



# 長庚中醫

## 第一〇九期 簡訊

中華民國112年2月1日 出刊

癸卯年元月十一日 節氣 大寒

**本期要目：**

- ◎醫師叮嚀.....1
- ◎醫務櫥窗.....1
- ◎漫談小兒氣喘.....2
- ◎中醫兒科究竟在看什麼？.....4
- ◎腦麻孩童藉由中醫輔助治療，期許進步更明顯...6
- ◎常見中藥小常識.....8

**小兒氣喘中醫加強照護門診**

針對兒童與青少年氣喘患者，提供『以病人為中心』的優質醫療。



中醫加強照護門診提供口服中藥、針灸、氣霧吸入、穴位推拿、穴位敷貼、中醫衛教與中醫診斷儀器輔助評估病情，另有過敏原檢測、肺功能檢查等服務。

### 醫師叮嚀

廖于寧 醫師

農曆春節期間滿桌山珍海味的年菜佳餚，拜年聊天時零嘴也不間斷，「每逢佳節胖三斤」成為體重管理者的夢魘。免煩惱！只要把握正確的飲食順序也能輕鬆「養瘦」，不但能在年節開心享受美食，也可降低體脂的負擔。先吃青菜再吃肉，澱粉減半最後再享用～先吃富含纖維質的青菜，除了讓胃部有飽足感，還能緩解後續食物吸收的速度，並刺激腸胃蠕動促進排便，減少膏粱厚味囤積在腸道形成宿便，增加濕濁痰淤積滯於體內。攝取足夠的蛋白質對減重至關重要，蛋白質是合成肌肉的主要原料，減重過程中身體必須要保有足夠的肌肉，才能利用肌肉的產熱效應維持較高的基礎代謝率，避免落入復胖循環。此外，蛋白質有較大的飽足感，減少嘴饞想吃零食充飢的機會。年節聚餐的主食建議選擇負擔較低的白肉如：魚肉、雞肉等，降低脂肪的攝取，可剔除雞腿皮、豬腳皮或五花肉等含脂量較高的部分；盡量避免油炸、燒烤、糖醋等烹調方式，不容小覷的高糖高油高鹽就隱身在這些容易上癮的精緻調味中。最後再攝取一半份量的澱粉，一來是胃部已被青菜和肉類填充，飢餓感下降自然就不會攝入大量的精緻澱粉；其次是先有低GI的食物先徐緩拉升血糖，不讓胰島素立即飆升。吃對飲食順序以減輕血糖劇烈震盪，是降低胰島素抵抗的不二法門之一。當血糖平穩了，就能有效減緩身體合成脂肪的速率，延長下一餐想進食的口慾，讓您不會過完年後搖身變成「大腹翁」和「小腹婆」。

### 醫務櫥窗

廖于寧 醫師

過往中醫四診合參的診斷，無論是外感內傷等疾病，辨證過程常依賴主觀判斷，缺乏儀器的客觀輔佐因而飽受爭議。現今科技的進步，中醫臨床與時俱進引進脈診儀和舌診儀，透過電腦化的診察系統，針對脈波及舌象進行定性、定量與定位的分析，並對比已建立的量化數據資料庫，歸納出患者舌脈診的性質與特徵作為中醫辨證之客觀依據，建構具有臨床療效價值的舌脈診數據資料庫，是中醫重要的診斷指標。脈診儀的原理是透過壓力轉換器、電容微音器，取寸、關、尺位置，測定浮、中、沉脈的訊號量，所得的訊號量先經過高通及低通濾波器過濾，再經過類比後將訊號數字化轉入電腦，再與數據庫中的脈波通過電腦進行比較，來分析「位」、「數」、「形」、「勢」等四個主軸的脈象屬性。舌診儀受益於圖像分割演算法的快速發展，舌象分析之特徵較為直觀且共識度較高，電腦AI已能自動判讀齒痕、裂紋、舌苔面積、呈色等多個特徵。據研究顯示經正確拍攝、圖片清晰的情況下，識別準確率能達到85%。先進數位化的舌脈診儀器提供中醫門診病患能藉由電腦儀器蒐集舌診影像與脈診圖，建立診斷參數量化的資料，輔助中醫師在臨床上提供更客觀的判讀標準及達成有共識的溝通。

## 漫談小兒氣喘

長庚醫院北院區中醫內兒科主治醫師

盧熾竹

一位三歲的小男孩在家人的陪同下來到了診間，小男孩自幼有氣喘病史，約兩周前新冠肺炎確診後，誘發氣喘發作。現在不但白天、夜間、玩耍運動都會咳到停不下來，咳嗽有咻咻聲，甚至會咳到胸悶，喘不過氣來。小男孩被帶到林口長庚急診，後送往隔離病房住院治療，並會診中醫合併中藥治療後，逐漸康復。後續轉來中醫小兒氣喘優質門診調理。提及住院的這段時間，讓母親心有餘悸。

氣喘是一種呼吸道慢性發炎所造成的過敏性疾病。

最常見誘發氣喘的危險因子包含塵蹣、花粉、病毒

感染、空氣汙染原、環境的溫度濕度變化、運動以及較

激烈情緒變化等。氣喘發作時的常見症狀為喘鳴聲、胸悶

咳嗽與呼吸困難。氣喘可經由治療來控制與緩解症狀，但若



輕忽氣喘疾病，未給予及時有效的治療，可能會造成致命性的危險，是不容輕忽的。根據歐洲呼吸雜誌2022年的研究論文指出，因感染新冠肺炎住院的兒童中，具有哮喘、濕疹、食物過敏等過敏性疾病體質者，與沒有這些疾病而確診新冠肺炎住院的兒童相比，前者更容易出現持續長新冠症狀，風險約高出1.6倍。氣喘不但可能影響孩童的學習活動表現、生活品質，頻繁的就醫也會造成家庭的經濟及照護上的負擔。

在中醫的古籍中早有對氣喘的記載與論述，氣喘又稱為「哮喘」。中醫認為氣喘的發病原因可分為內在因素與外在因素。內在因素指的是小孩相對於大人而言，五臟六腑的功能尚未發育完全，肺不足，造成對外的免疫力較差；脾與腎不足，影響運輸津液的功能因而產生痰飲。當有外來病毒侵襲，如新冠肺炎病毒的感染，就會引動體內舊有的痰飲，誘發氣喘發作。這就是《證治匯補·哮喘》所論述的「哮為痰喘之久而常發者，因內有壅塞之氣，外有非時之感，膈有膠固之痰，三者相合，閉拒氣道，搏擊有聲，發為哮喘。」。

針對氣喘的孩童，桃園長庚中醫部設有中醫小兒氣喘優質門診。凡十二歲(含)以下，經西醫師診斷為氣喘的孩童，即可加入中醫小兒氣喘優質門診。此門診為健保給付，除了口服中藥之外，還包含穴位敷貼、針灸治療與小兒推拿按摩，多面向結合的中醫治療，不但能緩解氣喘兒童的症狀，增強氣喘兒童的免疫力，更能提升孩童與家長的生活品質。

在小兒氣喘的急性期，常使用的中藥方劑包含治療寒性哮喘的小青龍湯，與治療熱性哮喘的麻杏甘石湯。小青龍湯多用於治療氣喘發作且伴隨寒性症狀如怕冷、咳嗽痰白清淅泡沫狀的孩童。麻杏甘石湯則用於治

療氣喘發作且伴隨熱性症狀如怕熱、口臭、便秘、咳嗽痰黃而稠的孩童。而在小青龍湯與麻杏甘石湯中，「麻黃」為此兩方的君藥。麻黃中所含的麻黃鹼和偽麻黃鹼可緩解支氣管平滑肌痙攣，達到緩解氣喘的作用之外，麻黃也能宣通肺氣，將體內遺留新冠肺炎的病邪散出，恢復肺臟正常的生理機能。使用小青龍湯或麻杏甘石湯，再配合調理長新冠的中藥，可緩解氣喘孩童長新冠症狀與縮短長新冠的時間。

藥餅穴位敷貼是以辛溫的中藥材調製成藥餅，敷貼在孩童背部的俞穴上，以身體的毛孔將藥效吸收。以約每周一次~兩周一次的頻率，不但能達到緩解過敏與氣喘的症狀，更能提升孩童的免疫力。對於不敢服用口服中藥，又畏懼針灸治療的年幼孩童，藥餅穴位敷貼是孩童接受度不錯的治療方式。

捏脊為保養氣喘孩童常使用的推拿手法之一。操作時先請孩童趴臥。家長在替孩童進行捏脊前，可先以雙手大拇指揉按脊椎兩側的膀胱經數次進行暖身，或是以手掌來回擦熱背部，讓孩童有心理準備，習慣按摩的力道與溫度。接者以雙手的大拇指、食指、中指捏夾起孩童背部皮膚的皺褶，以邊捏邊推的方式，由腰部向上捏至脖子，共可操作5~10次，操作至孩童背部的肌膚微微泛紅。捏脊可藉由激發膀胱經的精氣，達到增強孩童免疫力與抵抗力，降低氣喘孩童再次因感冒或確診新冠肺炎而誘發氣喘的機率。

## 醫師介紹～中醫內兒科 盧熾竹 醫師

學歷：長庚大學中醫學系雙主修醫學系

經歷：長庚醫院中醫內兒科主治醫師

長庚大學中醫兒科學課程講師

小兒氣喘中醫優質門診照護計畫資格

台灣中醫兒童暨青少年科醫學會小兒推拿

研習班認證

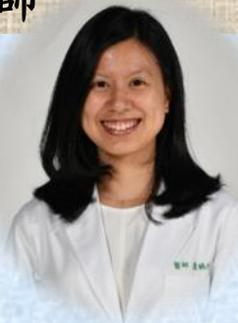
專長：

(1)一般兒科疾病、兒童及青少年特殊疾病：

呼吸系統疾病(氣喘、過敏性鼻炎、上呼吸道感染)、消化系統疾病、皮膚疾病(濕疹、異位性皮膚炎)、妥瑞症及注意力不足過動症、性早熟、生長發育調理

(2)自律神經失調、睡眠障礙

(3)一般內科與婦科疾病



# 中醫兒科究竟在看什麼？

長庚醫院北院區中醫內兒科主治醫師 林沛穎

「醫師，請問小朋友感冒可以看中醫嗎？」「請問小朋友多大可以吃中藥？」

「醫師，請問小朋友便秘可以看中醫嗎？」「請問小朋友可以吃中藥嗎？」

在診間或是一些健康講座の場合，常會遇到家長有上面這些疑問：

究竟什麼問題可以帶孩子尋求中醫的協助？究竟多大的孩子可以開始看中醫？總的來說，中醫兒科可以處理的問題，就是所有孩子有可能出現的症狀和疾病，凡是孩子有需要，不論年紀大小都可以尋求中醫的幫忙。中醫的治療除了大家熟知的口服藥物外，還有穴位敷貼、小兒推拿、藥浴、外用膏藥等等的外治法，可取代不易餵食藥物的小小孩或是孩童。

在台灣，一般家長對中醫兒科的認知就是所謂的「轉骨」，家長常常因為小孩生長發育調理的問題，帶著孩子來到中醫兒科的診間，才發現原來孩子還有其他的問題可以藉由中醫藥處理，也才發現原來家裡的小小孩常常感冒生病也可藉由中醫來緩解症狀並縮短病程。以下先根據中醫的「五臟」從中醫的角度來概略介紹常見的兒科疾病：

一、「肝」、「心」：中醫所說的「肝」跟現代醫學的神經系統、情緒調節比較相關；「心」則跟認知、專注力、心血管系統相關。現在許多孩子的注意力不集中、多動症、小小孩的夜間哭鬧、夜間磨牙夢遊、或是妥瑞症、癲癇等等都屬於這一個範疇。

二、「脾」：中醫的「脾」大致與現代醫學的消化系統、部分的免疫調節及造血系統相關。諸如小兒的厭食、便秘、嘔吐、腹瀉、急性腸胃炎、生長遲滯、化療治療後的血球低下等等就屬於這個部分。

三、「肺」：中醫的「肺」則與現代醫學中的呼吸道系統、皮膚系統、及部分的免疫系統相關。兒童常見的發燒、急性上呼吸道感染、扁桃腺炎、鼻竇炎、咽喉炎、肺炎、過敏性鼻炎、氣喘、皮膚濕疹、青春痘、異位性皮膚炎等等就屬於這個部分；另外小小孩容易反覆發生的細支氣管炎或是學齡兒童容易反覆感冒也多與「肺」相關。

四、「腎」：中醫的腎與生殖內分泌系統、泌尿系統相關。兒童常見的夜間尿床就屬於這個部分，其他像是先天異常的罕見疾病、性早熟、青春期生長發育也是歸屬這個臟腑。

然而上述只是依據中醫臟腑的概略分類，中醫兒科醫師會根據孩子的主要症狀和伴隨症狀以及理學診察後綜合判斷孩子所需要的治療。

那麼在診間裡，中醫兒科醫師如何診治孩子呢？近年來大家已經越來越有「兒童不是大人縮影」概念，在一般熟知的「望、聞、問、切」之中，中醫對於兒科診察也有一些別於成人的部分，以下跟大家介紹：

# 中醫兒科究竟在看什麼？

## 長庚中醫

兒童因為不擅長表達自己的症狀與不適，所以古籍裡面稱兒科為「啞科」，因此望診，也就是「觀察」，這件事就顯得格外的重要。那要「望」什麼呢？孩子一進入診室，我們就會觀察孩子的神情、精神活動力、面色、唇色。孩子正常的面色是紅潤有光澤的，當孩子面色沒有光澤、或是呈現蒼白、或是蒼黃，就會提示中醫兒科醫師孩子可能有肺系或是脾系的問題。再來會請孩子張口，觀察孩子舌頭的顏色、舌苔顏色，舌頭和舌苔的表現可以讓中醫兒科醫師判斷孩子是偏「熱」、偏「寒」、偏「實」、偏「虛」或是夾「濕」、夾「痰」的佐證；最後兒科醫師的特色是會使用壓舌板來觀察孩子扁桃腺、咽喉，來評估是否有扁桃腺發炎、咽喉炎、或是鼻涕倒流等問題。

大家一般對中醫最熟悉的「把脈」這件事情，在中醫兒科診療中反而沒有像成人這麼重要，這是因為孩子對於醫者容易畏懼哭鬧進而影響脈搏的次數與型態、其次孩子的肢體比大人短許多，所以脈的長度也相對短；因此從把脈而可以得到的資訊就不像成人那麼多。那要如何補足這些缺憾呢？中醫兒科醫師會用醫師的手背探觸孩子手掌心的溫度，由孩子的掌心溫度來判斷孩子是否有「臟腑」「積熱」：這些熱像會表現在許多臨床徵象，如口臭、眼屎、便秘、情緒煩躁等等。

對於三歲以下的孩童，中醫兒科還有一個特色，就是「指紋」。由觀察孩子食指橈側表淺靜脈的血管顏色以及回流狀態（圖➡）可以判斷孩子是屬「寒」、屬「熱」；是否有積滯（腸胃的）或是呼吸道的痰阻等等）；和預測疾病的嚴重程度。



越小的孩子不論生理或是病理的狀況都與大人有越多不同，疾病變化也更迅速；針對這樣特質中醫的診治都有相對應的方法，中醫藥適當的介入，可以達到縮短病程、避免復發的目的。因此，當家長對於孩子從出生到18歲有健康上疑慮的時候，都可以到中醫兒科的門診諮詢喔。

### 醫師介紹～中醫內兒科 林沛穎醫師



現職：長庚醫院中醫內兒科主治醫師  
台灣兒科醫學會會員  
台灣中醫兒童暨青少年科醫學會監事  
學歷：長庚大學中醫學系雙主修中西醫學士  
經歷：長庚大學中醫兒科學講師  
小兒氣喘疾病門診加強照護資格  
台灣兒科專科醫師  
台灣中醫兒科專科醫師  
成都中醫藥大學附屬醫院兒科臨床診療進修

腦性麻痺（Cerebral palsy），是指出生前或出生後，因為各種原因腦部受到非進行性的損傷或發育缺陷所致。根據統計，腦性麻痺的全球盛行率大約是千分之二到四。腦性麻痺患者典型表現是以運動障礙為主，依據運動障礙表現可分為痙攣型（Spastic subtypes）、運動障礙（Dyskinetic subtypes）、共濟失調型（Ataxia）和混合型（Mixed）。值得注意的是，這些腦部傷害亦可能會影響支配運動以外的區域，造成智能障礙、視力障礙、聽覺障礙、語言發展遲緩等，形成多重性障礙。

一篇研究臺灣的腦性麻痺患者之醫療使用率發現，因為受到多重障礙的影響，腦性麻痺的患者的醫療需求與花費比同年齡的一般人還要多，花費金額達1.75倍。其中，疾病分類又以「神經系統」、「呼吸系統」、「消化系統」佔據前三名，顯示出除了運動障礙以外，腦性麻痺患者在日常生活的照護，需要跨部門整合的醫療處置，而中醫也是腦性麻痺患者在尋求醫療的選擇之一。

腦性麻痺的相關症狀，可對照到中醫古典病名的「五遲」、「五軟」、「五硬」等範疇。中醫治療腦性麻痺的定位除了在腦以外，其伴隨症狀如肢體僵硬、智能障礙、肌肉無力、語言障礙、易感肺炎等，也涉及了臟腑的肝、心、脾、肺、腎，形成五臟互為相關且虛實夾雜的疾病。因此，中醫在治療腦性麻痺的患者會採取多面向的綜合治療，其中針灸、中藥、推拿手法是最常使用的治療手段。



實證醫學是讓醫學進步的重要方法之一。在一篇中醫的隨機臨床試驗(randomized controlled trial, RCT)之系統性回顧(Systematic review)發現，對於腦性麻痺的患者，在正規西醫療法結合中醫治療下，綜合表現有顯著地進步。例如在日常生活功能方面，對於痙攣型的患者改善了肌張力，以及粗動作能力的進步。除此之外，認知功能、社會化能力、語言表達能力也有良好的進步。

長庚中醫在治療腦性麻痺的孩童更有顯著的療效經驗，分析桃園長庚138位同時接受西醫常規復健治療的腦性麻痺孩童，中醫的介入可以使腦性麻痺兒童的動作功能與認知功能增加更多。

在粗動作評估(Gross Motor Function Measure, GMFM)與中華兒童發展量表(Chinese Child Developmental Inventory, CCDI)的評分裡，第三個月起各項量度分數即有進步，而在治療第九個月之後，中醫綜合治療的療效具有統計意義。其中，GMFM又以「坐姿」總分進步最多，CCDI以「概念理解」總分進步最多。這些孩童在粗動作功能獨立分類裡(GMFCS-level)屬四、五級之自我移動能力受限，占了總數的76.1%，意味著對於症狀較嚴重的孩童，會更希望尋求中醫進行不同面向的多重介入，而症狀也確實得到了顯著地進步。

「以病人為中心」是長庚中醫一直秉持的治療精神。對於腦性麻痺的孩童，我們給予多面向的綜合治療，並設有「小兒腦性麻痺優質門診」。若「年齡未滿十三歲」，且「經西醫復健科或神經內科診斷」的孩童，可由健保給付中醫的綜合治療。門診會進行專業的詢問與四診評估，了解孩童的病史、運動障礙情形、心智發展狀況，並在治療期間進行中藥開立、針灸治療、推拿手法、藥浴處置，讓孩童在每次的門診得到完善且整合的中醫治療，期許腦性麻痺的孩童在中醫多重治療之後，能發揮最大的行動能力、自理能力、社會化能力。

醫師介紹～中醫內兒科 吳健瑋 醫師



長庚中醫兒科 吳健瑋醫師  
長庚醫院中醫內兒科  
中國醫藥大學中醫系

兒童生長發育

青春期調理、性早熟、腸胃調理等

兒童早期療育

妥瑞症、注意力不集中過動症、腦性麻痺等

一般內婦科疾病

呼吸系統、睡眠障礙、退化性疾病等

	一	二	三	四	五	六	日
早		桃園	林口	台北		桃園	
午		林口	林口			林口	
晚				桃園			



# ...常見中藥小常識...

## 黃連

【品種來源】毛茛科植物黃連、三角葉黃連或雲連之乾燥根莖。

【性味歸經】苦，寒。歸心、脾、胃、肝、膽、大腸經。

【功效】清熱燥濕，瀉火解毒。

【應用】

1. 腸胃濕熱所致的腹瀉、痢疾、嘔吐等證。常配伍葛根、黃芩等，如葛根芩連湯可用於痢疾、腹瀉、身熱者。肝火或胃熱嘔吐者可配伍吳茱萸同用，即左金丸；或配伍半夏、竹茹等，達清熱降逆止嘔之效。
2. 熱病、熱盛火熾、壯熱、煩躁，甚至神昏譫語等證。黃連解毒瀉火，以瀉心經實火為主。故還可用於心火亢盛、煩躁不眠及迫血妄行所致的吐血、流鼻血等證，常與黃芩、白芍、阿膠等配伍，如黃連阿膠湯。
3. 癰腫瘡毒、耳目腫痛等諸證，常配伍黃芩、梔子、連翹等，如黃連解毒湯。
4. 胃火熾盛消穀善飢，煩渴多飲的中消證，常配伍天花粉、地黃等清熱生津之藥。

【使用注意】本品大苦大寒，過量或服用較久易致敗胃。凡胃寒嘔吐、脾虛泄瀉之證均忌用。

【現代藥理】

黃連的化學成分包含生物鹼類、木脂素類、黃酮類、酸性成分等，其中生物鹼類為其最主要的藥效，而又以小藥鹼(Berberine)為主。現代藥理研究表明，黃連具有較高的藥用價值，有保護心血管(如降血壓、抗心律失常、抗心力衰竭等)、降血糖、降血脂、抗發炎、抗病毒、抗菌、抗腫瘤等藥理作用。

【資料來源】

1. 衛生福利部中醫藥司，台灣中藥典暨圖鑑查詢系統。

2. 付琳,付強,李冀,佟欣.(2021).黃連化學成分及藥理作用研究進展.中醫藥學報,49(2):87-92.

3. 胡茜,張穎,李堃,楊智昉.(2021).黃連主要成分小檗鹼的臨床藥理作用探析.中國中醫藥現代遠程教育,19(24):203-205.

4. 台灣中藥典，第四版。

5. 《中藥學(承啟版)》知音出版社。

發行人:楊賢鴻

出版所:長庚醫療財團法人

顧問:陳敏夫 翁文能

地址:桃園市龜山區頂湖路123號

程文俊 鄭明輝

電話:(03)3196200轉2612

執行編輯:王雅慧

編輯群:許珮毓、廖于寧、盧嫻竹、林沛穎、吳健瑋、施惠齡

