軟組織療法

手法治療的理論研究

秦 鴻

讀者梁太問頸椎病多有「頸椎病」的含意。

頸椎病這個名字，最早見於一九一一年，當時認為是頸骨骨質增生引起，稱「頸椎增生性關節炎」。有的乾脆稱頸骨生骨刺。我國從一九六〇年才開始進行專題的研究與治療，在相當長的時間內，對頸椎病的認識並不充分，隨着臨床醫學的進展，特別是近十幾年來提倡中西醫結合治療軟組織損傷，內地有一批西醫骨科專家，發現用手法治療的效果好，優點多，就專門進行研究加以理論化，得到了顯著的成果。他們每二年舉行一次全國性頸椎病學術會議，交流經驗，取得共識。

現在認識到，頸椎病並非頸骨生骨刺及關節發炎那麼簡單；頸椎生物力學平衡的破壞，繼發性改變刺激或壓迫鄰近組織，引起變，而在此專欄中介紹的手法治療，真的能解決骨的疾病嗎？

要解釋這個問題，先要闡明「頸椎病」的含意。

頸椎病這個名字，最早見於一九一一年，當時認為是頸骨骨質增生引起，稱「頸椎增生性關節炎」。有的乾脆稱頸骨生骨刺。我國從一九六〇年才開始進行專題的研究與治療，在相當長的時間內，對頸椎病的認識並不充分，隨着臨床醫學的進展，特別是近十幾年來提倡中西醫結合治療軟組織損傷，內地有一批西醫骨科專家，發現用手法治療的效果好，優點多，就的各種症狀和體徵，都稱為頸椎病。

如果照以前的認識，頸生骨刺就叫頸椎病，那麼七十歲以上的老人都有骨質增生，都應列入頸椎病？事實上大部分老年人的頸椎雖然有骨刺，但是頸椎處於生物力學穩定狀態，完全沒有任何症狀，我們不能稱他們有病。

相反有些年輕人有頸椎病的症狀，X光檢查却見不到有骨刺，我們不能否認他有頸椎病。

頸椎的平衡全靠椎骨周圍的韌帶、肌肉的健全來維持，任何原因引起的頸部軟組織損傷如勞損、外傷、精神緊張，使韌帶、肌肉痙攣，水腫，纖維硬化等，就會破壞頸椎的力學平衡，使骨錯位繼而關節發炎，生骨刺就會產生各種症狀。

手法治療的優點在於能觸摸到X光不能顯示的軟組織的病理變化，在適當的體位下輕柔的分筋理筋，能使肌肉鬆弛，炎病消退，錯位的頸椎復位，頸椎恢復生物力學平衡，各種症狀便可逐步消失了。

氣味療法

秀荷

英國的心理學家發明，海濱的奇特氣息對治愈憂鬱症效果奇佳。三十名患嚴重憂鬱症的病人在一處海濱進行為期十五天的「氣味療法」，病情大為減輕，再過卅天，竟全部康復如初。原來，由臭氧、海帶，腐爛貝類和魚蝦等氣味混合而成的特殊海洋氣味，可刺激大腦調節情緒的部位，使心境寧靜，情緒平穩，憂鬱症遂不藥而愈。

由於一項醫學上突破性的顯像技術，研究人員對腦內部的情況有了一幅比前更好的觀察圖。

使用一種稱為「腦立體測定」的測勘方法，醫生施用局部麻醉，把掃描器架在病人的頭上（見附圖）以及拿下受傷腦部組織的樣本。這種新技術比舊有方法較易、較快、較淺切人與獲得較佳的影像。此外，還可對研究人員提供多種用途，腦內部受損的活組織檢查，就是其中之一。

腦內部受損檢查新有法

安福

病案分析

肝炎黃疸

岑鶴齡

「黃疸」是臨床上一個重要症狀。早在中醫經典著作《內經》便有明確認識，斷定眼黃，身黃和小便黃為「黃疸」之主徵。不少重要疾病可能出現「黃疸」，但以膽病和肝病為多，與肝炎的關係更加密切。整個肝炎的起性轉變過程中，從急性——慢性——肝硬變——肝癌，均可出現「黃疸」，並且常示病情的嚴重性，為臨床醫生所重視。

傳統上，中醫常和「陽黃」，此種分法並不全面，尚有其他類型未能概括。例如血瘀亦能導致黃疸，稱為「瘀黃」，惜常一劑，煎二次，分二次服，以後招君持續來診，均按此方略為加減，其法不變。症狀漸減失，精神體力和納食如常，黃疸漸退。服藥三月，檢查肝酵素已降至正常，膽紅素亦接近正常，現仍繼續調理。

本例按辨證分析，乃屬血瘀引致黃疸，決非濕熱之「陽黃」，故前醫所用之鷄骨草、綿茵陳、田基黃、垂盤草等去黃藥物均不見效。由此可見治病辨證之重要。

處方中大黃、赤芍、丹參、茜草根等用量均較大，然用治「瘀黃」則不能減。藥如對證，則「有病病當」，不會損害身體。因方中有大黃，招君服後大便日有多次，但無腹痛，亦不覺疲倦，反感舒暢，故能持久服用數月。

醫藥漫筆

有些人不宜喝茶

岩祝

茶葉中富含維生素C和微量元素氟，維生素C是人體不可缺少的物質，氟對牙齒有特殊的功效。茶葉還含有茶碱、鞣酸和咖啡因，能增進食欲，振奮精神，但它們在機體內能同胃酸、酶、蛋白質、鐵質等發生生化反應，起不良的作用，所以，有些人不宜喝茶。

患有焦慮症和失眠的人不宜喝茶，因茶葉中的咖啡因能使中樞神經興奮。發熱病人不宜喝茶，因茶能使體溫升高，有解降熱藥的作用。潰瘍病人不宜喝茶，因茶中的咖啡因能促進胃酸分泌，增加胃酸濃度，反而使病情加重。

大病恢復期或服用了人參的人，皆宜少喝茶，因茶能減少鐵、蛋白質等營養物質的吸收，也能減少人體對人參甙的吸收。

服藥的人，不宜將茶與藥物同服，兩者應相隔一小時以上。茶葉中的鞣酸能使酶製劑藥物失去活性，使碳酸氫鈉分解失效，降低洋地黃類藥物作用的強度，咖啡因能抵抗安定、巴比妥類藥物的鎮靜、催眠作用，降低溴生丁的療效，增加阿斯匹林對胃粘膜的損害。

由於營養不良而急須補充營養的人不宜喝茶，因茶葉中的鞣酸和茶碱會影響機體對鐵、蛋白質等的吸收。缺鐵性貧血患者服用硫酸亞鐵等藥物後不宜飲茶，否則，藥物將大為降低。食用高蛋白食物後，至少要隔一小時才能喝茶，否則，食物中的蛋白質與鞣酸結合成鞣酸蛋白，胃腸道難以吸收，不能達到補充營養的效果。

健身之道

膝部運動

我們做運動，除了健美身軀之外，更可以加強身體的抵抗力，這不但是身體結構的強健，而且還會精神暢旺。

尤其是天氣變化的時候，人們時常要花些時間才能適應，那就是因為身體缺之適應力，而這種力量本來是與生俱來的，但因為後天的懶散，能力才會減弱。

事實上，時常的運動，可以使身體反應較為敏捷，這也是應付環境變化的方便，我們只要好好的把握，意外自然會減少。

在話種運動之中，我們最應該時常鍛練的，應該是手足等部份的運動，因為筋肯靈活，四肢輕巧，做事也會事半功倍。

況且，在都市中生活，人們慣於出入汽車，四肢竟然可以不動，那就實在有點過份，因為這樣下去，只有令自己身體狀況愈來愈差。

附圖是一項最為簡單的腿部運動，主要是令身體起鬆弛之用。而在寒冷的季節，多些做這類的運動，可以增加軀體的靈活性，做事也當然會快捷得多。

方法很簡單，雙膝略向內彎，然後以膝為中點向外打圈即可，身體可用雙手按着膝頭持平衡。

做完十次站直身體，鬆鬆筋骨再做，三次之後，全身便有輕快之感。

醫藥園地

老年期的皮膚疾病

皮膚痕癢

一個非常普遍的皮膚問題，皮膚痕癢可由多種病因引起。最常見的病因是皮膚乾燥，其起因是由於皮脂腺分泌減少，令皮膚表層缺乏油脂，所以表皮的水份容易揮發，致皮膚有乾燥的情況產生，便會引起皮膚痕癢，再加上很多年老人因不明白痕癢之原因，以為是由於皮膚不潔所引起，便利用強力之肥皂或消毒藥水加以清洗。其實這些做法只會更加令皮膚乾燥的情況加劇，因為任何強力的肥皂或消毒劑，都會對皮膚剩餘下來的油脂清除，到頭來皮膚就更加痕癢了。皮膚可能更加變成破裂的現象，正確處理老年期皮膚痕癢的方法是盡量減少用強力的肥皂，用潤滑油如棕榈油等塗於皮膚上，避免用過熱之熱水洗澡，都是對付皮膚痕癢的有效方法。

敏感性皮膚炎

敏感性皮膚炎病多發於春天時，尤其是在香港潮濕天氣下，患者徹狀更加明顯。患處多在手或脚的部位，一些時常需要濕水及用洗潔精類的人士，患上敏感性皮膚炎之機會比較大。患處會呈現粒狀的改變，而且非常的痕癢，較嚴重的人能會有液體滲出或導致細菌感染，其預防的方法是保持皮膚清潔，減少利用洗潔精及肥皂，如必須洗水則最理想是帶上手套。嚴重的患者則需要穿用患者的衣物及鞋等。至於治療方面，則必須根據醫生的診治而搽藥膏或服口服藥物來控制。

擦疹

擦疹是皮脂腺疹的一種，如其名所指，主要在皮膚時常磨擦的地方，所以是最常見於肥胖之人士如其腋下、乳房下、下腹等。患者會在以上的地方發現粒疹，而且非常痕癢。預防及治療的最佳方法是保持這些地方乾爽，在非常潮濕天氣下，亦可用風筒吸乾上述部位。一些患者可能有其他感染，則需要使用藥膏搽於患處。

牛皮癬

牛皮癬是一種頑性的皮膚病，但敏感性皮膚炎病多發於春天時，尤其是在香港潮濕天氣下，患者徹狀更加明顯。患處多在手或脚的部位，一些時常需要濕水及用洗潔精類的人士，患上敏感性皮膚炎之機會比較大。患處會呈現粒狀的改變，而且非常的痕癢，較嚴重的人能會有液體滲出或導致細菌感染，其預防的方法是保持皮膚清潔，減少利用洗潔精及肥皂，如必須洗水則最理想是帶上手套。嚴重的患者則需要穿用患者的衣物及鞋等。至於治療方面，則必須根據醫生的診治而搽藥膏或服口服藥物來控制。

香港手、香港脚、癬

香港天氣炎熱及潮濕，是一些細菌及微生物之理想繁殖最佳環境，我們著名的香港手，香港脚及癬都是由於一種叫做菌的微生物所造成，因為他的理想生長環境是在潮濕的地方，所以最常見受感染的部位就是手指、脚趾及兩脾之間，較嚴重之患者，亦可影响手指及脚指甲。受影响的皮膚會呈現紅色，並且非常痕癢，在夏天時候尤其是常見。其預防方法是保持手脚的清潔，避免如用硬物磨擦會導致輕微出血，一些嚴重的患者亦影响其手指及關節痛。其治療主要需要根據醫生的診斷然後塗上藥膏。

疥瘡

疥瘡是一種傳染性的皮膚病，主要是由於一種皮膚寄生蟲所引起，其傳染的方法是緊密的接觸才會傳染得到。一個初感染者其潛伏期可以長達一月之久，這階段後，患者會開始發覺全身痕癢，晚間時尤其嚴重，在其身體上發現粒疹，主要在身及手的部位上，如果用放大鏡檢驗患者的手脚，我們會發現其手脚會有一些坑狀的改變，在坑的最終會有一黑點，在這黑點我們可找到寄生蟲。若一旦發覺有疥瘡，所有曾接觸患者的人都需要同時接受治療，因為他們可以受疥瘡之感染。患者需要擦上苯甲酸苯甲脂藥水，其使用方法是洗澡後在頸下搽上藥水，第二天繼續用同樣方法，到第三天搽藥水後，穿上清潔的衣服，將曾穿過的衣服清洗及曬乾，存放一星期，便可以繼續使用，床單及被紬亦最好換上新的。在治療後，絕大部份患者都會在一星期內便停止痕癢。

皮膚癌

老年人最常見患上皮膚癌的地方是其臉上，如發覺臉上有長期的瘡，則可能是皮膚癌，這些皮膚癌如能夠在早期切除，便可使患者完全痊癒，如果不加理會則可能會導致性命危險。除了皮膚癌外，老年人亦會患上黑色瘤，當發覺身上的痣有不正常的改變，或是患上黑色瘤，如能及時將黑色瘤切除，其擴散機會將減至最少。（松柏之聲）

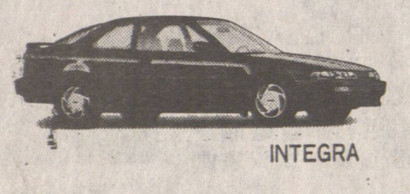
香港、美國、澳洲 日本、星加坡 大昌貿易行集團 顧客至上，服務第一

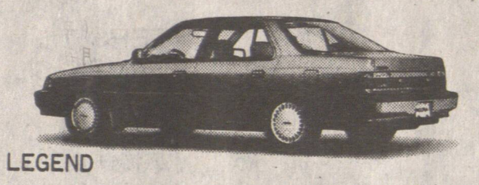
RICHMOND ACURA

慶祝三週年兼銷量冠軍

紀念期內，凡購各款
ACURA LEGEND 及 INTEGRA現貨
可獲得下列優待，數量有限，選購從速

汽車防盜系統，不另收費
ACURA配件組合，七折優待


INTEGRA


LEGEND

大昌集團RICHMOND ACURA服務優良，保用五年或十萬公里*。各部門均有華人職員，確保閣下獲得最方便及最滿意的服務。

款式齊備・售價特平・服務優良

*詳情請向本行查詢

RICHMOND ACURA 列治文：4211 NO.3 ROAD 電話：(604)278-8999

大昌貿易行集團 顧客至上，服務第一

利僑鷄鴨公司
LE KIU POULTRY
SPECIALIZING IN SEGMENTS CUTS & BONELESS BREASTS FOR RESTAURANTS
本號供應・新鮮鷄鴨・零沽批發・一律歡迎

總店 256 East Pender St. Vancouver, B.C. ☎681-1012
批發部 458 Prior St. Vancouver, B.C. ☎681-1999
第一分店 Granville Island Poultryland 1669 Johnston Vancouver, B.C. ☎669-5457
第二分店 1678 Commercial Dr. Vancouver, B.C. ☎254-2511
第三分店 1610 Robson St. Vancouver, B.C. ☎682-0213

全BC首賣傳真機最多，價錢平，種類最多，服務好，律師，醫生，工程師，會計師及各行生意都向我們購買保養服務全BC最好
電話傳真機大平賣FAX
SHARP最新聲寶230型 特價$1195
SHARP 230 備有300及420型大部份功能，包括時間傳送，卅二個記憶，每次可十張紙。2年維修保養。
最新PANAFAX KX F 100 $1099
國際牌(樂聲)(原價$2100) KXF100和KXF-120及3500大部相同
全部自動轉換，一機三用★傳真機★電話錄音機★電話，有記憶，每次五張紙，有時間傳送不需另裝電話線
眞正全部自動收FAX或電話及電話錄音
SAVIN日本名廠傳眞機 (20秒) 特價 $690
BROTHER兄弟牌傳眞機 (有錄音) 特價 $660
手提無線電話大平賣
MOTOROLA 8000 H 大字LCD
最平，五年保用 NEC, DIAMOND TEL
$960
影印機(COPIERS)大平賣!!
樂聲牌縮少放大影印機特價$1195
本公司有彩色影印(PHOTO COLOR COPY)代客影印目錄，餐牌，相片，即影即有，每張七十五仙(75¢)
地產經紀，廠家最合！
CONTINENTAL FAX (通國、粵語)
溫哥華百老滙西街47號 電話：874-7147
WE ARE NOT AUTHORIZED SHARP DEALER
價錢平！種類多！服務好！最新機型！

1976 炳記
水喉渠務煤氣暖氣工程
接駁政府大渠、安裝地下水管、浴室、廚房、煙囪、修理土庫漏水、高溫電動通渠，爐房管理柏文護理。
428 Salsbury Dr., Van. 657-2828 254-4935

廖盛炤 窗飾公司
室內設計：
定造各款 窗簾 窗紗
百葉簾 垂直簾 牀帘
牆紙及裝飾品 美觀實用
價錢相宜 免費估價
二十餘年經驗 自開工場
有發行部・歡迎訂購
電話：253・4566
S.J. LEW Window Covering Specialists S.J. Lew Custom Draperies Ltd.
1456 E.PENDER ST., VANCOUVER, B.C. V5L 1V8 TEL:253-4566
COQUITLAM PLAZA #8-2773 BARNET HWY., COQUITLAM B.C. V3B 1C2 TEL:941-7910