

夏季流行疫病的預防與治療

不論中外歷史，在改朝換代之際，由於戰亂頻仍，死屍較多，環境衛生也不講究，像霍亂、痢疾……之類的瘟疫也很容易流行。十六、十七世紀霍亂在歐流肆虐，當時歐洲人是用酒灌在病人的嘴裏，並且全身磨擦酒精，但是療效有限。中國在同一時期，也因為霍亂病的流行而死了不少人，後來因為許多針灸醫師，挺身而出，推動刺血療法，使得不少病患得救，而減輕了疫病的蔓延。

夏天疫病流行

夏天天氣炎熱，台灣又多梅雨與颱風，這段期間，最容易滋養各類病菌，因此每年夏天都是疫病流行的高峰期，西方醫學看待這些疫病是病毒造成的，而中醫的病理觀是有別於西方的，中醫不講細菌或病毒，中醫講的是病氣，也就是所謂的能量，能量運轉正常，就是正氣，如果不正常，就會變成邪氣，邪氣是會產生疾病的，俗稱六淫之氣，也就是風、寒、暑、濕、燥、火等六氣，夏天火氣特大，很多人都會發生火的疾病，像瘡膿，紅斑狼瘡……等都是。這六種病氣有時候不是單獨發生的，所以在醫理上要分別清楚才能夠治療。

剛剛說過夏天暑濕之氣旺盛，暑濕在五行氣中屬中氣，以四季來分，是屬於夏末秋初。暑氣結合了火熱之氣再加上濕氣，威力是自然邪氣之中最毒的。從現代環境醫學來看，

熱和濕結合在一起，的確會產生許多病毒，所以無論是霍亂、痢疾、登革熱的發生季節，多在夏末秋初，也就是大氣中，暑濕之氣最重的時候；另外在雨後的2週，環境中充滿了濕氣，如果又結合了熱，就形成了病菌孳生的背景，這都是屬於暑濕，也是歷代發生瘟疫病毒最主要的病氣。

外侵病氣要當心

疫病是由外侵入到體內的，所以稱為外感症。外感症在中醫來看是屬於輕病，但是也是很危急的。因為外感的病氣從毛孔侵入，不易到達臟腑，一旦到達臟腑，那就算嚴重的疾病了，一般傷風感冒或流行性的疾病，只是侵入我們的體表，使體表的氣機紊亂，這時我們會覺得頭不清爽或者四肢無力，沒有食慾……等，這些現象，只要多休息，多喝水，發發

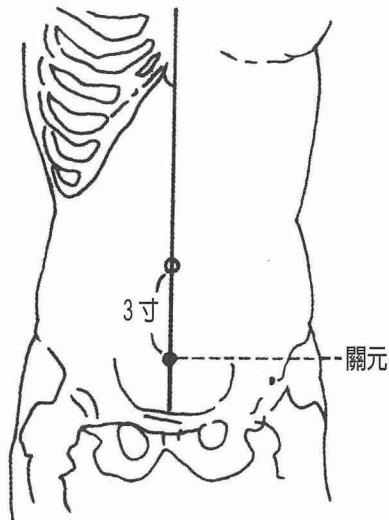
汗，讓內氣和外氣交流就好了。

但是病氣如果侵襲到臟腑，那麼這個外感症，就會變成急性的，嚴重的病症，像腎濕球炎，急性肺炎……等，都是普通感冒病菌，侵入臟腑造成的，這種感染，對嬰兒造成的危害是最大的，這是因為嬰兒的免疫功能，還沒完全建立，也就是中醫所說的，中氣很弱。

中氣在人體，主要是脾胃的功能，脾胃功能弱，中氣運轉弱，整個氣機就會亂，所以嬰兒只要一發燒，就會比成人高，這並不是病菌多厲害，而是因為嬰兒免疫機能比較差。

所以在夏秋之交病菌的感染，一開始只是侵入體表的發燒，喉嚨痛等現象，接著中氣受到攻擊，就會出現腸胃道出血、嘔吐……等胃經逆亂的現象，最後會造成陰陽兩虛、身體冰冷、冷汗直流……等命在垂危的休克現象。

其實每一種疫病都是要送醫的，不過在送醫的過程中，我們可用一些方法來配合的。像疫病引起的休克症候群，是一定要用醫院的輸液療法，讓患者維持一個維生系統，但是如果生命力不夠了，陽虛到達了極點，這時候我們可用艾條來燻患者的足三里或下腹腔、手心、足心……這些部位都可以補充熱量，因為在醫院中打點滴，主要成份是水份，都是涼的，是補陰的，這時若增加一些熱量，可以回陽救命。



刺血急救要領

接下來，我們要來示範刺血療法的急救方法。刺血療法很簡單，每一個人都能夠學習。首先我們來認識一下穴位：

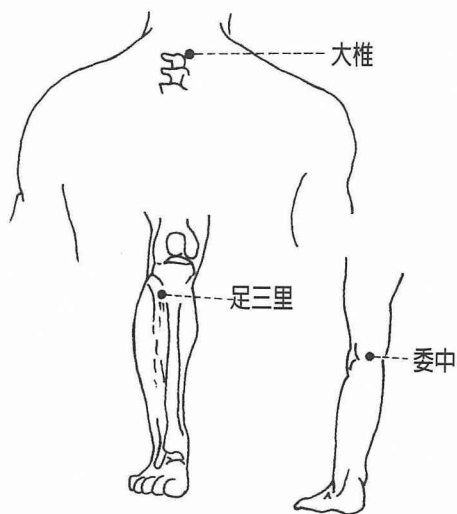
首先要介紹大家認識大椎，大椎就在頸椎第七節，是頸椎中最大的一節，所以叫做大椎，也就是頸椎與脊椎鄰接的那一節；大椎下面的凹洞，就是大椎穴，大椎穴是三陽經和督脈交會的地方，所以陽氣的熱量都匯聚在此，在大椎放血，可把陽熱之氣所形成腦壓昇高的壓力，適度的解除。我們拿到採血片，認準了穴位，消毒一下皮膚，刺進去，拉出來，會冒出血滴來。另外我們也可用三稜針，或消毒過較粗的縫衣針來放血，效果也是很好的。

此外，放血的穴位，還有十宣穴，十宣穴就十個手指頭尖，十個手指頭尖放血，用採血片就可以；由於十指連心的關係。三稜針太粗了，若用三稜針來放血，會讓人痛徹心扉的。凡是任何發燒熱病，或心臟有壓力，在這兒放血，頭部的壓力，都會很快得到紓解的。手指尖叫做十宣，腳趾縫就叫八風，十宣能夠放血，八宣穴也同樣的可以放血。

放血的目的是瀉熱去毒，毒隨著熱往上走，會衝到心肺和腦部的，放血能夠讓體內的熱氣，隨血流而散發到體外，血放得越多，毒也就瀉的越多。

手距離頭部和心臟比較近，所以在手指放血，瀉熱比較快速，而在腳放血，並不會馬上升熱，但是會比較徹底，原因是腳比較遠。

情況嚴重時，手腳可以一起放血，甚至耳垂部份都可以放血，頭部如果充滿了內熱，譬如說血壓高、腦壓高、中風等，除了在手指、腳趾處放血外，還可以在耳朵放血，因為膽



經經過顱部和耳朵，所以我們可先拉扯耳朵，扯到很紅時，然後在耳垂處放血，就可以很快就達到放血效果。

接著我們再來介紹委中穴，委中穴在膝蓋後方腘窩橫紋中央兩個筋之間的凹洞，是屬於膀胱經，在人體背後，只有一條督脈，而督脈的兩側就是膀胱經；膀胱經由眼睛內角向上往後走，一直到達腳跟外側出去。

由於人體背部為陽，內為陰，熱氣會聚集在陽面，所以身體陽面的膀胱經，瀉熱的速度也最快。在膀胱經上每一個穴位，尤其是腰部以下的穴位，都可以達到瀉熱的功能，但是瀉熱最快排毒最多的穴位，當屬委中穴，所以在中國歷代，如果發生瘟疫病，最主要的急救穴，就是在委中放血。在這裏要特別提醒，放血時要兩邊都放，因為人體的經脈都是成雙相對，兩邊都放，身體陰陽才能維持平衡。放血工具可用毫針、蜂針（有切割面），或三稜針，刺血的深度可從1公分到1公分半，出血量大約10cc，雖然只有10cc，但是體內的熱和毒，都瀉出來，血壓也降下來，生命垂危的熱象，馬上就會解除。

根據我過去治療相關疾病，急救和治療的經驗，刺血療法是迅速而有效的。尤其是腦中風的急救，效果最為顯著。至於像霍亂、登革

熱、……等會出血的病症，首先要經過放血排毒的工作，然後再留針治療，差不多一個禮拜的時間就可以治癒，至於嚴重到休克的程度，就要看送醫當時處理的情形了。

補充能量增加免疫力

接著我們再來談談，霍亂、登革熱、痢疾……等夏秋之交，容易出現的疫病的預防，這類流行病，都是濕熱的產物，所以環境的衛生必須要注意。

另外如何增加自己免疫力也是很重要的，在人體的穴位當中，可以補強免疫力的也很多，其中最有效的，就是足三里，剛巧夏秋流行的疫病，像登革熱也好，痢疾、霍亂也好，都是對脾胃有特殊的攻擊，所以我們選擇胃經的合穴——足三里穴，做為保健的穴位是很恰當的，足三里屬於胃經，胃經經過所有臟腑，從足三里把胃氣的能量充滿，抗病的能力會增強很多。

足三里穴是國際醫學組織公認能增加免疫功能，效果非常好的穴位。可以預防感冒、高血壓、中風……甚至於各種流行病毒，對於人體的免疫功能，有著很大的貢獻。

最後我們再來看著，一旦外感病菌，侵入了臟腑而造成了休克現象時，我們應該怎麼辦？

休克時身體很弱，手脚冰冷而且會出冷汗，這時最需要大補元氣，我們可用艾條末灸關元穴，關元上下附近都可以灸，灸時腹部會發熱，也就是把能量補強，收藏在下丹田，下丹田的熱氣充足，整個人體的氣機，就會充滿活力。

這種方法一方面可增強人體的免疫功能，一方面又可對症治療，休克症候群，是既可緊急時做急救，又可在平日做保養的好穴位。 解