

《牙周病》常按經絡氣血循行穴位健齒

主講者：廖桂聲

中西醫師 廖桂聲中醫診所 www.lkscmc.com.tw

【記者李叔霖／台北報導】台灣新生報 2013年8月12日

為了讓牙齒健康，平常就要做好牙齒保健的工作。中西醫師廖桂聲表示，站在傳統中醫的立場，中醫認為，上牙齦屬於足陽明胃經、下牙齦屬於手陽明大腸經，為多氣多血之經，因此，按摩經絡上的足三里、內庭、合谷、商陽等穴位，有助於做好牙齒保健。

足三里穴屬胃經，位在外膝眼下約四橫指、脛骨邊緣的地方；內庭穴屬胃經，位在腳背第二趾、中趾縫上的凹陷處；合谷穴屬大腸經，位在兩手拇指、食指合攏後肌肉的隆起處；商陽穴屬大腸經，位在食指末節內側、靠近指甲邊緣的地方。

廖醫師指出，民眾也可以使用海鹽（俗稱粗鹽）來漱口，只要在每天三餐飯後含在口腔一、二分鐘即可，對牙齦可起到按摩、潤滑、消炎、消腫等好處，有助於緩和敏感性牙齒、牙周病等疾病的症狀。

值得一提的是，海鹽還有一些妙用。廖桂聲醫師進一步指出，如果把海鹽炒熱後用布包好，可以作為軟化軟骨的用途，適合用來改善坐骨神經痛、退化性關節炎、骨刺等疾病，只要把熱海鹽包敷於患處即可。

建議有牙齒毛病的人應避免吃下燥熱類、油炸類、刺激類食物，包括

麻油雞、薑母鴨、羊肉爐、麻辣鍋、青蔥、生薑、大蒜、辣椒、芥末、榴槤、龍眼、荔枝、炸雞排、臭豆腐、肉圓、炸薯條、鹹酥雞、麻婆豆腐等皆是，以免增加牙齒的負擔。

台灣新生報：<http://www.tssdnews.com.tw/?FID=16&CID=200110>

MSN 新聞：<http://news.msn.com.tw/news3283790.aspx>

YAHOO 奇摩新聞：

[http://tw.news.yahoo.com/%E7%89%99%E9%BD%92%E4%BF%9D%E5%81%](http://tw.news.yahoo.com/%E7%89%99%E9%BD%92%E4%BF%9D%E5%81%A5-%E5%B8%B8%E6%8C%89%E7%B6%93%E7%B5%A1%E6%B0%A3%E8%A1%80%E5%BE%AA%E8%A1%8C%E7%A9%B4%E4%BD%8D%E5%81%A5%E9%BD%92-160000)

[A5-%E5%B8%B8%E6%8C%89%E7%B6%93%E7%B5%A1%E6%B0%A3%E8%A1%80%E](http://tw.news.yahoo.com/%E7%89%99%E9%BD%92%E4%BF%9D%E5%81%A5-%E5%B8%B8%E6%8C%89%E7%B6%93%E7%B5%A1%E6%B0%A3%E8%A1%80%E5%BE%AA%E8%A1%8C%E7%A9%B4%E4%BD%8D%E5%81%A5%E9%BD%92-160000)

[5%BE%AA%E8%A1%8C%E7%A9%B4%E4%BD%8D%E5%81%A5%E9%BD%92-160000](http://tw.news.yahoo.com/%E7%89%99%E9%BD%92%E4%BF%9D%E5%81%A5-%E5%B8%B8%E6%8C%89%E7%B6%93%E7%B5%A1%E6%B0%A3%E8%A1%80%E5%BE%AA%E8%A1%8C%E7%A9%B4%E4%BD%8D%E5%81%A5%E9%BD%92-160000)

[180.html](#)

口齒科

口瘡 大人： 口破、口 疳 重者：口 糜	虛火：思慮太過，睡眠不足，心腎不交所致。	虛火之證，宜服『四物湯』加黃柏、知母、丹皮，稍加肉桂為引，外用『柳花散』搽之。
	實火：於膏粱厚味，醇酒炙燂，心脾實火妄動而成	實火之證，宜『涼膈散』加減，外搽『赴筵散』，吐涎則效。
		<ul style="list-style-type: none"> ●病勢較輕者：服加味甘桔湯即可。如久患不癒，不時復發者，噙化『二冬散』即效。 ●*虛寒之症，兼見大便溏泄，食欲不振，脈遲瑗，苔薄質淡者→可以*理中湯+黃

			連主之。
鵝口瘡 * <u>雪口</u>	*小兒口中	屬心脾二經之熱所生，初生小兒則屬胎熱上攻所致	
牙宣 牙周病		由胃經客熱，積久，外受邪風，寒涼相搏而成，或腎虛火升所致。	<ul style="list-style-type: none"> ●客熱遇寒者，牙齦出血，惡熱口臭，宜服『清胃湯』， ●客熱受風者，牙齦惡涼，遇風痛甚，宜服『獨活散』。 ●外有牙齦腐臭，齒根動搖者，屬胃中虛火，而兼腎虛，齒乃腎之餘，宜服*『三因安腎丸』；
*牙衄		由積熱而成。	<p>胃經實熱宜服『清胃湯』，甚則服『調胃承氣湯』，或用酒製大黃末三錢，以枳殼五錢煎湯調服，下黑糞即癒。</p> <p>胃經虛火宜服『二參湯』，及『補中益氣湯』，加黃連、丹皮</p> <p>腎經虛火有火者『六味地黃丸』，無火者，『七味地黃丸』，俱加猴棗。</p> <p>疳積氣盛兼服『蘆薈丸』，外俱用『小薊散』擦牙，隨用青竹茹醋浸一宿，含漱即效。</p>
*走馬牙疳	生牙齦	癖疾積火疹痘餘毒上攻	
*青腿牙疳		多食牛、羊等辛熱之物，積毒而成	
繭唇	生於 <u>上唇</u> <u>下唇</u>	由脾胃積火結聚而成， 或季節性之燥風	

		吹襲而成	
唇風 *驢嘴風 *唇目閏	多生下唇	由*陽明胃經風火凝結而成	俱以『雙解通聖散』服之，外以『黃連膏』或『紫歸油』抹之自癒。如因血燥而成者，宜服『四物消風散』
紫舌脹		由心經火盛血壅	宜用衣鍼紮筋頭上，露鋒分許，當舌刺數十刺令血出，紅色者輕，紫色者重，隨以溫水漱口，搽『冰硼散』或『四黃散』，內用『涼膈散』
痰包	生於舌下唇內亦偶見	由*火稽痰涎流注而成	用*利剪當包上剪破，出痰涎如雞子清，稠黏不斷，拭淨，搽『冰硼散』，服『加味二陳湯』
重舌 *蓮花舌	*生於舌下	由*心脾蘊熱循經上沖舌本，遂令舌下血脈脹起，如小舌狀，故名重舌	先以涼水洗淨口腔，用『烏辛散』合『磨風膏』噙化，唾出痰涎，再搽『冰硼散』，內服『黃連解毒湯』或『犀角地黃湯』收效甚速
重顎		*心脾有熱	禁用鐵刺，宜服『黃連解毒湯』，不時用『紫雪散』嚥化，舌疔者，心脾火毒，舌生紫泡，其形如豆，堅硬寒熱，疼痛應心初起宜用『蟾酥丸』以解內毒，甚者*刺之，



廖桂聲醫師（右）演講後大會致贈紀念品

第十三場由桃園廖桂聲中醫診所院長廖桂聲醫師演講：「『自體免疫疾病』之中醫對策及治療」，自然治癒力的主角—神經免疫系統為了使人體免於得到感染症或癌病變，就非得強壯不可，提升免疫力，但是過度

強調強化免疫力只會使免疫系統失去平衡，並導致過高的免疫系統容易導致自體免疫疾病如多發性硬化症(Multiple sclerosis)。最新的醫學研究證實90%的疾病歸因於免疫失調，（包括免疫力過低或過高），『平衡』才是免疫系統最重要關鍵；擁有平衡、健康的免疫系統，透過中醫的辨症論治，注意全身機能的調整，一些有效的中藥（健脾補氣、清熱解毒的藥物）之所以取得很好的療效，有可能是通過神經免疫系統的作用達到調整機體免疫功能的目的，從而產生中西一元化新契機。

