

# 若成「六不治」神醫難治

隨着現代科技的進步，新確立的病名也愈來愈多，稀奇罕有、危重的病，固然難治，但日常更難治的，是人心。二千多年前的戰國時候，有一名醫姓秦，名越人，戰國時鄭人，因醫術高明，所以人們就用傳說中的上古名醫「扁鵲」的名字來稱呼他。他雖醫術超群，但亦有束手無策的時候。西漢著名史學家司馬遷在《史記·扁鵲公列傳》裡提出總結：「人之所病，病疾多；而醫之所病，病道少。故病有六不治：驕恣不論於理，一不治也；輕身重財，二不治也；衣食不能適，三不治也；陰陽並，藏氣不定，四不治也；形羸不能服藥，五不治也；信巫不信醫，六不治也。有此一者，則難治也。」

文、圖：盧慶薇醫師（部分為網上圖片）



不講理的病人，醫師應對時難免有戒心。

## 驕恣不論於理 不聽醫囑

「六不治」即是有六種人是難以醫治。首先，第一種人是「驕恣不論於理」，聯繫《史記·扁鵲傳》的上文，在提出「六不治」之前，是敘述扁鵲診斷出齊桓公有病：「君有疾在腠理，不治將深。」意指齊桓公的病位在皮毛，不及醫治會深入，但齊桓公不信：「寡人無疾。」認為扁鵲無非想謀利，故意說其有病：「醫之好利也，欲以不疾者為功」。後來扁鵲雖多次提醒應即時治療，但齊桓侯仍執迷不悟，結果，正如扁鵲所言，齊桓侯的病情不斷深入發展，終因錯過治療時機、病入膏肓，已不能治癒而死。齊桓公就屬於驕恣不論於理的這種人，他自信自己沒病，更質疑扁鵲居心不良，是屬於驕傲，亦不講道理的人。



盧慶薇醫師

另外，又有一些求診者只要醫生治病，卻不聽從醫生的醫囑，如戒口、改善生活習慣等。多數的疾病，都不是病在一時三刻，多是日積月累，日漸加重，簡單如一些慢性痛症，多是姿勢不良所致，若患者接受專業的建議，戒除壞習慣，配合治療與訓練，慢性痛症多能緩解。然而，一些患者只求醫師針痛處，莫問因由，彷彿一根針灸針已有止痛藥，這種不求病因的治療，長遠療效不佳。更甚者，只會認為醫師的醫術不濟，使治療上，增添口、改善生活習慣等。多數的疾

## 輕身重財 延誤治療時機

第二種人是「輕身重財」，即是將金錢看得較健康還要重要，主要有以下兩種：一、終日埋首工作，透支自己食飯、作息的時間，忽視生理、心理健康，對於初期身體所發出的健康警號，如反覆胃痛、頭痛、失眠等症狀仍充耳不聞，不願

以金錢換取休息時間，待病情嚴重，影響正常生活的時候，才被迫求醫。二、初病時，例如有亞健康徵狀出現時不願花錢求醫，待病情惡化時才無奈求醫，既延誤治療的時機，亦較難醫治，根治，結果花費可能更多。

### 亞健康的主要徵狀

頭暈頭痛	經常疲倦	胸口悶悶
眼睛疲勞	腰痠背痛	容易氣促
消化不良	容易傷風感冒	容易煩躁不安
怕冷	記憶力變差	喉嚨痛
難以集中精神	失眠	情緒低落



夏天穿露臍、露肩的，使寒邪易犯人體，特別是女士，出現「宮寒」的機會便會增加。



## 衣食不能適 「三高」增加

第三種人是「衣食不能適」，即衣着、飲食未能按當時、當地的氣候、環境而調節，亦未能按個人的需要。現今社會，穿不暖的問題不算普遍，問題是現今衣着多看重美觀，如冬天穿短裙；夏天穿露臍、露肩的，使寒邪易犯人體，特別是女士，出現「宮寒」的機會便會增加；推而廣之，行山穿拖鞋、跑步穿緊身牛仔褲……使受傷機會增加，亦屬衣不能適。所以，在飲食方面，現今快餐、甜食、自助餐的普及，這些肥、甘、厚味的不健康飲食，使「三高」——高血糖、高血壓、高血脂的患者增加。可惜，無論中西醫學如何建議患者戒口，如糖尿病、高血壓，已有很多研究指出在早期出現病徵時，如配合運動及健康飲食可以延緩惡化，但部分病患仍堅持舊有不健康的生活方式，寧願只靠服藥去改善「數據」，這樣難免越食越多藥，卻怪醫生治不好病了。

## 形羸不能服藥 治癒機會低

第四種人是「陰陽並，藏氣不定」，這裡說的陰陽是指人體裡的氣和血。藏，通「臟」。整句是指氣血錯亂、臟腑之氣不定，這類患者多屬危重的人。第五種人是「形羸不能服藥」，羸（音：雷），即非常虛弱。形羸是指身體非常虛弱，不能服藥。《扁鵲傳》亦提到：「使聖人預知微，能使良醫得蚤（通「早」）從事，則疾可已，身可活也。」意指良醫能從細微的變化預測病情，若能及早治療，則疾病有治癒的機會，身體可存活，但患者已虛弱到不能服藥，以現今醫術而言，尚且不易治療，在古時，更沒有打針、輸液的方法，光作針灸、推拿治療，這樣能治癒的機會便更低了。

## 信巫不信醫 資訊以偏概全

第六種人就是「信巫不信醫」，在古時相對封閉的社會，資訊不流通、教育不普及，人們較迷信，因此有些人得病時，只信巫師——靠祭祀神靈、飲符水去治病，也不相信大夫。可幸現在，人們大多已不信光飲符水可治病，然而，在這資訊發達的年代，取而代之的，影響人們的，是親友、廣告、媒體資訊。對於網絡資訊，切忌看「打手」文，因為多是商家僱用一些人去賣廣告，既不專業，亦容易以偏概全，跟在報刊不一樣，多沒有「廣告」一字供識別。另外，可選擇閱讀一些由專業的醫護人員撰寫的文章，則較可靠，但仍建議讀者多看不同專業人士的文章，畢竟醫學理論不斷發展，不同派別亦有不同理論見解，不偏執，多分析，要不然，不如不看，免得混亂，又無所適從。現在，懂得在網絡尋找的求診者日漸增多，作為醫者，對於大家對身體健康愈增關注，亦感到

欣喜，對於自身問題有疑問，大家不妨向醫者請教，但不要拿張三李四（泛指一切不專業資訊來源）的說話去「指導」醫師，要不，去找張三李四治病好了。

總括而言，解釋過「六不治」，大家應該明白司馬遷所總結的，只是第四、五確實與生理有關，所謂「不治」之症，更多與求診者心理有關。



購買保健品前，宜諮詢專業人士意見。



古代人請巫師治病模型

### 食得健康

文：雨文

## 奇華添新「籽」 健康滋味小食

在忙碌的日程中總要透透氣，最好來些零負擔解饞小食清醒頭腦再衝刺，奇華餅家在今月份添新「籽」，推出兩款全新「南瓜籽薄片」及「葵花籽薄片」（每款各HK\$11.5），入口香脆可口，分別加上滿滿的南瓜籽及葵花籽，滋味又有營養價值，讓你滿足口腹之欲的同時，亦能吃得健康。

薄片系列的兩款全新口味選用天然健康的優質堅果，包括含豐富礦物質、有助提升免疫力的「南瓜籽薄片」，口感豐富細膩，讓你滿口生香，回味無窮。另一款「葵花籽薄片」，外層滿載具有高食用纖維含量的葵花籽，入口甘香，配上香脆可口的薄片，最適合作為都市人解饞的健康零食。



南瓜籽薄片（上）及葵花籽薄片（下）

### 養生攻略



香港註冊中醫師 楊沃夫

## 食療王牌

荃新天地二期「總廚」的鍾境初大廚自去年炒過一煲「豬肝花膠」給對美食十分挑剔的梁文師傅品嚐之後，我們只要是到總廚吃飯，梁師傅必點這道菜。很多人怕豬肝含膽固醇過高，不敢吃豬肝。

其實，豬肝含蛋白質比豬心高，含脂肪量低。肝澱粉含量不僅比瘦肉高，而且很容易水解為葡萄糖，豬肝含鐵量是豬肉的18倍，還含有豐富的礦物質、微量元素及維生素A、硫胺素、核黃素、煙酸、抗壞血酸等成分。補血作用很強，對血衰體虛、視力不足的人有滋補作用。

豬肝含鐵質豐富，食用豬肝可調節和改善貧血病人造血系統的生理功能；豬肝中含有豐富的維生素A，具有維持正常生長和生殖機能的作用；能保護眼睛，維持正常視力，防止眼睛乾澀、疲勞，維持健康的膚色，對皮膚的養護具有重要意義。

豬肝中還具有一般肉類食品不含的維生素C和微量元素硒，能增強人體的免疫反應，

抗氧化，防衰老。

中醫認為豬肝能養肝、養血、明目，尤其適合血虛萎黃、夜盲、目赤、浮腫、腳氣等患者食用。

花膠（魚膠）是各類魚的魚鱗的乾製品，以富含膠質而著名。花膠含有豐富的蛋白質、膠質等，食療滋陰、固腎培精，令人迅速消除疲勞及對外科手術病人傷口有幫助復元的功效。主要營養成分為高級膠原蛋白、不飽和脂肪酸、黏多糖、多種維生素及鈣、鋅、鐵、硒等多種微量元素。其蛋白質含量高達84.2%，脂肪僅為0.2%，是理想的高蛋白低脂肪食品。

花膠滋陰養顏，補血，補腎，壯壯機能；具有固本培元、補氣活血、補腎益精等功效，對胃炎、支氣管炎、哮喘等症有很好的療效。

花膠富含的膠原蛋白具有增加皮膚貯水的功能，滋潤皮膚，保持皮膚組織細胞內外水分的平衡，養顏嫩膚。

人的皮膚是膠原蛋白所組成的網狀結構來支撐的，充足的膠原蛋白可以使皮膚看起來光滑、有彈性。但是，隨着年齡的增長，膠原蛋白的生成速度趕不上它的流失速度，就會呈現出老態，不但皮膚黯淡無光，還特別容易出現皺紋。花膠是補充膠原蛋白的最佳選擇。花膠價格比較貴，但相比起價格不菲的護膚品來說，花膠不算貴了。

我提倡吃豬蹄來補充膠原蛋白，但是豬蹄的脂肪確實是讓人「望而生畏」，豬蹄的受歡迎程度與花膠無法媲美。

花膠可以促使精囊分泌出大量的果糖，使精子的能量更足，從而提高生殖能力。若是患有不育症的男士，多吃花膠，治癒的幾率會增大很多。

豬肝花膠煲烹製是很考師傅的：豬肝過火容易老；花膠發製過度，會使花膠原本的纖維韌性全無，變得軟綿綿的，沒有爽滑的感覺。鍾大廚這道菜煮得恰到好處！豬肝花膠煲還是活血、補血；養顏滋補的王牌食療。