

《醫事論事》 夏展鵬註冊中醫師
香港浸會大學中醫學碩士
南京中醫藥大學中醫學博士研究生

向健康脊柱出發 - 胸椎病

一、胸椎相關的常見疾病

1. 胸悶胸痛 - 頸胸椎疾病變引起胸悶胸痛，臨床常見。呈陣發性灼痛和刺痛，疼痛多於轉頸轉身時加劇。
2. 支氣管炎、支氣管哮喘、易感冒 - 頸胸交界處第4頸椎至第4胸椎的錯位可以導致支氣管炎，支氣管哮喘，有時又表現為怕冷、容易感冒等症狀。
3. 背痛 - 背痛多與胸椎有關，有時牽涉頸、腰椎；部份背痛也是內臟病在肩背部的反射。
4. 背部感覺異常 - 是指背部酸沉感、負重感、蟻行感及冷水澆背感，而內臟檢查無異常發現。
5. 類冠心病、類心律失常 - 冠狀動脈粥樣硬化性心臟病，簡稱冠心病，是指冠狀動脈粥樣硬化導致心肌缺血、缺氧而引起的心臟病。心律失常是指心臟活動的頻率和節奏發生紊亂的現象。現主要論及與頸胸段交感神經節受壓迫和刺激有關的類冠心病、類心律失常。
6. 腹痛 - 是指胸腰椎後關節紊亂引起的腹痛，其中胸椎後關節紊亂又可引起消化不良性潰瘍、胃腸慢性炎症，因而導致腹痛。
7. 消化不良 - 主要以功能性消化不良為主。患者經內鏡等檢查未能顯示有結構上的明顯異常，或難以用這些表現來解釋其症狀。
8. 疲勞綜合徵 - 是指頸椎和胸椎，尤其是胸椎壓迫自主神經，引起內臟功能紊亂有關的慢性疲勞綜合徵。
9. 慢性膽囊炎、膽結石 - 脊柱小關節錯位可刺激或壓迫植物神經，使之功能發生紊亂而造成括約肌或膽囊管痙攣，致膽汁排泄不暢，膽汁淤積濃縮，日久造成膽石症或慢性膽囊炎。

若發現有上述的症狀或疾病，先要作正規及全面的檢查和診斷，若器官無病變及非其他疾病引起，並經長期治療效果不佳，可以考慮是否為脊椎相關疾病，以中醫整脊綜合治療方法配合診治。

二、《愛心靚湯》——夏令湯水

- (1) 涼瓜黃豆排骨湯
材料：涼瓜2個、黃豆半斤、排骨半斤、紅棗4枚、生薑2片、蠔豉4隻
功效：清熱解毒、清肺下火、健脾益胃
適合：肺熱肺燥、大便不暢、喉嚨乾痛、夜眠盜汗之人士
- (2) 冬瓜冬菇薏仁湯
材料：冬瓜斤半、冬菇5個、生熟薏米2兩、黨參1兩、淮山1兩、生薑2片、豬腱半斤
功效：健脾和胃、利尿去濕、消暑清熱
適合：喜涼飲冷、水濕內體、心煩不寐、胃納欠佳之人士
- (3) 海帶綠豆黃豆排骨湯
材料：乾海帶2大片、豆腐1塊、綠豆黃豆半碗、排骨半斤、生薑3片
功效：清熱解毒、軟堅散結、健脾和胃
適合：熱氣口乾、常生口瘡、大便不暢之人士

以上湯料為4人份量，只供參考。因各人體質有異，特別虛寒體質，請查詢閣下家庭中醫師是否適合。

以上各集之《參考書目》如下，在此鳴謝！

1. 魏征 脊椎病因治療學·香港商務印書館
2. 鍾士元 脊柱相關疾病治療學·廣東科技出版社
3. 楊威、劉冬全 圖解脊柱健康·中國輕工業出版社
4. 徐思濠 101抗都市病湯譜·跨版生活
5. 李南 四季湯水篇·博益出版集團

「國家暗殺」事業

大橋

「暗殺」原本只屬黑社會行爲，往往要偷偷摸摸地進行。如今「國家暗殺」卻成爲國家行爲，公開地進行，稀奇古怪。

黑社會暗殺只會針對目標人物，儘量避免傷及他人。「國家暗殺」卻除了「疑犯」外，連屋內其他手無寸鐵者也一併殺掉。

包括總統在內，一班人圍觀螢幕，欣賞進行「國家暗殺」，然後喜孜孜地向外宣佈，殺死了若干人。這些人視人命如草芥，是否有甚麼「道德」觀念？是否有甚麼「人權」觀念？諷刺的是，才過不了幾天，有份參與圍觀螢幕的美國女國務卿希拉莉，便向到美訪問的中國副總理王岐山，大談人權問題。

這使我明白到甚麼叫做「厚面皮」。



探訪上環東華三院許莫德瑜護理安老院
——2011年5月7日

李兆峰

「老吾老，以及人之老」出自《孟子 - 梁惠王上》。句意是尊敬自己家裡的長輩，從而推廣到尊敬別人家裡的長輩。尊老作爲一種美德，體現了人們對整個社會老弱群體的關愛與愛心，這是家庭和睦的基礎，也是社會穩定的要素。每個人都有年老的時候，每個人都希望自己的晚年生活幸福和快樂，讓全社會一起來關心老年人的生活，讓全社會共同承擔起贍養老人的責任，才能真正地讓老年人能安心享受到幸福的晚年生活，我們的社會生活才會更加穩定、和諧、安寧。

基於以上理念，華革社區服務團在5月7日對東華三院許莫德瑜護理安老院作出了親善探訪。

位於上環普仁街的東華三院許莫德瑜護理安老院，是專爲健康欠佳、身體有殘疾、認知能力欠佳及未能自我照顧起居的長者，提供住宿照顧、膳食、起居照顧及有限度的護理服務。安老院於1996年5月啓用，名額153名。

服務團當天下午由李兆峰負責帶領，其他隊員包括余江、關李淑儀、黃碧霞、師欣平、甘峯行、簡秀萍、岑素華及周美雄。一行九人二時許到達安老院，還沒到約定的二時半，大堂已坐滿了長者，工作人員還陸續推著要坐輪椅的公公婆婆停靠在通道上。有些長者熱情地跟我們打招呼，含蓄的也都展露出期待的笑臉。

掛好了服務團的橫幅及經過安老院陳姑娘的簡介後，服務團隊員便依次上場爲長者獻唱，分別唱出汪明荃、林子祥、任白等等的經典名曲，如《萬水千山總是情》、《勇敢的中國人》、《像白雲像清風》、《京華春夢》、《在水中央》、《千枝針刺在心》、《分鐘需要你》、《劍合釵圓》、《帝女花之相認》、《帝女花之香夭》及《禪院鐘聲》等等。到了長者的休息時間，他們還是興致勃勃地要求繼續唱，連陳姑娘也大感讚嘆：「你哋唱得真係好呀！啲公公婆婆聽到唔知幾，從來都未見過佢地咁精神呀！」其後獲陳姑娘告知，在座有數位長者是年過百歲的壽星公/婆，真係從來都未見過佢地咁好精神，仲可以支持咁耐添！在連番加唱後，隊員們最終來個大合唱，唱出「牛榮」與鳳凰女的首本名曲《鳳閣恩仇未了情》作爲壓軸表演，完結後隊員送上各人一點小禮物，包括小毛巾及一對襪，「襪」輕情意重，公公婆婆們看來對我們的探望表演及小禮物都很合意，頻頻追問何日可再來？汪明荃同林子祥都會來？在下山路上，隊員們慨嘆，我們只是付出很少的時間與氣力，長者們都已深感滿足，如果社會上人人都多一點關懷別人，我們的社會生活必定會更加穩定、和諧、安寧。各位讀者朋友，你有興趣加入華革社區服務團當義工嗎？



壓軸好戲，大合唱《鳳閣恩仇未了情》！右三是積極參與的現場長者

落力演出，絕無欺場！



邀請婆婆一齊唱！



本會於5月28日舉辦「品·酒」入門講座，由李兆昌先生主講。



活動一束

「品·酒」入門講座