



巴金森氏病的另類療法

中醫治療巴金森氏病概說及食療妙用



香港註冊中醫師，資深食療導師 俞明珠

巴金森氏病在中醫學上稱為“震顫麻痺”屬於中、老年疑難雜症，疑難者，由於原發性震顫病因迄今不清，難以預防，大多緩慢起病，逐漸加重，病程可持續數十年之久；一般皆不能自動緩解。一朝病起，終生相伴，故又有“終生病”之稱。

現代醫學以左多巴製劑為首選藥物，此藥對於有效控制初、中期患者的症狀，確實功不可沒；然而長期使用左多巴製劑加上病程之進展，會產生一系列嚴重不良反應，如療效隨療程下降、運動障礙、血壓下降，精神障礙等等。



巴金森氏病的另類療法

中醫治療巴金森氏病概說及食療妙用

中醫藥以善治慢性疾患見長，滋腎養肝法和平肝熄風藥方延緩機體衰老及調節神經內分泌免疫功能，越來越得到國內外多項實驗研究的支持；故在患者服用左多巴製劑的同時，如何選飲中醫藥方，以期提昇療效，減低各類副作用，確是一項值得深入研究的課題。

根據中醫學整體觀念，辨證論治的理論體現，巴金森氏病的震顫、肌強直、運動減少及體位不穩、均因肝腎陰虛、血不榮筋、筋脈失於濡養所致。《黃帝內經·五臟生成篇》曰“人受血歸於肝，肝受血而能視，足受血而能步，掌受血而能握”；並有“諸風掉眩，皆屬於肝”之說，其後的《雜病證治準繩》對巴金森氏病的症狀論述更加詳盡：“顫，搖也，振，動也，筋脈約束不住而未能任持，風之象也”。所以在辨證施治上，以滋腎養肝法和平肝熄風法為二大法寶，然巴金森氏病症候錯綜，虛實夾雜，臨床多以肝腎陰虧、氣血不足為此病之本，風痰血瘀為此病之標，試擇要論述並輔以食療之法。



巴金森氏病的另類療法

中醫治療巴金森氏病概說及食療妙用



滋腎養肝法

[主治] 顫振頻密、頭暈目眩、耳鳴失眠、腰膝酸軟或兼肝氣犯胃、脇肋、胃脘疼痛、舌紅少苔、舌體偏瘦、脈象弦細。

[主方] 滋水清肝飲(高鼓峰方)

[組成] 山地黃 25 克、淮山藥 20 克、山萸肉 12 克、牡丹皮 9 克、茯苓 15 克、澤瀉 9 克、當歸 9 克、白芍 30 克、山梔 6 克、柴胡 9 克、大棗 4 枚。

[用法] 水煎溫服(首煎約五碗水煎至一碗，二煎兩碗半水煎至一碗)。一般每日一劑，待症狀改善，可隔日一劑。十劑為一療程，可間息三至四天。



[隨證加減]

1. 陰虛火旺明顯、手足心熱、自汗盜汗、舌苔薄黃者，加知母 15 克、玄參 12 克、麥冬 15 克、青蒿 9 克。



巴金森氏病的另類療法

中醫治療巴金森氏病概說及食療妙用

2. 津液虧耗、腸道燥結、便秘者，加：肉蓯蓉 30 克、生首烏 20 克、火麻仁 12 克。
3. 病久陰損及陽、氣陰兩虛、面色無華、畏寒肢冷、便溏、舌淡胖有齒印者、加：黨參、白朮、巴戟天各 15 克。



平肝熄風法

[主治] 肝陽上亢、血壓增高、視物昏花、頭部脹痛、眩暈、夜寐多夢、舌絳苔黃、脈弦數或弦緊。

[主方] 天麻鈎藤飲(雜病證治新義)

[組成] 天麻 15 克、鈎藤 30 克、石決明 30 克、山梔 10 克、黃芩 10 克、川牛膝 30 克、益母草 20 克、杜仲 15 克、桑寄生 20 克、夜交藤 20 克、茯神 15 克。

[用法] 水煎溫服(同滋腎養肝法所列)

[隨證加減]

1. 心煩易怒、面赤目紅、口苦咽干者、加連翹 12 克，夏枯草 10 克、桑葉 10 克。
2. 小便不暢、餘瀝難盡者，加豬苓 30 克，生苡仁 30 克。



巴金森氏病的另類療法

中醫治療巴金森氏病概說及食療妙用

3. 食少暖脹、舌苔厚膩者，加砂仁 6 克、烏藥 6 克、山楂 9 克。
4. 痴呆、智力衰退、反應遲鈍者，加益智仁 15 克，膽南星 10 克。



飲食療法

食療又稱藥膳，是藥物與食物相結合的產物，實際上食物本身就是中醫的藥料，幾乎全部被明代藥物學家李時珍收入在《本草綱目》一書中，食療具有食物與藥物的雙重作用，是以烹調的藝術表現出來的一種飲食文化，亦即“寓醫於食”。

食療，經現代科學驗證認同，能增強機體的免疫力，當今世界中層出變幻的各種病毒，對抗生理的衰弱老化。正是：家常物料，隨手拈來，祛病養性，皆成妙用。

限於篇幅，僅介紹一飯、一粥、一茶、一湯以作巴金森氏病患者均衡飲食之參照引伸。

1. **天下一品飯(一飯)**：黃豆 1/5(亦可用黑豆，暑天亦可摻以綠豆)，糙米+珍珠米 4/5 浸一晚，與蕃薯同煲。



巴金森氏病的另類療法

中醫治療巴金森氏病概說及食療妙用

黃豆：味甘性平、健脾益氣寬中、消水，且優質蛋白質，可軟化血管。



蕃薯：味甘性平、補中和血、益氣生津、寬腸胃、通便秘。

2. **珠玉二合粥(一粥)**：山藥、苡米等份同煲，益腎健脾利濕止痺。



3. **銀菊三仙茶點(一茶)**：金銀花、白菊花加入鐵觀音茶或普洱茶中。



功效：疏風清熱、明目解毒。

4. **繽紛四寶湯(一湯)**：甘荀(紅)、合掌瓜(綠)、玉米(黃)、板栗(啡)同煲 1.5 小時，加入黑木耳 1.5 兩更佳，可抗凝血降血脂，防動脈粥樣硬化，強腰腎潤肺燥。



養身在動，養心在靜，中醫學除藥養、食養外，尚有形養(順應春夏秋冬，晝夜交替之規律)及術養(導引術：包括太極、氣功)。

巴金森氏病患者更應調適心境作力所能及的運動，持之以恆，多方面配合，始能逐步調節身體機能，減慢退化，提高生命的質量。 7