

打拚賺錢肝愛顧 黃疸是急性肝炎警兆

主講者：廖桂聲

中西醫師 廖桂聲中醫診所 www.lkscmc.com.tw

肝不健康，除影響生活品質外，也很可能發展為嚴重的肝病。倘若民眾處於壓力過大的生活環境中，易促使人體肝臟所承受的壓力遠超乎民眾的想像。因此，除了錢要賺之外也應顧好身體，當發現黃疸時，代表身體已出現異常狀態，患者的皮膚或眼白會變黃，甚至於可能已患有急性肝炎！

台灣是肝炎流行區，成人的感染率約為百分之九十，所以慢性肝炎、肝硬化等肝病的預防、診斷及治療是非常重要的。很多人雖有肝炎，卻往往不知情，一直等到肝炎惡化時才發現，這時已經晚了一步，所以民眾對肝炎不可不慎。

急性肝炎患者大多數都會出現黃疸，顏色鮮明如橘黃，同時患者小便呈茶褐色，同時伴有身體衰弱或乏力、口渴發熱、胸部苦滿、胃口差、噁心嘔吐、大便秘結或糞便顏色呈灰白稠狀等，有點類似膽道阻塞，初期中醫治療應以利濕、清熱解毒、疏肝健脾為治療原則，早治早好。

值得注意的是，大多數慢性肝炎都是從急性肝炎拖久了才逐漸演變成慢性肝炎，甚至肝硬化、肝癌。患者經常會有口苦口臭、咽喉乾躁、精神疲倦、眼睛變黃、經常做夢等症狀，如果症狀輕微者，只能由檢查數據得知，但病情嚴重者就比較容易看出來。

病情嚴重的患者通常會出現肝硬化、肝脾腫大、水腫或腹水、脅肋脹痛，婦女甚至會有月經異常、白帶淋漓等症狀。中醫療法上，治慢性肝炎應以扶正去邪為主，切勿長期胡亂服用寒涼草藥，否則到時候患者身體會對病毒產生清除能力不足的現象。免疫力差的人相對較容易感染肝炎。提高人體免疫力是防治肝炎的不二法門，簡單來說，民眾要多休息、少熬夜、不勞累、適當的運動，同時必須注意補充含蛋白質，但若為肝硬化、肝癌有腹水時，補充蛋白質必須受限。平常可用保肝養生方進行保肝、利膽。

肝炎可以說是最常見的「本土性國病」，治肝炎就要保肝、利膽，最好能在中醫、西醫雙重結合治療下，遠離肝炎陰影。原則上，保肝就是促進肝細胞再生，抑制肝細胞受損，進而改善免疫力，縮短病程；利膽就是促進膽汁分泌，提升免疫力來對抗病毒、排除病毒。舉如綿茵陳一兩、白茅根二兩，用水煎服，加少許紅棗調味，有解熱、利膽、抗病毒，以及保肝的作用；此外，柴胡根五錢、金錢草三錢、山梔子三錢、鬱金三錢、秦艽三錢等，加水一千毫升煎至剩一百毫升即可，具有解熱、利膽保肝等作用。

