



| 頭條醫聞 | 健康專線 | 專家話 | Keep Fit 大道 | 熱門病變

### 會員登入

名稱：

密碼：

記住密碼三十天

免費登記

### 專家話 ▶ 小城大夫

Email to FRIENDS

慢性蕁麻疹與氣 (一)

## 慢性蕁麻疹與氣 (一)

在遠古中國時期，哲學家已談到「氣」，此東西可謂抽象至極，它無色無味，但含意極廣，由生活細節以至天文、醫學、術數都可涉及到，彼此間卻又緊密互扣。簡單而言，「氣」是構成宇宙和生命的物質基礎，沒有「氣」，便沒有地球，更莫說世間任何生命體的存在。西方學者嘗試以能量來形容「氣」的各種形態表現，但始終未能全面，最後只好用國語拼音「qi」來闡明其義。

西方學者最先接觸「氣」的概念，相信就是針灸，透過針刺皮下，導引經氣，以達到調整經絡陰陽和治病目的。當然老外不僅甚麼經氣，甚麼陰陽，然而不少被公認難治的頑疾都給治好後，他們無不稱奇，無不折服於針灸之下。

### 人體裡的氣

「氣」在日常生活中為人較熟識的，相信要說到中醫。中醫有不少術語都關乎到氣。好像人們看完中醫，有些被診斷為宗氣不足、氣虛、腎氣虧虛又或肝鬱氣滯等等，統統涉及氣。病人聽了診斷，通常「哦」一聲，好似好明白，事實上又有哪個真正明白人體裡的氣是甚麼一回事？

人體裡的氣是構成人體和維持人體活動的精微物質，主要來自空氣和飲食之水谷精氣，這兩種氣經過五臟運轉變成人體所需的氣。人體裡的氣大致分為元氣、宗氣、?氣、營氣和五臟之氣。今次想談談?氣，因這與蕁麻疹有莫大關係。

### 衛氣的自我調節

衛氣乃日常飲食所化生而成，能夠保衛體表。此氣行走於脈管之外，體表之下，形成了一個保護氣層，免受外邪入侵，是人體主要防線之一。外邪是指自然界的氣候變化，如風、寒、暑、濕、燥、火，它們會乘著衛氣虛弱時入侵人體。一個身體健壯的人，遇有外邪，衛氣會透過控制毛孔的開關達到防衛目的。舉個例，若外邪為寒邪，衛氣即時將毛孔緊閉，一方面減低身體熱量流走，另一方面可防止寒邪入侵。又如遇上火熱之邪，衛氣相反使毛孔盡量打開，讓身體過多的熱量隨汗水帶走，也防止火邪內進。這個毛孔操作過程，叫做衛氣的固攝作用。若固攝失用，即衛氣不固，這樣就麻煩了，外邪可輕易入侵，最常引起的是外感病，經常感冒的人，往往就是衛氣不固的人，其次便是皮膚病。

撰文：黃劍峯

現任上善堂中醫診所主治中醫師，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。考獲香港大學中醫學碩士、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。著有《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：sheung sintong@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