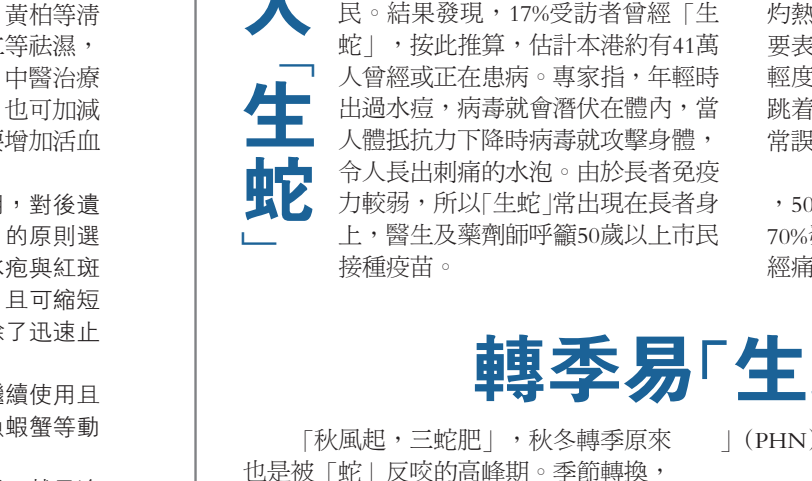
▲板藍根
►黃柏

野菊花

土茯苓



►薏米



▲帶狀疱疹的水疱纍纍如串珠
◄「生蛇」患者如纏腰火丹

港推算：41萬人「生蛇」

帶狀疱疹（「生蛇」）是臨床上較常見的急性疱疹樣皮膚病，由水痘、帶狀疱疹病毒所致。這種病毒是由呼吸道感染侵入體內，潛伏到脊神經後根神經節或其他發病部位的神經細胞中。這種病毒平時可以不發病，當機體免疫力下降時（例如：創傷、勞累、感冒、癌症、免疫系統疾病等等），潛伏的病毒就會大量繁殖，使神經節發炎、壞死，引起病人疼痛，同時病毒沿神經通路下傳，到該神經支配的區域引起節段性疱疹。

醫院藥劑師學會委託港大民意研究計劃訪問了2,024名51至80歲的市民。結果發現，17%受訪者曾經「生蛇」，按此推算，估計本港約有41萬人曾經或正在患病。專家指，年輕時出過水痘，病毒就會潛伏在體內，當人體抵抗力下降時病毒就攻擊身體，令人長出刺痛的水泡。由於長者免疫力較弱，所以「生蛇」常出現在長者身上，醫生及藥劑師呼籲50歲以上市民接種疫苗。

西醫：50歲後考慮接種疫苗

老人科專科醫生葉衛民表示，95%成年人均有「生蛇」風險，而且風險於50歲後大大增加；生過水痘後會有永久免疫力（不再出水痘），但「生蛇」就不會。

同時，每四位患者便有一位會出現併發症，約一半60歲以上患者會有後遺神經痛，一至兩成患者會出現俗稱「生蛇上眼」的症狀，其中多達72%患者會引發長期眼疾甚至失明，後果十分嚴重。

帶狀疱疹臨床多呈現數個簇集疱疹群，排列成帶狀，沿周圍神經分布，常呈單側性，一般不超過體表正中線，多呈不規則帶狀分布，常見於胸腹、腿、腰背及顏面部，局部皮膚有灼熱感，伴有神經痛。發病之初，主要表現為全身疲倦無力，食慾不振，輕度發燒，很快發病部位感覺灼熱，跳着疼痛。如果發生在胸部或腰部，常誤診為心臟病或急腹症等。

醫院藥劑師學會會長崔俊明表示，50歲以上人士接種疫苗，可能減少70%發病率，及可能有助降低後遺神經痛機會率67%。

轉季易「生蛇」

「秋風起，三蛇肥」，秋冬轉季原來也是被「蛇」反咬的高峰期。季節轉換，體質虛弱者或免疫力較差的慢性病人，抗病能力相對較低。

帶狀疱疹（俗稱「生蛇」）是由引發水痘的病毒所致，患處會爆出密麻麻紅疹水泡，痛如被針拮、火燒，痛不欲生。一旦被「蛇」纏身，須掌握黃金七十二小時治療時間，以免病毒傷及神經線，造成持續數月甚至永久的痛症。

帶狀疱疹多長於胸部或腰部，亦可能出現在臉部及四肢，但每個人的發病位置、痛楚程度及出疹情況有別。一般而言，若符合以下「流程」，便有可能是毒蛇殺埋身：

1、初發症狀為半邊身體出現疼痛、刺痛或燒灼感；

2、一、兩日內即出現又痛又癢的紅疹，剛開始為紅點，繼而會長出水泡；

3、痊愈後，部分患者仍會持續感到患處疼痛，這種痛症稱為「帶狀疱疹後神經痛」（PHN），可持續數月至數年不等。

「生蛇」高危族

帶狀疱疹往往是在身體免疫力低下時發病，如果帶狀疱疹病人反覆發病，皮損也越來越廣泛，這說明病人的免疫力很差，或許可能會併發腫瘤，應引起特別注意。

以下情況顯示可能成為「生蛇」高危族：

・60歲以上
・長期服食抑制免疫系統藥物的病人，例如紅斑狼瘡症及類風濕關節炎患者。
・癌症病人。
・長期病患者，例如糖尿病、腎病及肝病患者。
・壓力大、睡眠不足人士，導致免疫力變差。

清熱祛濕除毒
食療防治生蛇

馬齒莧綠豆薏米湯

馬齒莧

一般人說的生蛇，中醫又名蛇串瘡。患上「生蛇」的病人臨床上大多數都會去看西醫，部分患者在水疱消退後仍然出現皮膚刺痛感，屬於帶狀疱疹後遺症。不少患者（長者）甚至一直沒有求醫，強忍痛楚……

帶狀疱疹後遺神經痛的主要特點就是劇烈的、頑固性的疼痛。帶狀疱疹皮損消除後疼痛仍持續，輕微的刺激即引起疼痛發作；晚上間歇性疼痛，整夜的睡不好覺。如病毒侵犯到相應腦神經會影響視力、引起面癱和聽覺障礙。這種神經痛持續的時間較長，病程短則幾個月，長者5–6年。

西醫認為這是由於藏於神經根內的疱疹病毒趁着身體免疫力差時變得活躍，感染神經根，結果使神經根支配的範圍出現紅疹和水泡。年輕時免疫系統足以壓制病毒，但隨年紀增長，免疫力減弱，病毒再次活躍，且可纏綿復發，亦有「生蛇上眼」（肝熱明顯者）等嚴重併發症。

除了病毒外，中醫認為形成帶狀疱疹的元兇為身體內的「濕熱」和「熱毒」，患者須向中或西醫求診，控制病情後仍需進行護理及食療調治防復發。

蛇串瘡的發病與濕、熱、毒有關，實證者由於肝氣鬱結，鬱久化熱，或濕熱蘊脾。中醫防治「生蛇」的原則是祛濕清熱解毒，患者平時可用疏風清熱的茶療：野菊花10克、板藍根30克煲水代茶飲，清肝泄熱；有水疱者為濕重，可用土茯苓、薏苡仁食療等祛濕。

要注意飲食清淡，不要進食辛辣、煎炸刺激的熱性食物和飲料，甜食和肥膩食物亦不宜吃。要有足夠睡眠，睡眠不足容易形成陰虛內熱，勞倦、憂思等也能鬱久化火。這裡特別為生蛇後遺症患者推薦馬齒莧和土茯苓食療，有助清熱祛濕除毒，對「生蛇」高危族也具有一定的預防作用。

馬齒莧能祛肝腸濕熱毒

馬齒莧是一種野菜，常見於本地街市山草藥及小販菜檔，又稱瓜子菜（**見上圖**），帶酸味。對「生蛇」患者或高危一族，此菜能祛肝、腸之濕熱毒，但由於菜味酸澀，在吃法上可多動腦筋：將馬齒莧略出水剁碎，加入瘦肉碎和少許薑茸或蒜茸（有中和寒性作用）調味作餡做包子日常蒸食。又可將馬齒莧白灼煮粥（加肉片等）食；或加少許鹽，拌入薑茸或蒜茸，撈麻油或橄欖油作蔬菜佐膳。

馬齒莧食療作用

馬齒莧味酸，性寒；入大腸、肝、脾經，質黏滑利；

具有清熱祛濕，散血消腫，利尿通淋的功效；

主治熱毒瀉痢，癰腫瘡癤，丹毒，瘰癧，目翳，崩漏，便血，痔血，赤白帶下，熱淋，陰腫，濕癬，白禿。

《**生草藥性備要**》載：「治紅痢症，清熱毒，洗痔瘡疳疔」。《**滇南本草**》載：「益氣，清暑熱，寬中下氣，潤腸，消積滯，殺蟲，療瘡紅腫疼痛」。

《**本草綱目**》說它「散血消腫，利腸滑胎，解毒通淋、治產後虛汗」。馬齒莧對痢疾桿菌、傷寒桿菌、大腸桿菌及金黃色葡萄球菌有抑制作用。

馬齒莧清熱甜湯

材料：馬齒莧三十克、生薏米三十克，綠豆三十克

做法：加入五碗水，煎煮三十分鐘，加入紅糖即可。

功效：祛濕清熱解毒

馬齒莧粥

土茯苓治免疫病潰瘍

土茯苓是一味作用較強的免疫抑制藥。免疫病臨床用於治療紅斑狼瘡、白塞病、銀屑病之口腔潰瘍和陰部、眼部、皮膚之炎症、皮疹、疱疹、潰瘍；對免疫病之過敏性皮炎、天疱瘡、濕疹等也有效。

《本草正義》：土茯苓，利濕去熱，能入絡，搜剔濕熱之蘊毒。其解水銀、輕粉毒者，彼以升提收毒上行，而此以滲利下導為務，故專治楊梅毒瘡，深入百絡，關節疼痛，甚至腐爛，又毒火上行，咽喉痛潰，一切惡症。

《綱目》：土茯苓能健脾胃，去風濕，脾胃健則營衛從，風濕去則筋骨利。

土茯苓生地紅棗湯

清熱除煩、滋陰養血、去濕解毒

土茯苓（鮮品）1斤，生地5錢，紅棗15粒，生薑3片，瘦肉1塊，蜜棗5粒，清水15碗，煲3小時

土茯苓桂枝薏米湯

去濕通絡、滑利關節、舒筋活絡

土茯苓（乾品）3兩，桂枝2兩，生熟薏米各2兩，陳皮1錢，排骨半斤，蜜棗1粒，清水12碗，煲2小時

患者平日可多用土茯苓分別配赤小豆、紅豆、薏米、花生等煲肉湯佐膳。

對症食療