

## 會員登入

名稱：

密碼：

 記住密碼三十天

登入

[忘記密碼](#)

免費登記

## 專家話 ▶ 小城大夫

中醫如何治療氣管敏感

[Email to FRIENDS](#)

## 中醫如何治療氣管敏感

中醫認為導致氣管敏感的成因以虛寒為主，病位在肺、脾和腎，故用藥也針對此三方面。常用藥有紫菀、細辛、款冬花、苦杏仁、白朮、北薷、五味子、補骨脂、核桃仁等。

所謂七分養三分治，久病是否能治癒，除講求醫者辨證用藥，也講求患者生活上的調養。

患者第一件是要辦的是，停止一切生冷食物及凍飲，吸煙者要戒煙，不能戒除的話，至少服藥期間避免吸煙。其次是減少煎炸和肥膩食物。

第二，要懂得避風寒，每到有冷氣或當風的地方，頸肩部要有衣物覆蓋，因為這兩個位置受涼，咳嗽亦會加重。

第三，早點睡，使體質加快復元。

第四，減少房事，因房事過勞會傷腎，腎越虛者，咽癢咳嗽相對難癒。

第五，咽癢咳嗽發作時，可喝點姜糖煎茶，或以藥油擦熱咽喉及背部以作紓緩。

所謂咳無正方，行醫這麼多年，深明此理，但很多時往往因患者未能作出生活上的配合，致病情變得複雜難治。一般若聽從指示，服五至七帖藥大多已起效，咽癢可改善，續服一二星期藥加以鞏固，閒時煲點湯水以調養，可望根治此病。

## 從氣管敏感到哮喘

這個問題有很多人問過我，其實相對較少病例會演變成嚴重哮喘，只有少部份病人，特別體質虛弱的，如小孩及老年人，又或孕婦較容易變成哮喘。基本上，嚴重的氣管敏感便相當於哮喘的初期，因為這時會發現到氣管明顯收窄，並有輕微的哮喘鳴音，呼吸也較緊促。這時，西醫會給予吸入性類固醇來控制病情，中醫則會用定喘的中藥和補益藥來調治，中藥包括紫蘇子、萊菔子、地龍、白芥子、銀杏、當歸、北薷等等，效果雖則沒有吸入性類固醇那麼快，但遠期療效及減低復發率有過之而無不及。

不論治療氣管敏感也好，哮喘也好，關鍵在於提升體質，定期的運動鍛煉扮演了重要角色，很多病人經過持續鍛煉，尤其是自少已患哮喘或敏感，體質加強後，此病不藥而癒。

撰文：黃劍峯

考獲香港大學中醫內科學碩士研究生、澳洲皇家墨爾本理工大學健康科中醫學士、浸會大學中醫專業文憑。現為香港中醫藥管理委員會註冊中醫（全科及針灸），主治老人科、婦科及皮膚科，為上善堂中醫出診服務中心主治中醫師及康傑國際體檢醫療中心（中醫部）顧問中醫。著作有《防治都市病——湯水篇》、《幸福媽咪懷孕食譜》及擔任《家有哮喘兒》一書中醫顧問。

電郵：sheungintong@yahoo.com.hk

電話：28580556

## 名人專訪



換心女童重踏校門

## 專家話

- 婦女患癌 肥胖是元凶之一
- 慢性病管理計劃
- 工時過長醫生易出錯
- 嶄新技術治療心房纖顫
- 最新活動及講座
- 「冠心病」講座
- 復康專科及資源中心流動展覽服務
- 「趣談消費心理」講座
- 「失智症認識及照顧技巧」工作坊

30-10-2008

[Email to FRIENDS](#)