

中華民國110年4月1日 出刊

辛丑年二月二十日 節氣 春分

### 本期要目：

- ◎醫師的叮嚀.....1
- ◎醫務櫥窗.....1
- ◎中風的中醫治療 ..... 2
- ◎中醫輔助治療失智症 提升您與家人的生活  
品質 ..... 4
- ◎中西醫糖尿病暨代謝症候群特別門診介紹 6
- ◎常見中藥小常識.....8



嘉義長庚中醫科、耳鼻喉系、藥劑科  
國家新創獎領獎合影

### 醫師叮嚀

楊曜旭醫師

武漢肺炎(COVID-19)自2019年底起開始肆虐全球，全世界染病人數已突破一億人，因武漢肺炎死亡人數已超過兩百六十萬人。所幸在台灣人民、醫界、公衛界與政府部門攜手努力之下，武漢肺炎並無在台灣造成社區流行，對於民眾的生活並無造成太大的影響，台灣的防疫成果在全世界可以說是數一數二。

在這場與病毒的戰役中，台灣中醫界也沒有缺席。由中醫藥研究所研發的「清冠一號」能有效抑制病毒入侵細胞、阻斷病毒複製、減少肺部的破壞及降低肺纖維化的發展，臨床試驗亦證實縮短病患住院時程。嘉義長庚中醫科的吳清源醫師，亦從本土茶葉中發現可以抑制病毒增生之結構物，其研究成果與一年多後的日本京都大學所發表的研究結果相同。

雖說疫情有緩和的跡象，防疫期間還是要提醒大家勤洗手，出入八大場所(醫療照護、大眾運輸、生活消費、教育學習、觀展觀賽、休閒娛樂、宗教祭祀、洽公)記得配戴口罩，適度保持社交距離，並且關心自我健康。台灣防疫成果的維持還須靠全體人民共同努力。

### 醫務櫥窗

特定疾病住院期間會診中醫治療也有健保給付，依「健保住院病患中醫特定疾病輔助醫療計畫」及「健保中醫癌症患者加強照護整合方案」，包括癌症和呼吸困難相關疾病病患，以及腦血管疾病、顱腦損傷、脊髓損傷自診斷日起六個月內適用健保給付。

嘉義長庚紀念醫院中醫團隊，考量復健病患行動較為不便，由中醫科資深主治醫師團隊，包括施瑋泰、楊佩蓉、柯俊旭、李懿芸、蔡盈盈、沈宜家，將中醫醫療帶到復健病房，於每週一、三、五下午，於復健科治療區診療室提供針灸服務。

陳先生原本是位大樓保全，工作時間長加上時常輪班，高血壓等慢性疾病找上身。雖有定期回診拿藥，但因自覺身體力還不錯、且工作忙碌，經常沒有按時吃藥，直到一天突然感到右手右腳無力，連吃飯、講話都嚴重受影響。經過腦部斷層檢查後，確定罹患阻塞性腦中風。住院復健的過程中，經病友推薦同時會診中醫治療，目前維持每週三次的復健與針灸，雖然動作仍不若以往，但在專業醫療及家人親情支持下，已準備要重新投入工作。

### 什麼樣的中風可以看中醫？

中醫針灸能治療許多中風後遺症，並且和復健一樣，儘早介入協助治療，對各方面的恢復都會有更好的幫助。從意識恢復、手腳無力、肢體麻木、臉部無力、語言能力、吞嚥功能，到中風引起的失眠、排便困難等症狀，都能獲得相當改善。

### 中風後意識不清的中醫治療

意識的恢復，往往與腦部損傷的部位、範圍、與時間長短息息相關。部份病患在經過針灸，以周身大穴及頭皮針刺激下，在意識方面能慢慢有一些進展。家人也可一邊按壓手心的勞宮穴及足底的湧泉穴，一邊對患者講話，或以錄音方式，在床頭反覆播放，都會有幫助。

### 中風後肢體無力的中醫治療

手腳無力常是中風患者最困擾、也是恢復最花時間精力的部分。針灸的治療目標，並不是要見證奇蹟，今天還癱在床上無法起身，明天就能站起來走路；而是和復健一樣，依照「布氏動作復原階段」的不同階段，擬定治療目標，選取相應的不同穴位，一步一步治療與復原。

### 中風後語言吞嚥的中醫治療

吞嚥和語言功能的治療，除了語言治療師的專業指導外，針灸治療也很有幫助，除了在局部穴位外，頭皮針的語言區及胃經、肝經、大腸經上相應的穴位，也對語言及吞嚥治療有很大的幫助。

### 中風後疼痛及感覺異常的中醫治療

神經受損所造成的麻木感，在治療上雖較為棘手，但持續針對相應經絡的五俞穴針灸治療仍能減緩麻木不適感。復健時出力不當



所造成的肌肉損傷，也可用針灸治療減少止痛藥的使用。至於常見因手無力，而拉扯肩膀所造成的肩關節疼痛、甚至脫臼，除了針灸止痛外，適時的護具使用，避免持續拉扯，也非常重要。

### 中風後失眠的中醫治療

在中風後的復健過程中，睡眠障礙也很常見，失眠、休息不足不但會造成情緒低落，日夜顛倒更導致復健時精神不佳與體力不足，無法好好配合復健，進而影響神經的修復，讓復原更慢。針灸除了內關、神門、風池等常用穴位，頭皮針的應用也非常有幫助。在病情穩定下，同時配合中藥的使用，能更快擺脫睡眠障礙，對中風的復原更有幫助。

### 中風可以吃中藥嗎？

中風是可以配合中藥治療的，但是因為許多病人都有配合服用抗凝血劑等藥物，若自行服用民間偏方，或冒然使用來路不明的中草藥，不但有可能增加出血再次中風的風險，醫師也更難把握實際病情，倒頭來不只傷荷包，還更傷身。若有服用中藥的需求，一定要尋求合格中醫師的協助，在中醫師專業的協助下，使用中藥，才能對症下藥，真正改善病情又不傷身。

## 施瑋泰醫師檔案

嘉義長庚醫院 中醫科 主治醫師



**專長：**腦中風後遺症、下背痛、急慢性疼痛  
失眠、自律神經疾患、精神疾患、  
腸胃疾病、腎泌尿疾患、一般內分泌  
及相關體質調理

|    | 週一 | 週二 | 週三 | 週四 | 週五 | 週六 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 上午 | ★  | ★  |    | ★  | ★  |    |
| 下午 | ★  |    |    |    | ★  |    |
| 夜診 | ★  |    |    |    |    |    |

根據內政部統計處數據顯示，民國107年3月底我國已正式由「高齡化社會」進入「高齡社會」；截至109年底，65歲以上人口已達全國總人口數16.07%。根據國家發展委員會推估，115年將邁向「超高齡社會」<sup>註1</sup>。就老化指數<sup>註2</sup>而言，我國已於106年2月底達到100.18（老年人口數超越幼年人口數）；至109年底，全國之老化指數升高至127.80。

當人口結構持續老化，因退化所衍生出的相關疾病勢必愈來愈普遍，其中失智症患者的增加速度更是驚人。根據台灣失智症協會推估，民國108年底失智症患者占全國人口1.24%，即每80人中有一人是失智症患者，其中在65歲以上長者之盛行率更高達7.78%，即每12位長者之中就有一位是失智症患者。

失智症並非正常老化而是一群症狀的疾病表現，包含：記憶力衰退、認知功能異常、語言、判斷力、空間感、抽象思考能力、專注力等多方面的退化，同時也可能合併有個性改變、妄想、幻覺等表現，嚴重時會影響自身人際關係及與同住家人、照顧者之間的日常相處。

失智症在臨床上分類大致分為退化性、血管性、其他原因造成共三類，但有時也會出現兩種合併或兩種以上的病因所造成，各分型簡介如下：

### 一、退化性失智症：較常見，又可再區分為

1. 阿茲海默氏症(Alzheimer's disease)：早期即出現明顯記憶力衰退，對人、時、地的辨認出現問題。
2. 額顳葉型失智症(frontotemporal lobe dementia)：早期即有行為控制力喪失和人格變化，表現出不合常理的舉動。
3. 路易氏體失智症(dementia with Lewy body)：除認知障礙之外，早期就可能出現肢體僵硬、走路不穩等症狀；另外具有較明顯的精神症狀，如：視、聽幻覺、妄想、情緒不穩定等。

### 二、血管性失智症：

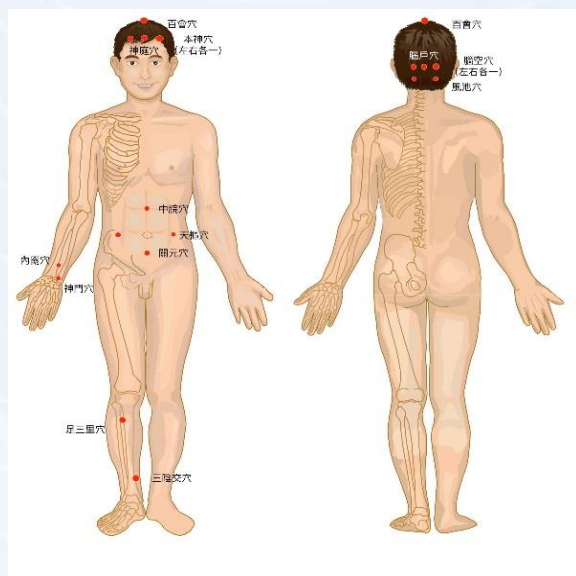
因腦中風或腦血管病變，導致腦部血液循環不良、腦細胞死亡進而出現認知功能障礙。和退化性失智症最不相同的表現在於認知功能是突然惡化而非漸進式衰退，且嚴重程度會起起伏伏，呈「階梯狀」退化。

### 三、其他原因造成之失智症表現：經治療後有機會恢復

1. 營養不良：如缺乏葉酸、維他命B12
2. 新陳代謝異常：如電解質不平衡、甲狀腺功能低下
3. 腦內病灶：如腦部腫瘤、創傷、常壓性水腦症
4. 中樞神經系統感染侵犯腦部：如梅毒、愛滋病
5. 藥物、酗酒等其他原因



失智症是一連串退化的過程，從最輕微表現到中、重度甚至是末期所費時間因人而異，患者自身或是同住家人、主要照顧者若能及早發現，並尋求正確就醫管道積極治療，不但可幫助患者了解該疾病的預後，更能讓其家人及主要照顧者預先做好應對準備。就醫選擇除了神經內科、精神科為主要鑑定，中醫在失智症的輔助治療方面也能提供許多日常照護上的協助，例如：食慾不振、吞嚥困難、排便不暢、情緒起伏、睡眠障礙等，皆能透過內服中藥或針灸、穴位按摩等方式獲得不錯的療效。臨床常用有頭部的百會及其前後左右各一寸之四神聰、神庭、本神、腦戶、腦空；四肢之內關、神門、足三里、三陰交；腹部之中脘、天樞、關元等穴位，可參考以下圖片標示自我按摩緩解失智症所導致之相關不適症狀。



註1：

根據世界衛生組織(WHO)定義，65歲以上老年人口占總人口數7%以上為「高齡化社會」；14%以上為「高齡社會」；20%以上為「超高齡社會」。

註2：

老化指數計算方式為65歲以上老年人口數/0-14歲幼年人口數，係衡量一地區人口老化程度之指標。

### 沈宜家 醫師檔案

嘉義長庚醫院 中醫科 主治醫師

**專長：**

針傷科：退化性筋骨痠痛、扭挫傷疼痛、運動傷害、神經疾病、中風後遺症

內科：皮膚疾病、睡眠障礙、過敏體質調理

婦科：月經不調、痛經、更年期障礙

|    | 週一 | 週二 | 週三 | 週四 | 週五 | 週六 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 上午 |    |    | ★  | ★  |    | ★  |
| 下午 |    | ★  |    | ★  | ★  |    |
| 夜診 |    |    | ★  |    | ★  |    |

## 中西醫糖尿病暨代謝症候群特別門診介紹

嘉義長庚紀念醫院 中醫科 蔡盈盈 主治醫師

由於飲食習慣精緻化和生活型態改變，台灣每年新增的糖尿病患者達到十六萬人之多，高血糖會產生很多併發症，包括：視網膜病變、腎病變、神經病變等等，一旦被診斷糖尿病，患者須規律服用降糖藥，因此其他藥物的增減須更加小心斟酌，同時患者可能也會對於體質調理、保健食品等等有所疑惑，因此為了方便患者有疑問時可以諮詢中醫，於2020年8月在嘉義長庚新陳代謝科門診區開立中西醫糖尿病暨代謝症候群特別門診。

糖尿病患者常見的症狀如腸胃不適、胃食道逆流、便秘、下背痛、各種肌肉痠痛都是中醫門診常見的主訴，藉由體質調理可以減少身體不適的症狀，對於糖尿病用藥有所了解的中醫師可以再次對病人做用藥的衛教，以及對於用藥的副作用加以調理，使病人用藥遵從性增加，有些病人會詢問民間糖尿病偏方，也可以用中醫的知識加以解說答覆，避免病人服用不適宜的藥方反而造成對身體的傷害。對於藥膳有需求的病人也可以來中醫門診開立，考慮其糖尿病的嚴重度給予適合的藥方及綜合飲食衛教的烹煮建議。

在此分享兩個案例治療成果：

### 【案例一】

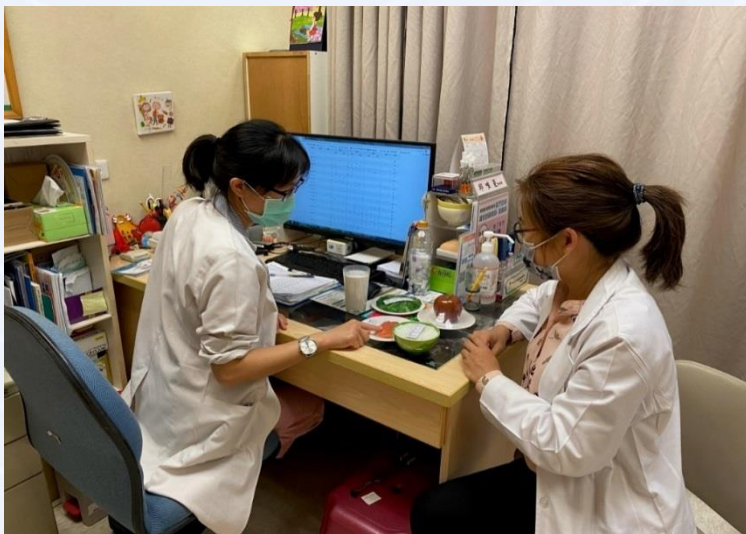
王先生，64歲，糖尿病20年於新陳代謝科門診規律服藥，最近感覺腿部後側肌肉緊繃疼痛，經西醫介紹而來中醫門診就診，評估後認為王先生是局部的肌肉緊繃，診視後判斷為氣滯血瘀的證型，由於王先生平日口服用藥已有三種，故以針灸的方式治療腿部症狀，經過三次針灸加電針治療後，腿部痠痛緊繃已改善大半，不須再處方用藥可以減少用藥的複雜度，讓病患服藥的順從度更高。

### 【案例二】

陳小姐，28歲，於懷孕24周時診斷妊娠糖尿病，對於飲食該如何改善較不了解，想尋求中醫調理，也想詢問可否用埋線減肥的方式改善體重，中醫師診視並與衛教師討論後，認為陳小姐的飲食有相當大的改善空間於是再次衛教飲食的原則，並跟她討論半夜如果肚子餓可以選擇那些食物，並搭配科學中藥處方減輕飢餓感，也跟她說明懷孕時不宜接受埋線減肥的治療，目前飲食狀態有改善，血糖也變得較為穩定。



要改善糖尿病除了西藥用藥之外，生活型態和飲食的改善也是非常重要的一環，糖尿病治療需要一整個衛教團隊的努力，包括新陳代謝科醫師、營養師、衛教師、護理師等等，我們將中醫也加入這個團隊，讓病患增加體質調理、藥膳、針灸治療等等更多養生的選擇，避免病人聽信偏方自行購買不明來源的藥品，提供符合在地民眾需求的全方位照護也希望各界專家不吝給我們意見和回饋！



中醫師與衛教師討論病患的衛教方向

## 蔡盈盈醫師檔案

長庚紀念醫院 中醫科 主治醫師



### 現職及經歷：

中西醫雙執照

中華民國糖尿病衛教協會 衛教師執照

嘉義長庚紀念醫院 產後護理之家衛教講師/  
糖尿病病友會講師

嘉義長庚紀念醫院 畢業後西醫一般醫學訓練  
完訓

### 專長：

一般內科疾病、月經疾病、婦科調理、筋骨  
痠痛、扭挫傷、糖尿病及代謝症候群體質調  
理、糖尿病衛教諮詢、中醫藥膳體質調理諮  
詢

### 粉絲專頁

[跟著盈盈中醫師閒閒養生](#)



中西醫糖尿病暨代謝症候群特別門診介紹

長庚中醫

## ...常見中藥小常識...

**名稱：**地骨皮

**來源：**茄科落葉灌木植物枸杞或寧夏  
枸杞的根皮。

**性味：**甘、淡，寒。

**歸經：**歸肺、肝、腎經。

**功能：**涼血退蒸，清肺降火。

**主治：**涼血除蒸，清肺降火。用於陰虛潮熱、骨蒸盜汗、肺熱咳嗽、  
咯血、衄血。

**用法用量：**煎服，6～15g。

**使用注意：**外感風寒發熱至脾虛便溏者不宜用。

**藥理研究：**本品含甜菜鹼、 $\beta$ -谷甾醇及亞油酸。此外還含桂皮酸、多種酚類物質等。地骨皮水、醇提取物，對發熱家兔有解熱作用；本品煎劑有降血壓、降血糖等作用；並有降血清膽固醇及興奮子宮作用；對傷寒桿菌、甲型副傷寒桿菌、福氏雞疾桿菌有較強抑制作用。

**資料來源：**台灣中醫藥資訊網、免疫類中藥材與方劑中醫典籍資源網、醫碁



發行人：楊賢鴻

顧問：陳敏夫 翁文能 鄭明輝  
程文俊

執行編輯：陳錦秀

編輯群：楊曜旭、施瑋泰、沈宜家、蔡盈盈

出版所：長庚醫療財團法人

地址：桃園市龜山區舊路村頂  
湖路123號

電話：(03)3196200轉2613