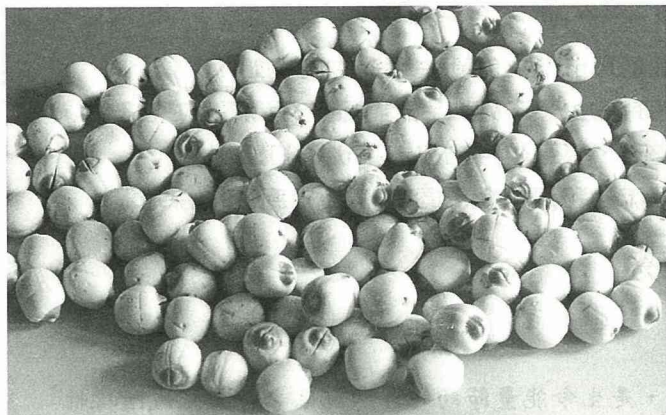


# 中醫助你對抗腸病毒



蓮子

預防腸病毒的發生，平常可服用以四神湯為主的中醫藥處方，增強抵抗力。中醫在預防許多細菌、病毒等疾病的感染，有其確切的效果，實有進一步研究發展的必要，以造福病患。

文／田安然

台北市立中醫醫院兒科主任

夏季是腸病毒好發的季節，通常以7~9月為高峰期，尤其今年全台籠罩在缺水的陰影之下，停水措施一波接著一波間接助長腸病毒的威力，如何在流行的高峰期妥善因應是每一個家長心中的願望。

腸病毒感染多發生於10歲以下小孩，最危險的年齡在3歲以下幼童，致死的案例多發生於此年齡層，若要遠離腸病毒的威脅必先認識它，腸病毒是一群病毒，包含近70型的病毒都歸之於腸病毒，大約可區分為：一、小兒麻痺病毒：包括1、2、3三型；二、克沙奇病毒：包括23種A族(A1-A22、A24型)及6種B族(B1-B6型)病毒；三、伊科病毒：包括31種(1-33型，除10、28型以外)病毒；四、腸病毒：有4型(68-71型)。

其中耳熟能詳的腸病毒71型則因為會侵犯神經系統，所以有較嚴重的後果。腸病毒會引起許多種疾病，包括：疱疹性咽峽炎、手足口病、無菌性腦膜炎與腦炎、急性心肌炎及心包膜炎、發燒合併皮疹、新生兒敗血症等等，西醫治療腸病毒一般採用症狀治療，並且鼓勵患者多洗手，少到公共場所，以避免感染，若病情嚴重者則需住院觀察，甚至入加護病房治療。

其實腸病毒感染自古即有之，中醫最主要的治療方向是根據漢朝張仲景所創設的「傷寒學說」，清朝諸多醫家的「溫病學說」、「溫疫學說」、「時病學說」等理論基礎為架構，最主要

的精神即是增強身體的抗病能力，以下即根據上述之學說對腸病毒的中醫治療加以說明：

## 腸病毒的中醫治療

### 一、上呼吸道感染

表現為發燒、喉嚨痛、頭痛，甚至嘔吐、腹瀉等症狀，類似中醫所稱「衛分症」或「衛氣同病」的表現，其治療準則如葉天士在《溫熱論》中所言：「在衛汗之可也，到氣方可清氣。」可藥用銀花、連翹、薄荷、牛蒡、大青葉、板藍根、藿香、佩蘭、蘆根、滑石等解表祛濕之藥。若此階段或因病勢太強，或因體質虛弱、無法治癒的話，有可能侵犯神經系統或心血管系統，速度頗快，正如葉天士在《溫熱論》中所言：「溫邪上受，首先犯肺，逆傳心包。」心包指的即是神經系統或心血管系統。「傷寒系統」援用桂枝湯、麻黃湯、大青龍湯系列治之，對於腸病毒初期的治療有一定效果。

### 二、皮膚症狀

除了發熱、上呼吸道症狀之外，亦可在手口足方面產生水泡，或在顏面、頸項、胸前產生類似德國麻疹的皮膚紅疹，以及表現在咽部的急性咽峽炎，頗類似中醫所稱「營分症」或「衛氣營同病」，除了用些衛分症藥之外，可加些涼血藥如清營湯、生地、牡丹皮、玄參、水牛角一類的藥物，正如葉天士所言：「到營猶可透熱轉

氣」。「傷寒系統」則可治以白虎人參湯的觀念。

### 三、心腦血管病變

腸病毒嚴重者會造成急性心包膜炎、無菌性腦膜炎，或侵犯腦幹、脊髓造成致命的損傷，除了進入加護病房治療之外，中醫的安宮牛黃丸、紫雪丹、至寶丹等藥亦有救命的效果。

預防腸病毒的發生，平常可服用以四神湯為主的中醫藥處方，增強抵抗力。中醫在預防許多細菌、病毒等疾病的感染，有其確切的效果，實有進一步研究發展的必要，以造福病患。

以上所述只是治療腸病毒的一個大方向，疾病的傳變並不單純，還是要在「辨證求因，審因論治」的原則底下治療之。另外，除了參考「傷寒學說」「溫病學說」之外，「溫疫學說」的觀念亦屬重要，清朝醫家吳又可創造「疠氣」一詞，又稱為「疫氣」、「疫毒」、「異氣」，最主要是突顯其傳染性，鼠疫、霍亂、天花、白喉均屬之。因此腸病毒除了可根據「溫病學說」的理論加以治療之外、「溫疫學說」的理論亦可加以參考。

## 治療腸病毒藥膳

### 一、治療初期腸病毒

**清喉解毒湯** 初期腸病毒、疱疹性咽峽炎

主要原料：黃芩1錢、板藍根1錢半、桔梗2錢、連翹1錢、黑糖1兩、水3碗。

製作方法：以上三種材料煎至半碗，溫服飲用。

**香汗除疹粥** 初期腸病毒，手足口病，可藉由微微的發汗，治療感冒諸如鼻塞、流鼻水、咳嗽等症狀。

主要原料：桂枝2錢、生薑（老薑）2片、甘草1錢、白

芍1錢、紅棗3錢、麻黃1錢、石膏3錢、粳米100克、適量水、肉鬆、油條。

製作方法：將上列藥材洗淨，煎取藥汁去渣（大火後文火煎煮15分鐘）。將粳米淘洗乾淨，加水煮粥，粥將熟時加入藥汁，煮成稀粥即成在加入適量的肉鬆或油條增加口感。

### 二、病後調理

#### 百藥蘋果汁

主要原料：山藥20克、百合30克（以上二藥量可自調），冰糖、水適量、蘋果1個。

製作方法：上二藥去雜質洗淨後，加入水、冰糖煮熟後冰涼即可食用，食用前可加入新鮮的蘋果，削皮切塊服用。

### 三、平常預防腸病毒

#### 健康正常湯

主要原料：茯苓2錢、山藥2錢、芡實2錢、蓮子2錢、粉腸、鹽、味精適量。

製作方法：將粉腸洗淨待用。將中藥材洗淨後，加適量水煎煮半小時，再加入粉腸共同煎煮至將熟後，加入適當調味料即可當湯服用。

#### 淘氣蓮子飲

主要原料：蓮子5錢、冰糖適量、奇異果1個、葡萄300克、檸檬汁1匙半、蜂蜜2大匙。

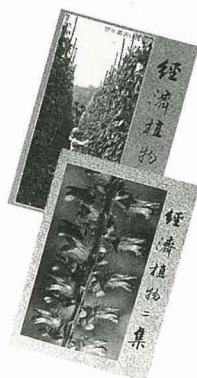
製作方法：蓮子5錢水煮30分鐘取藥汁，加入適量冰糖待用，葡萄洗淨去皮，去籽，蘋果洗淨削皮切塊，一起放入果汁機中攪碎，再加入蜂蜜、檸檬汁、待用的冰糖蓮子藥汁。

## 七月特價書籍

有效期間：92年7月16日至92年8月16日

### 1 米食加工

定價：590元  
價待價：470元



### 2 經濟植物集(一)

定價：380元  
價待價：305元

### 3 經濟植物集(二)

定價：440元  
價待價：355元

### 豐年叢書內容豐富實用

敬請讀者訂購利用（郵購另加掛號郵資60元）

豐年社

台北市溫州街14號 郵撥帳號00059300財團法人豐年社  
洽詢電話：(02) 23628148分機30或31