



【祝君健康】

滋補話膏方

不同的季節,有不同的氣候,人體要隨不同季節氣候變化而適應.<<內經>>有云:“順應自然”.春夏天天氣溫暖,生機蓬勃,萬物處於生長發育的時間.人的身體活動亦相對活躍,體內的精力需要舒發.而秋冬季天氣寒冷,人的身體活動亦相對減少,古語有云秋收冬藏,人體在這時期需要貯存足夠營養,為明年春夏天的活動打下強健的基礎.

進補有很多方法,要進補得宜,又要配合個人需要才可.但現今都市人工作繁忙,無時間煲湯煲藥.小事情或小病就懶看醫生,所以進補要簡單方便有效.

膏方同我們平時服用的中藥差不多,是醫生通過同病人診證之後,處方開藥,再將中藥濃煎,加入阿膠,龜板膠,蜂蜜,糖尿病病人會加入代糖等,熬制成膏狀,每日小劑量服用,可以服用一個冬季,或者配合個體需要,四季皆可服用.

由於膏方是用大量的中藥材處方配制,可兼顧到人體多方面的不足同需要,具有調補陰陽,補氣補血,增強個人體質,起到防病治病的作用.由於服用膏方是小劑量持續服用,藥性溫和,起到固本培元的功效.加上入口甘甜,無一般中藥那麼難飲,而且食用方便,不用煎煮,每天兩湯匙直接服用或開水服用便可.最適合經常外出工干,或工作早出晚歸的人士.

膏方經醫生處方配藥,切合個人體質,或針對某種疾病,如慢性鼻炎,糖尿病,高血壓,心臟病,慢性咳嗽;婦女氣虛血弱,頭暈耳鳴,面色不華萎黃,或月經不調,痛經,長期失眠,癌症術後或化療後等等.

現時都市病最常見又影響最嚴重的就是糖尿病.糖尿病成因有好多種,但最主要是我們的先天之本-----腎,出了問題.腎水不足,腎陰虧損,則虛火內生,體內陰液被消耗,而發為本病.而影響腎出問題可以有很多原因,如先天不足,飲食不節,情志失調,勞欲過度.由於糖尿病是一種慢性消耗性疾病,它會消耗我們體內的津液,所以治療上要滋陰補腎,固本培元,不能操之過急,所以服用膏方就起到小劑量,方便服用和攜帶,藥性溫和,固本培元的作用.

科大醫院
賴聲海醫生
2007.12.7