

中西互補長短

黃譚智媛 醫生

多年來，我抱著推動中醫藥發展的丹心，讓這塊傳統文化瑰寶融入香港市民的日常生活當中，慢慢看到身邊很多朋友都開始接受和信任中醫藥治療。最近和一位友人吃飯，她也有看中醫，主要是調理身體，不過她認為如果生病了，卻會選擇服用西藥。這可能也是普羅大眾對中醫的誤解，以為中醫只可在身體無恙時調補一下，「錦上添花」；然而，它絕對有能力「雪中送炭」！

本年 6 月初，香港大學舉辦了一個名為 **10th International Conference on Grief and Bereavement in Contemporary Society** 的國際性學術會議，主題為喪親與善別，我應邀主講有關中醫藥在癌症治療中的角色，席間分享了其舒緩治療方面的優勢，及相關的科研實證。

癌症是一種不正常的細胞變異，生長速度不尋常，在身體累積，形成腫瘤，繼而破壞身體其他組織和器官，威脅生命。西醫常規療法有放療(radiotherapy)和化療(chemotherapy)，亦有較新的標靶治療(targeted therapy)。中醫學則認為，癌症不單是一個局部的病理變化(morphological change)，而是整個身體的臟腑功能出現問題(functional change)。「氣」是臟腑功能的一個體現，它運行全身，而腫瘤卻可阻礙「氣」的運行，形成濕、毒、痰、瘀阻、虛等病患體質。因此中醫在癌症後期的治療原則主要是恢復「氣」的正常運行，從而提升帶瘤生存的存活率，防止癌症進一步惡化，並舒緩身體症狀，提高生活質量，同時透過恢復氣血臟腑的內在平衡，使身體內環境不利於腫瘤的生長。

癌症所以使人聞之色變，除了擔心藥石無靈，還憂慮它帶來的身體症狀使患者十分痛苦，生不如死。癌症或其治療引起的疼痛、噁心嘔吐、便秘、情緒低落，還有其他如胃口欠佳、胃脹、腹瀉、失眠等，均可令生活質量大打折扣。引起這些症狀，都歸咎於體內的「氣」運行失常，導致痰、瘀、毒膠著結聚。中醫按個別體格，辨證論治，痰凝者祛痰、瘀阻者化瘀、毒聚者解毒，把纏在一起的病理產物疏導，「氣」理順了，患者自然也輕鬆多了。

根據上海醫科大學附屬腫瘤醫院的于爾辛教授解釋，要有效控制癌症，必須注意三個治療原則。第一，觀察身體症狀的規律。很多時候，症狀的發生都會依循著 24 小時節律的，例如常見的癌症發熱和疼痛就是典型例子。第二，按這個特定的節律依時用藥，而當節律改變，用藥的周期也應改變，例如，發熱在每天約下午 2 時出現，那用藥時間應掌握在中午 12 時至 1 時這個時候。第三，須注

意症狀及其節律可因治療及癌症的病理演進出現變化，當發現新的節律，治療也應相應作出調整。這個治療原則，看來中西通用。

不少現代科研文獻指出，中醫藥可有效舒緩癌症帶來的身體症狀。例如癌痛，就分為「不通則痛」及「不榮則痛」，可透過調「氣」、並按中醫辨證分型以「祛瘀」、「解毒」等藥物重整臟腑功能，另外也有一些文獻表示針刺肺俞、膈俞、肝俞、支溝等穴位可有鎮痛作用。另一個癌症病人常見的症狀就是噁心嘔吐，這其實亦是化療的副作用之一，從中醫學理解就是胃部失去正常的升降功能，除內服中藥緩解不適，研究也指出常規治療配合相應的穴位針刺(例如：足三里、內關、中脘等)的效果，較單純接受常規治療者為佳。去年，在 *BMC Contemporary and Alternative Medicine* 刊登了一篇系統性回顧(systematic review)及整合分析(meta-analysis)的文章，歸納了共 31 個以穴位刺激作為肺癌輔助治療的研究，指出足三里、內關、膈俞、肺俞、關元、腎俞等穴位能提高肺癌病人的免疫能力、減低因常規療法引起的骨髓抑制，病人亦訴疼痛減輕、噁心嘔吐減少，整體生活質量有所提升。而另一個針對咳嗽、氣促的隨機對照研究(RCT)亦發現，常規治療並服用中藥的病人，較只接受常規治療的病人，呼吸道臨床症狀和生活質量都明顯較好。

其次，便秘也是困擾晚期腫瘤患者的一大難題，香港浸會大學中醫藥學院的研究統計了 225 例晚期腫瘤患者的中醫證候分佈以及晚期腫瘤患者的便秘治療情況，發現約有 56.4% 為虛證患者，其中最主要的證型為氣虛(93.3%)、氣滯(40.0%) 與血虛(28.9%)，而 92% 的晚期腫瘤便秘患者使用中西藥來治療便秘，並指出發生便秘多為「虛實挾雜」，治療時從「氣」出發，便可改善症狀。其實，癌症病人整體狀況的好與壞，也跟「氣」密不可分。按個別病況，配合中藥、針灸，調整出個人化的治療方案，即是辨證論治；研究同樣指出，這個方法能有效提高存活率、提升生活質量及患者自身的免疫功能。

除身體上的不適外，癌症病人亦同時背負著極大的心理負擔，特別容易出現抑鬱、焦慮等情況。我曾在這個專欄中撰寫過有關醫患關係與同理心的重要性，在面對癌病這個病況嚴峻的危難關頭，更不能忽視同理心。恰當的聆聽和鼓勵可以是病人堅持抗病的原動力！經典中醫書籍《臨證指南醫案》有云：「鬱證全在病者能移情易性」，負面的情緒只會加快疾病惡化，因此醫者的開導同樣有「藥效」。

中醫學宏觀，西醫學微觀，兩者互補長短，或可為病危篤重的患者帶來曙光。

筆者是香港大學醫學院榮譽教授