桑枝煎治風濕病

常見病防治　●黃卓雄

本文內談。

西藥對於風濕病的治療，近幾十年來已有了很大的發展，自從腎上腺皮質激素的廣泛應用，確實給風濕病的治療打開了一個新的徑途。由於激素有很大的副作用，所以亦未能成爲理想的風濕藥。但是現在西藥仍舊以腎上腺皮質激素及解熱鎮痛藥作爲治療風濕病的常用藥物。

中醫在治療風濕病方面，着重用中藥祛除肌肉和筋骨的風濕，解除痺痛，舒筋活絡爲主，其中部分中藥並有不同程度的補肝腎、壯筋骨的功效，因此，這類中藥實是療補兩備的中藥。

常用作治療風濕的中藥有：獨活、秦艽、威靈仙、川木瓜、五加皮、寬筋藤、桑枝、虎骨、白花蛇、烏梢蛇等等。

先父黃省三生前在臨床上用作治療風濕病之藥，爲常見而又便宜之藥，就是桑枝片。用量方面則需視其病情及年齡、體質方面而定，但一般成人都用一兩以上方能生效。本方獨用一味藥，名爲桑枝煎，治風氣脚氣口渴。

此方出自於古書，如汪訒庵著之「本草備要」一書內，則有以下之記載：

「桑乃箕星之精，其木利關節，養津液，行水祛風。桑枝一升，細剉炒香，水三升，煮至二升，一日服盡，名桑枝煎，治風氣脚氣口渴。」

「桑枝煎」一方適合於急性風濕、亞急性風濕（因風濕而引致發熱者，同樣適用）、慢性風濕。而對於風濕已合併有心臟損害者（包括風濕性心肌炎、風濕性心內膜炎、風濕性心瓣炎、風濕性心包炎以及因風濕而引致二尖瓣狹窄及主動脈瓣閉鎖不全等）。則需要加用「黃氏强心有效湯方」。

「桑枝煎」一方因藥性和平，並無毒性作用，如在急性風濕早期使用，可防止風濕侵犯心臟，進而防止風濕性心臟病的發生。

風濕病的種種症狀及併發症等等已較詳細地談過了，但是風濕病的治療則要在風濕病方面，着重用中藥祛除肌肉和筋骨的風濕，解除痺痛，舒筋活絡爲主，其中部分中藥並有不同程度的補肝腎、壯筋骨的功效，因此，這類中藥實是療補兩備的中藥。

常用作治療風濕的中藥有：獨活、秦艽、威靈仙、川木瓜、五加皮、寬筋藤、桑枝、虎骨、白花蛇、烏梢蛇等等。

先父黃省三生前在臨床上用作治療風濕病之藥，爲常見而又便宜之藥，就是桑枝片。用量方面則需視其病情及年齡、體質方面而定，但一般成人都用一兩以上方能生效。本方獨用一味藥，名爲桑枝煎，治風氣脚氣口渴。

「桑枝煎」一方適合於急性風濕、亞急性風濕（因風濕而引致發熱者，同樣適用）、慢性風濕。而對於風濕已合併有心臟損害者（包括風濕性心肌炎、風濕性心內膜炎、風濕性心瓣炎、風濕性心包炎以及因風濕而引致二尖瓣狹窄及主動脈瓣閉鎖不全等）。則需要加用「黃氏强心有效湯方」。

「桑枝煎」一方因藥性和平，並無毒性作用，如在急性風濕早期使用，可防止風濕侵犯心臟，進而防止風濕性心臟病的發生。

關阿水與羅漢神拳

講武台　趙從武

中國武術，博大精深，而舉世無匹，是一點不假的。有不少武術流派，包含了氣功（或不稱氣功而另有專稱）在內，當然，有些流派並不包含這一套在目前仍被視作超科學的技藝在內。

氣功則不一定包含武術，大都與中醫學結下不解緣，這一類氣功，大都是養生治病類。

大概而言，氣功可以分爲兩大範圍，一以武術爲主而兼有氣功，一以氣功爲主而兼及武術。兩者各有專擅，在某一方面，則殊途同歸。

內地氣功師很多，在上海，文革以後名頭最大而技藝最奇又爲人稱頌的，要數關阿水這位老師傅，他練的是五百羅漢神拳，有驚人氣功。一般氣功師發氣是熱的，關阿水的氣則是冷的（也可以發熱然後），隔十多步遙遙以掌吐氣治病，曾愈極多難症。

治症候，因爲本身確有點本事，因此在後期能找得上他治病的，都是高級幹部。

關阿水是乾瘦老頭，對自己的過去，很少談及，比較接近的人，才知道他的一些往事。

聽說，他自小家貧，五、六歲時被一位高僧帶入寺門，授以奇功。關阿水練的功，一定要在半夜裡，而且必須對着天上星宿練，是故他的氣是陰冷的。

關阿水沒有文化，不會寫字，老和尚授以奇功，只是口傳身教。正如其他許多功夫一樣，單憑直傳，而且不准紀錄，所以往往有一些身懷異術的人，斗大字也識不了幾個，如果是識字的人，老師傅肯定不會傳功。

在關阿水個人而言，是機緣使他學得老和尚的怪術奇功，一直秘而不宣，解放前後，他幹的是「倒賣」工作，沒有什麼人知道他身懷奇功。

只是，佛門學得的慈悲心腸，偶而會使他出手發氣，救治一些病危。因爲這種奇怪功力，使一些人以爲這個倒賣的是「仙菩薩附身」，歌功頌德；不相信的人便斥爲迷信，弄神作鬼惑衆。

有些相信他的功力的人，設法拜得學藝，也有些人能跟隨他一個時候，也有些不斷游說，叫他好好的把技藝傳下來。

不過，關阿水很固執，對於傳授技藝，也許受他師傅影响，決不輕易傳授，因此沒有人能學得他一二成功力。其中，有位全國聞名的林厚有與他同輩，親身試了，五體投地。據說關阿水有着穿人體的超能力，他看病只看手掌，就知毛病在身體那一部位。他對筆掌，宇宙也在手掌裡。

關阿水練的功，招式怪異，但全部是五百羅漢的神態，因此也叫做「羅漢神拳」。

關阿水說出一個天大秘密，就是五百羅漢的姿態。

五百羅漢的塑像，全中國有許多實刹都有供奉，但只有一套是真的，也就是說，這一套真的五百羅漢塑像，是練功的藍本，其他假的，姿態總有些微與真的不同。關阿水得到真傳，當然知道中國境內那一套是真，但他不肯透露的原因之一。

筆者一位朋友不信此有害。

老年婦女外陰炎

婦女界到了年老之時，却感到下陰痕癢，而且出現火炙現狀，就要注意！這可能是老年婦女外陰炎，千萬不要諱疾忌醫。

一、老年性外陰炎是什麼原因引起的？

經經後的老年婦女，由於卵巢功能的衰退，雌激素的缺乏，血運減少，致使外陰及陰道粘膜上皮營養不良，萎縮變薄，細胞內糖元減少而不能產生足夠的乳酸，這樣就不能維持局部正常的酸碱度，外陰部抵抗力減弱，細菌侵入繁殖而引起炎症。

醫學界則認爲：人體的生長、發育、成熟、衰老的生理過程與腎氣旺盛是相一致的。生殖生長發育皆依賴於腎氣，而腎氣由旺盛過渡到虛衰的過程，是與卵巢內分泌功能的盛衰相適應的。因此隨着年齡的增長，腎氣的衰而造成精血虧虛，而肝火妄動。由於肝的經絡繞陰器而行，肝經有熱時則外陰瘙痛如針刺或如爬虫感。

二、外陰炎有哪些症狀？

一般來說，是以刺癢燒灼爲特點。急性期外陰紅腫、眼痛、發癢，重症可浸軟糜爛和腹股溝淋巴結腫大等。慢性炎症時，紅腫可消失，皮膚變厚，底褲要清潔。發現痕癢時，切莫抓傷，還是求醫診治爲佳。

其他皮膚基本一樣，可發生各種急性或慢性炎症，如皮炎丹毒、疱疹、濕疹等。根據解剖部位的特點而發生特有的炎症疾患。

某些外陰炎常用特定的名稱以表示其病因或臨床特點。如老年性糖代謝障碍造成糖尿病性外陰炎及霉菌性外陰炎。單純性外陰炎比較多見或尿瘻糞瘻的尿病刺激外陰皮膚所致。搔癢抓傷也可繼發感染，還有摩擦破損，易使化膿菌（葡萄球菌、鏈球菌、大腸桿菌）或原虫（滴虫、霉菌、阿米巴）等感染而引起炎症。因此應做分泌物塗片檢查，大便查蟯虫卵或阿米巴等。找出病因，明確診斷。

三、預防與治療。

治療之法，醫生一般會三管齊下，內服消炎藥，外用洗藥劑及外敷藥，當然要由醫生診斷治療。在個人方面，要注重預防，首先是動加洗滌綜合徵，表現爲頭髮灰白或脫落、白內障、硬皮、呈現早衰等。這兩種都是遺傳性的疾病，最長只能活到十二歲，一般發病二、三年後就死亡。

這遺傳對壽命的影响還可以從嬰胞胎得到証明。有人調查了六十歲以上的一千六百名嬰胞胎，發現一卵雙胞胎的壽命差爲三年，雙卵生的雙胞胎平均壽命差爲六年。有一組一卵生雙胞胎在同年齡時出現老人性精神障碍。另一組雙生兒在同年齡時死於腦溢血。一對六十三歲的雙胞胎，差不多同時患惡性貧血。另一對雙胞胎六十四歲同時患上特殊的近視眼。這說明兩個雙胞胎之間的壽命三角形的底邊是很一致的。羅馬大學孟德爾研究院的吉列德博士認爲同時死亡的故事，有特殊的科學意義。這個研究院三十年來，相繼研究了一萬五千對以上的雙胞胎。他認爲人類雙胞胎的遺傳基因中存在着遺傳的時間信息。

當然，這並不是說遺傳因子是長壽的唯一因素。三角形的另兩邊——後天環境因子的影响，也有着不可忽視的作用。

呃逆分寒熱

呃逆俗稱打司呃，西醫病名是橫膈肌痙攣。這種症狀相信許多人都曾經歷過，常見的誘發原因是食物對食道的刺激，如吃非常辛辣的辣椒、吃餅或糕點吞嚥過急等，便馬上會打呃。偶然出現的呃逆，一般都會自行停止，而民間治療呃逆的方法，亦相當多，而且非常簡單，最常用的方法是連飲幾口水，有的則可用深呼吸辦法來達到停止呃逆的效果。偶然產生的呃逆是完全可以預防的，例如吃餅之前有口乾感覺的話，則要先喝一點湯水，可以潤滑食道，要慢慢嚼細嚥，過辛辣的食物則不要强行食入，這樣便可以避免呃逆的發生。

但有一些人，呃逆並非這麼容易自行抑制，許多時，在無明顯的飲食因素刺激，同樣會出現呃逆，而且呃逆時間很長，會有一個老年病者，連續呃逆月餘，直接影響飲食和睡眠。也有人在發病期間，每食必呃逆，要過幾小時後，才自行緩解，但復又作，如果出現這些現象，就是頑固性呃逆，需要用藥物治療。

中醫治療呃逆，有寒呃、熱呃、虛呃、痰呃之分，處方用藥都基本上針對病因作治療。但中醫對呃逆的分型治則，除了爲醫師提供處方用藥之外，對病者的飲食調理，亦有良好的指導作用。寒呃者就算在治愈後，仍需禁忌生冷寒凉食物；熱呃者則禁忌辛辣燥熱食品，有因食品過多飲用而呃逆的，則要注意節食並要多飲開水；虛呃者則要進食北芪、沙苑、陳皮等配合肉類作食療，太多在補虛以後，呃逆便不再復發；痰呃者則在平時少吃點甜膩之品，容易生痰之肥膏厚肉亦當禁忌，多食些南杏、陳皮一類化痰理氣湯品。

有些患慢性危重病的病者，如突然頻頻呃逆，聲音低微，呃氣不繼者，那便是危亡之象，此點家屬當要注意，不可作一般呃逆病來處理了。

寵物世界

金錢龜飼料與排洩

專家說，田鷄餵金錢龜，發出了奇異刺鼻的味道。平時餵龜用蝦肉，分泌物較臭，用魚腮、魚肝、魚腸，則糞便沒有異味——子青——

星期天，我出售，因而被偵破，失主亦認出其中兩隻與其失物相似。

一則消息，是有關「金錢龜」的。標題是「按圖索龜破奇案」。

一位有廿年養龜經驗的主要証人，說出了奇異刺鼻的味道。

獲得眉目，有批龜割價出售，因而被偵破，失主亦認出其中兩隻與其失物相似。

一位有廿年養龜經驗的主要証人，說出了奇異刺鼻的味道。

一般來說，會有人以湖南金頭龜來冒充金錢龜的，因爲牠們的外型大致相同，也是紅肉，殼也能閉合。據說在藥效上來說，是遜色於金錢龜。

金錢龜實來亦有出產，但以廣西梧州者爲正宗，可能該地山澗魚產鮮靈充足，亦與金錢龜的伙食得天獨厚之故有關了。

只要記住，金錢龜的背上有三條顯著的黑紋，是由頭到尾的，這一特點是湖南金頭龜所缺，而正宗金錢龜所獨有。掌握了這個特徵，就可以發現有家族性的遺傳因素。在我國廣西巴馬縣的五十三位長壽老人中，有三十一個人的親屬都是長壽者。同樣，在「短命家族」中，遺傳因素也很明顯。如有一種叫哈金逊——其富特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；另一種叫賈納爾氏特徵合徵，表現爲身材矮小、無毛髮、呈老年表情；

飼料方面亦頗多式多樣，魚腮、魚肝、魚腸，等類他都吃，不過要把它切碎。如小龜太細，牠們入世未深，有些是孵化不久，有些還要哺育，需要人工餵食的。

目前已是初夏，鳥兒的繁殖正進入盛期，目前在雀仔街見到頗多雛鳥，如想「凑仔」，正是時候了。

相思當然是最大量的了，每個籠子裡養着三至四隻，不少雀友拿條竹枝來逗引牠們，目的是聽聽牠的聲音，和看清楚牠的毛色，因爲這是與辨別雌雄有關的。

亦有雀友認爲選購相思，在一隻裡面，大的一、兩隻，多半會是雄鳥。遺憾者，這一經驗並不可靠，因爲這個籠子所盛載的，沒有可能知道是否屬同父母所生的哩！

今年的相思仔，叫價每隻六十元。另有一個可喜現象，是這時有大量畫眉仔上市，估計康樂街上所出售的數目會接近兩百隻，售價每隻一百六十元。

無可否認，如果能夠選到一隻畫眉仔，而不是畫眉女，確是可喜可賀。因爲畫眉仔是極好唱、爛唱的。但這種畫眉仔是允文而不允武，不能供打雀之用，但是，牠却是百分之百的唱家班也。

除了上述兩種雀仔之外，還有很多古怪雀仔，有些連名稱也沒有聽過的，這可能是土。新雀。

花木寄情

虞美人寂寞寄寒枝

「芳心寂寞寄寒枝，露曲閑來似敛眉。衰怨徘徊愁不語，恰如初聽楚歌時。」虞美人一枝挺秀，早已贏得古今文人雅士所讚賞，每年初夏開始，五月的風，吹遍了大地，虞美人開得特別燦爛，紫紅色的花朵還透出雪白的雲霞，宛如彩蝶嬉戲在花間。九月果熟，果如小麥，亦具觀賞價值。虞美人即鴉粟花，亦稱爲鷹春花，古代的詩人墨客對此植物評語甚高，歷代詩人墨客均寫下妙語絕筆，晉入宋代，對虞美人更有特別的讚美。

虞美人在香港並不常見，由於培植的環境甚苛，而本港的環境實在不適合，縱是盆栽小品，亦非一般住所環境能有此條件，如欲觀賞這一類植物，在初夏出外旅遊之際，不妨把握機會，在亞洲各地，亦有不少地方有培植這一類花卉的。在昔日，中國江南各鄉，亦多種這一類花供作欣賞。在醫學未昌明之前，還用作草藥，據說可醫治百日咳，鮮花泡服還可治腹瀉，罌粟花者待，由於兩者均屬罌粟科，若仔細分析，罌粟花的植物還高壯。比虞美人還要高大，花朵亦要大上一倍至倍半，花作重瓣，形態頗爲秀麗，惟罌粟花却含嗎啡素，可製毒品及其他原料，世界有不少地方是嚴禁培育這一類植物的。

在傳說中，虞美人是楚霸王項羽的虞姬所變的，這一個流傳民間的故事，可以像飼養巴西龜一樣，用山坑魚與大頭虫都可以。使用這種飼料，牠的糞便沒有異味，如以蝦肉餵飼，則分泌物會較臭。此外亦可用牛肉絲，猪肉絲等類食物，如有養貓，蝦蟹更可補充的玩意。

此外還可給牠小塊麵包，成長一角師菜，牠都很愛吃的。

養龜是小孩子最喜歡的玩意。

笑而康

閱名不符實

保持積極情緒　促進健康長壽

醫藥常識　張始鴻

所謂「不如意事常八九」，這是說一村」的境界。所謂「知足者，貧亦樂」；不知足者，富亦甚至致病。而熱愛工作，就可以領略到工作的樂趣，而「好高騖遠」則往往是不切實際的。須知道，要是一個人不熱愛自己的工作，就會在「山窮水盡疑無路」的時候，找出「柳暗花明又

在日常生活裡所遇到的事情，十居九八都是並非盡如人意的。當然，要所有的事情都盡如人意，實在十分難，因爲貼在牆上的「揮春」——「萬事勝意」、「從心所欲」、「東成西就」，只不過是人們的一種希望，甚至是一種「奢望」。然而，儘管「不如意事常八九」，但有些朋友生活得十分寫意，當說有「日出而作，日入而息，鑿井而飲，耕田而食，帝力於我何有哉！」的飄然氣概；但另外一朋友又會覺得十分苦惱，幾乎認爲「沒有什麼人生樂趣」。爲何同處一個繁榮而又緊張忙碌、充滿競爭性的社會，竟有如此截然不同的兩種人生觀？當然，這個問題眞是太複雜了，但也可以大要而言之，就是苦與樂，全看當事人是否能夠保持積極的情緒呢？

怎樣保持積極的情緒呢？首先，要有充實的精神生活和健全的樂觀主義精神。我國有一位一百一十歲還健在的中醫師說得好：「天下無不可了之事。」（按：了字作「解決」解。）遇事要想得開，放得下，從容不迫，於金錢，於名譽，於工作。假如你說爲目前的工作，沒有興趣，或者工作時感覺沉悶，或者工作時感覺沉悶，或者工作時感覺沉悶