

從「新冠肺炎」看中醫防治疾病的理念與思路

近兩個月來「新冠肺炎」蔓延全球，由於其病情發展與變化迅速，高度危害生命，令人聞之喪膽。大家迫切想知道，中醫在「新冠肺炎」防治理念與思路？中醫防治的特點？中醫防治的「新冠肺炎」的療效？

中醫認為任何疾病的發生都是由外因、內因共同作用的結果；在預防、治療疾病既重視外因，但更重視機體的內環境及體質狀態，即可解讀為什麼疫情治療的目的是恢復機體的陰陽平衡，重建正常的臟腑功能。中醫藥防治疾病的理念，是以人為中心的整體觀與辨證觀合一的防治理念。

1. 認識發病的原因

大家同在一條船（如公主號）上，甚至同一房間，有人感染，有人卻沒感染，是否單以「染上病毒」作為患病的唯一原因，就能解釋一切？殊不知對患病原由的認識，決定性地影響了防治與治療的思路。疫病是發生在人（或動物，或植物身上），並具有可傳染性的疾病的統稱，多由細菌、病毒等微生物引起。中醫學疫病的病因是陰陽五行時空偏頗，五運六氣的變化所產生的疫癘之氣。即天體、氣候、環境變化中所產生的偏頗不正之氣，這種疫癘之氣其性質有寒、溫、濕、燥、火之分，這些疫氣侵襲人體時，受機體所處的狀態不同，決定了是否發病，以及發病的形勢、癥狀。在《黃帝內經》總結為「正氣在內，邪不可干」，「邪之所湊，其氣必虛」。例如流行



感冒，雖然傳染性強，相互傳染容易，但如自身抵抗力強，機體健壯，可能就不發病；如機體偏頗，抗病能力下降，則易發病。本次疫病發病也能看到偏多於中老年人（正氣虛之體），抗病能力較弱的患病群體。

中醫對疫病發病的認識，從環境、社會、氣象、醫學等層面認識邪氣，不僅關注的邪氣的性質、特點，更重視疾病的發生部位（臟腑）、機體。這樣一種認識疾病的發病原因與病邪入體內的變化過程的機制（病因病機），方能更好地解除疾病。

2. 中醫治病之靈——辨證論治

- 1) 辨證論治：中醫治病關心的不僅是治療疫病，更關注的是患疫病的人，以及病邪侵入後機體的反應、變化過程，以及出現的症狀。通過辨識病症所歸納出的證，因機體的反應不盡相同，在辨證後給出相應的治療方案。
- 2) 防治的目的是祛出病邪，重拾機體臟腑功能的平衡。使臟腑功能恢復正常，解除疫病對機體的危害，中醫將之視為防治成功。
- 3) 注重「給疫邪找出路」：中醫在防治疫病時，不求殺死疫邪（病毒）於體內，而是重視（不忘）給邪氣找出路，這是中醫防治疾病的一個重要防治策略與理念，一旦邪氣有出路，則不會在體內與正氣相博，邪氣離開體內，則正氣可安，疫病則康復。



3. 中醫防治之精髓—治未病

1) 何為「治未病」：

《黃帝內經》：「上工治未病，不治已病，此之謂也」。「治未病」即採取相應的措施，防止疾病的發生、發展。這是中醫的精髓，是中醫中主要的防治思想。其內容包括了未病先防，既病防變和瘥後防復（發）。提出了預防理念：一者未病先防：重在於養生法於自然之道，調理精神、情志，保持陰平陽秘。二者既病防變：已經病了應及時治療，並能預測到疾病變化的方向，及時阻斷疾病的加重或轉變。三者瘥後防復是指疾病雖已治癒，但因為養護治療不徹底，正氣不足，餘邪未盡，潛伏於體內，可受某種因素誘發而使舊病復發所採取的防治措施。

2) 「治未病」具體手段與方法：

未病先防:中醫在預防施治的時機，明知疫病有流行性與傳染性，採用避之、防之的方法。避之可通過戴口罩、勤洗手、減少群體活動等；防之則當增強抗病、防病的能力。其理念一方面是先安未受邪之地，如預知「新冠肺炎」致病部位在肺及呼吸道，故先安「嬌臟」肺，注意肺臟的陰陽平衡，司呼吸的功能正常，並加以調攝，另一方面根據病邪的性質，採取對策。例如，本次的病邪「濕」的特點較為明顯，故在防治的方中加入祛濕健脾，培土生金的方藥與食品藥膳。提供相應的方藥、藥膳進行預防，顧及邪氣與內環境的相互作用與影響，其思路與理念則都是為防治疾病作貢獻。



既病防變：當染疫之後，當辨識疫病在不同的內環境中的變化，並採取相應的治療措施。外感之疫邪雖同，然各患者的內環境、體質等不同，所出現的病症表現不全然一樣，如有的表現出寒濕在肺，有的表現出濕熱蘊肺，故治療的方案也不盡相同，這就是中醫的治療理念與核心。

瘥後防復：根據瘥後機體的狀態偏頗，正氣虛弱，餘邪未盡，潛伏於體內，受某種因素誘發可使舊病復發，需要所採取的防治措施，如注意休息，適當的運動，食一些清淡補益之品，減少生冷油膩食品，可用藥膳、食物來補益氣陰，益氣健脾，促進疾病的康復。正如《素問•熱論》所言「病熱少愈，食肉則復，多食則遺，此其禁也」。

3) 重視「邪之所湊，其氣必虛」：

既然發病是正邪鬥爭的結果，如正氣強則邪氣退。本次疫情患者以年長人士為主，從中醫角度認為正是由於老年人正氣不足導致邪氣更易侵犯人體，而老年人正氣不足可以由於陰虛、陽虛、氣虛等虛證導致內環境的失衡，引起發病。故防治時，應注意扶正，以增強抗病能力。

4) 注重機體內環境及體質的調理：

在預防的具體方法中，重視內環境的平衡，陰陽調和，臟腑功能正常。同時強調因體質存在差異，預防調理、治療方法應從邪正雙方的交爭狀態考慮，治療方法也並隨之而變。如在《新型冠狀病毒肺炎中醫診療手冊》、《新冠肺炎診療方案》（1-7版）中提及防治新型冠狀病毒肺炎的中醫處方中都 可以看到平衡內環境、



糾正偏頗體質的治療理念與方法。在祛邪的同時，注意平衡體質狀態與內環境，從而能預防及治療疫病，並完美地收關。

總之，疫病對醫者猶如大考，考我們對疫病的認知、防治的理念與思路。我們應借鑒中醫的整體觀與辨證觀，特別要注意「治未病」的理念。重視天人合一，人與自然是一體，人類應認識自然，追求自然生態平衡。面對疫病，「治未病」為先，一旦發病儘早辨治，在治療時，不忘給疫邪找出路的理念與方法；疫病初愈後避免其復發。全程注意養生保健、食療藥膳調理，均有助於康復。總結、昇華中醫的防治理念，讓中華醫學的智慧幫助解決更多的更為複雜的疾病。

撰文：羅翌(香港大學中醫藥學院講師)
陳建萍博士(香港大學中醫藥學院首席講師)