

刮痧---把流感病邪攔截、殲滅在體表

廣州中醫藥大學 黎澤泉 余瑾

非典型肺炎(SARS)肆虐全球，此病屬中醫的溫病範疇。溫病所含蓋的範圍很廣，諸凡感冒、流感、流腦等外感發熱病人也都統入在內。

溫病初起常有微惡風或惡寒，表現是病者自內而外地有點畏風或畏寒的感覺，有人重，有人輕。這種畏風或畏寒，不同於怕風扇或空調的風吹的感覺。

病者在惡寒惡風時，身上已開始發熱，探體溫時，常常在 37.5℃ 上下。此時病剛在體表作怪，中醫講，病尚未入裏。中醫有句名言：有一分惡風，即有一分表症。若及時攔截，在其尚未瘋狂時，可殲滅在體表。若延誤時機，病邪入氣分，入肺，再而下傳到腸，如此，治療上會有新的難度。若還不能及時攔截，其再入營分、血分等，則愈後更難預料。若在表分，又稱衛分，第一時間實行攔截，則往往事半功倍，包括“非典”的疑似病人，更需要第一時間實行攔截，或者可望根本就不會入肺。

攔截之法，祖先傳下妙法，簡單而易行，既搶到時間，又不用興師動衆。此時此地，只要即時刮痧，常能將患者的體溫降下 0.3—0.5。不要小看下降這一點點，這可不是依靠外力，而是自身免疫機制被激發起來，奮勇抗邪的表現。只要降這一點點，患者的自我感覺也會好轉。頭痛、身痛和其他不適，可能都會隨著體溫下降，而感覺舒適，這是調動病人自我抵抗力的簡捷有效的辦法，既安全又無副作用，其負反應只是局部有些痛，小孩子可能難於接受。刮完痧之後，再給點發汗藥，中藥如香薷、防風、荊芥等。再配些清熱解毒之品，讓病人熱飲之後，蓋上被子，睡眠。若能出些汗，次日則會好得多了。若還有點體溫未退淨，還可能再刮，日兩、三次。

刮痧之法，可在三個部位進行（見示意圖）。先是刮大椎，是從風府穴（即發腳處）開始，向下刮過大椎穴。其次，是刮兩側風池穴。此處之刮法與刮大椎穴之方向相反，是從肩部向上刮向風池穴，刮其一大片。

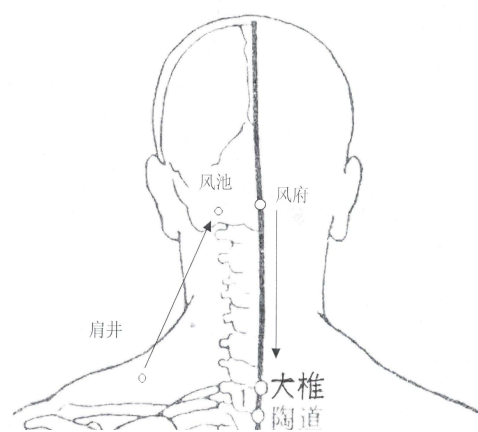
刮時可先塗油（如生油等），以避免局部皮膚受損。刮痧的工具，可有多種，並無固定，如牛骨柄，木梳柄，瓷器的邊緣。

刮的時候，有些人皮膚會紅一大片，有人則不一定紅。不管紅或不紅，大多數人體溫下降是無疑的。若不能及時攔截，而體溫已升到 39-40℃，此時再刮還是有用，還是可能降 0.3—0.5，只是要擴大地刮到整個背部。這對配合用藥，還是有積極的作用。

此刮痧法，不管是溫病之風溫、溫熱、暑溫、濕溫均可用，越是用得早，越是有效。願此古老的神州妙法，有助於對“非典”或各型流感患者的治療與康復。

編按：

七年前(2003 年)SARS(非典)弄得世人及醫界方寸大亂、草木皆兵。而今流感似乎又將來勢洶洶。醫界



與人們依舊如臨大敵，大凡戴口罩、勤洗手、量體溫、打疫苗，停工、停課等措施，絲毫不敢掉以輕心。不過，站在中國醫學及自然醫學的角度來看，其實，大凡流感，無論它演變成何種類型，均萬變不離其「溫」。西方醫學一味從外因上下工夫，殊不知外因必須通過內因方能起作用。故，中醫雖未研究病毒為何，而在內因上，以無傷無副作用的理、法、方、藥、食，清熱解毒、引邪外出，扶正固本。往往能簡、便、廉、捷地防治各類流感。而本文正是良方善法之一。今流感已爆發之初，再次刊出，誠祈醫界及廣大民眾卓參。