



B5 責任編輯：蔡淑芬
美術編輯：神志英

大公報

二〇一五年三月十六日 星期一

針灸推拿治療膝骨性關節炎

浸大中醫藥學院：總有效率逾八成



▲舒旭醫師（左）分享中醫針灸推拿治療膝骨性關節炎的成效，旁為兩位接受治療的患者

港澳台醫師可在廣東多地點執業

3月11日廣州召開的廣東省醫師執業政策新聞通氣會上透露，以後廣東醫生多點執業不再需要醫院審核同意，只需「備案」，允許已在廣東省辦理並獲得短期行醫資格的港澳台醫師多（地）點執業。

廣東省衛生計生委9日聯合五部門印發了《轉發國家衛生計生委等五部門〈關於推進和規範醫師多點執業若干意見〉的通知》，提出具有香港、澳門特別行政區或台灣地區合法行醫資格，已在廣東省辦理《港澳醫師短期行醫執業證書》或《台灣醫師短期行醫執業證書》，且上述證書在執業有效期內的香港、澳門特別行政區和台灣地區永久居民，可在廣東省範圍內多個執業地點執業。

根據《通知》，廣東醫師多點執業流程簡化，無需審批，備案登記即可，也即由擬接收多點執業醫師的醫療機構，向主管的衛生計生行政部門辦理書面備案即可。

世界中聯與世衛續建官方合作關係

3月11日，世界中醫藥學會聯合會在北京召開新聞發布會，宣布世界中聯與世界衛生組織（WHO）續建官方正式合作關係。世界中聯從2005年正式申請到與WHO建立官方正式關係歷經10年。

世界中聯方面表示，今後將依託世界中聯海內外理事和專業委員會的專家團隊力量，調研全球手法研究數據，包括行醫人員、疾病治療範圍、有效性和安全性等，形成調研報告提交WHO；向WHO提交世界中聯已發布的雙語種中醫藥國際標準，並按照WHO技術文件的具體要求向WHO提供技術支持，反饋世界中聯在國際標準方面做出的相關研究結果；與WHO合作進行中醫藥信息研究與分析，世界中聯擬向WHO提交中醫藥在中國發展的年度報告，並提供中醫藥有效性和安全性的研究證據，進一步拓展中醫藥海外發展。

目前，世界中聯已傳播到164個國家和地區，有10萬家中醫診所、30萬從業人員、近700家中醫藥教育機構。

中大中醫藥院校友會舉辦嶺南常用中草藥研習班

日期：2015年3月29日（星期日）
時間：上午9:00—下午3:00
集合地點：大埔墟港鐵站
路徑：大埔潭自然護理區藍路
講者：張柏和註冊中醫師
對象：會員\$50，非會\$100
學分：3分（CME-PP0018-SCM0266）
查詢方法：67331515/cmaacuhk@hotmail.com
研習範圍：香港及嶺南地區野外常見之中草藥，研習包括生長環境、分類特徵、藥用功效、炮製、毒性、儲存、主治、使用方法及安全用量等。
預計能研習的中草藥包括：五指毛桃、崗梅根、茅根、救必應、金狗脊、野葛、常山、石菖蒲、山參冬、餘甘子、三加皮、雞蛋花、木棉、白花蛇舌草、路路通、馬齒莧、海金沙、木防己、錫葉藤、金剛藤、布渣葉、蛇泡筋、鴨腳木、黑面神、大小飛楊草、山大刀、樟樹、榕樹等，不少於五十種常用中草藥。

通過是次研習，使參加的中醫師能進一步熟悉常用中草藥，擴闊臨床用藥基礎，增加臨床思路，以提升對病者治療效果與用藥安全。

►五指毛桃



救必應

布渣葉

春季常梳頭調和氣血通經脈

三國魏末時期的女學家嵇康在《養生論》說：「春三月，每朝梳頭一二百下。」告訴人們在春季三個月裡，每天清晨起來，應養成梳理頭髮的習慣，有利健體養生。

為什麼要特別強調春天梳頭？因為春天是大自然陽氣萌生、升發的季節，人體的陽氣也順應自然，有向上向外升發的特點，表現為毛孔逐漸張開，循環系統功能加強，機體新陳代謝旺盛，組織骨骼生長迅速。春天梳頭能通達陽氣、宣行鬱滯和疏利氣血，使肢體舒展，調和氣血，增強身體對外界氣候變化的適應性和提高機體抗病能力。

中醫：人體精氣上注於頭

中醫學認為，經絡（是運行氣血、聯繫臟腑和體表及全身各部的通道，是人體功能的調控系統）遍布人的全身，機體內外從頭到腳、臟腑器官的相互聯繫以及氣血的調和，都要依靠這些經絡起傳導作用。人的氣血需由經絡而通達整個身體，發揮其應有的生理效應；營養組織器官、抗禦外邪入侵、保衛機體各項正常生理功能等。而人的頭是「諸陽所會與百脈相通」之處。《黃帝內經》稱：「頭者，精明之府」，不但穴位豐富（多達幾十個），還是人體十二經脈和奇經八脈彙集的重要部位，「五臟六腑

之精氣皆上注於頭面」。在人的頭頂上布有百會、四神聰、上星、兩鬢有太陽、率谷、枕部有風池、啞門、玉枕、翳風，額前有印堂等數十個穴位。用梳子梳頭，梳齒在頭皮上來回刮動，可使頭部眾多穴位和經絡受到反覆摩擦和刺激，能有效地疏通氣血，起到滋養和堅固頭髮、健腦聰耳、散風明目、防治頭痛等效果。

早在隋朝，名醫巢元方就明確指出，梳頭有通暢血脈、祛風散濕、使發不白的作用。《針灸甲乙經》《靈樞·熱病》《素問·氣穴論》等重要古代醫學文獻還介紹說：如

果長期按摩或刺激百會、風池、玉枕、啞門諸穴，能醫治中風、耳鳴、夢遊、頭疼、頭暈、腰背酸痛、神經衰弱、失聲耳聾、性功能衰退等疑難雜症。

現代醫學研究證明：頭為五官和中樞神經所在，是人體的最高司令部。經常梳頭能加強對頭皮的適度摩擦和刺激，會在局部產生生物電感應，能改善頭部血液循環和顱內供氧情況，促進組織細胞的新陳代謝，不僅使頭髮得到滋養、柔軟亮澤、不易脫落，而且能增強記憶力、聰耳明目、緩解頭痛、預防感冒等。同時，梳頭可提高頭部神經興奮性，促進血管擴張，淋巴液回流加快，有助於降低血壓，



膝關節疼痛減輕了一半以上，關節功能有所改善，反映治療有顯著效果；另外的39個（28%）有好轉，疼痛情況及活動障礙均有所減輕，但活動沒有明顯改善；餘下的17個（12.3%）則被評為治療無效。

整體而言，中醫針灸推拿治療膝骨性關節炎的總有效率達87.7%。

此外，臨床觀察亦分析了治療次數對療效的影響，結果顯示接受兩次治療的病例的總有效率為63.1%，五次治療為89.3%，治療次數達八次或以上的總有效率高達94.5%，治愈率則分別為3.6%、19.7%及42%。舒旭醫師表示，接受治療的次數愈多，其總有效率及治愈率也愈高，因此建議患者接受八次以上的治療以取得較理想的療效。

首個中藥產品獲英國藥健品管理署批售 含豬膏草成分藥片能緩解關節肌肉疼痛

《本草綱目》：豬莖又名「豬膏母」，李時珍說「韻書，楚人呼豬為豬，呼草之氣味辛毒為莖，此草氣臭如豬而味莖，故謂之豬莖、豬膏。」

綜合《中國日報》和英國《每日郵報》網站的報道，一種含中國藥豬莖草的成藥，成為首個在英國獲得批准使用的中藥。豬膏草學名為豬莖，有着難聞的氣味，但卻有治療疼痛的作用。該藥預計於月內在網上銷售。

位於英國牛津的生命科學公司——凡諾華集團研製的緩解關節肌肉疼痛片，作為首個中草藥產品，經英國藥品及保健品管理署（MHRA）批准，現可在全英OTC專櫃發售。這是2004年4月歐盟頒布《傳統植物藥註冊程序指令》後第一個在英國註冊成功的中草藥產品，此舉是MHRA政策進步的顯著標誌。

凡諾華緩解關節肌肉疼痛片的活性成分為豬莖，這種在中國被稱為「豬膏草」的植物，味苦性寒，在臨床中主要用於治療包括類風濕關節炎引起的疼痛。2004年，根據歐盟的一項規定，任何未獲許可的藥品都不得進行銷售，之後，許多中藥產品就不能發售。這項規定也使藥品獲批更加困難，因為按照規定，藥品獲批前必須已有30年的用藥歷史，並且在歐盟範圍內至少有15年用藥歷史。

英國從2011年開始逐步實施是項歐盟規定，所有在英銷售的中成藥產品必須要拿到產品的註冊執照才能上市。2013年，英國藥品及保健品管理署宣布，為了進一步幫助人們購買和使用安全的草藥製品，從2014年4月30日起全面禁止未註冊的草藥製品。

註冊門檻高：未必安全

對於首個中藥產品獲准註冊銷售，英國凡諾華公



司首席執行官羅伯特·米勒說，「英國現在也可以從高質量而且規範的中藥中獲益了。」該公司還計劃為用於治療感冒和流感的第二種中藥申請許可。

西方草藥專家克里斯·埃瑟里奇對這一「好消息」感到高興。他說，豬莖這種西方不太常用的草藥「為那些不想服用非甾體類抗炎藥來治療肌肉關節疼痛的病人提供了其他選擇」。

不過歐洲草藥和傳統醫藥從業者協會主席邁克爾·麥克林泰爾警告說，新產品也說明了歐盟在批准公眾使用的草藥產品方面所設置的門檻很高，要「滿足歐盟的批准條件幾乎是不可能的」。這就意味着一些人會到網上購買未獲批准的產品，而他們「並不知道這些產品是否安全」。

據法國益普索—莫里市場調查公司統計，過去兩年中，至少有600萬英國人去看過西方草藥專家或者中醫。



豬莖

科名：菊科 (Compositae)
豬莖屬 (Siegesbeckia)

別名：豬莖草（海上方），火莖、豬膏母（新修），豬膏草（拾遺），黏糊菜（救荒），仙仙、虎莖（綱目），苦草、豬屎菜（台灣），豬莖（唐本草），蝦柑草（廣州），尖尖草、大葉草、牛人參、風濕草、火見草、黏不扎、小豬莖、蓮草寄生、毛梗豬莖、黏糊草、鎮靜草、感冒草分布在低海拔農地、平地、荒廢地；香港郊野亦隨處可見。

用途：

- 1.食用：嫩莖葉可供食用，但不可口。
 - 2.藥用：全草。性味苦寒。
- 效用：（全草）清熱解毒，祛瘀消腫。治口腔破潰，濕疹，小兒頓咳，無名毒瘡。可祛風濕，降血壓，益氣明目，鎮痛，解毒，抗炎。



中醫保健
DIY

用什麼梳子？

專家推薦角梳和木梳，既方便實用，又無靜電產生。尤其是角梳，通常為天然牛角製成，是比較理想的養髮梳。塑料梳子和鋼梳，梳發時容易產生靜電，會損傷頭髮。同時，梳齒不宜過密（刺激效果差），更不能過尖，以防梳頭時不慎傷及頭皮。梳子要勤洗，保持清潔衛生。

