

## 談胃痛

胃痛亦即胃脘痛，是以上腹胃脘部近心窩處經常發生疼痛為主症的一類疾病。胃痛在中醫古籍中有不少別名。《靈樞·厥病》稱之為胃心痛，《景岳全書》稱之為心腹痛，《壽世保元》稱之為心胃痛，俗稱心口痛。胃痛屬於臨床上常見的一種病症，在華人中發病率較高，多見於現代醫學所稱的胃炎、胃或十二指腸潰瘍、胃癌以及胃神經官能症等疾病。

關於胃痛的中醫描述始見於春秋戰國時代所出現的《黃帝內經》一書之中，如《素問·六元正紀大論》說：“木鬱之發，民病胃脘當心而痛，上支兩脅，膈咽不通，食飲不下。”結合其他篇章的相關論述，《內經》中已經很明確地指出肝鬱犯胃、寒凝氣滯、飲食自倍是胃脘痛發病的主要原因。後世醫籍對於胃痛的相關論述則更多，經過長時間經驗的累積，中醫對於胃痛有著較為全面的認識，臨床治療的療效也較為顯著。

對於胃痛，中醫按病因分類，有虛痛、氣痛、瘀痛、食痛、熱痛、寒痛、蟲痛等等之別；按疼痛的狀況分類，又有隱痛、脹痛、刺痛、灼痛、冷痛、絞痛等等之分。胃痛證有虛有實，《景岳全書》中說“辨之之法，但當察其可按者為虛，拒按者為實；久痛者多虛，暴痛者多實；得食稍可者為虛，脹滿畏食者為實；痛徐而緩莫得其處者多虛，痛劇而堅一定不移者為實；……脈與證參，虛實自辨。”胃痛證還有寒熱之辨，寒者隱痛或冷痛，熱者則呈燒灼之狀。臨床診治胃痛一症須得分辨清楚，以免誤治。

一般來說，在虛證中，脾胃虛寒者多現胃脘隱痛，喜溫喜按，餓時痛甚，得食則減。胃陰不足者則見隱隱灼痛，口乾舌燥，嘈雜如飢，或飢不欲食。胃痛的實證則更為多見：肝鬱氣滯者胃脘脹滿攻衝作痛，連及兩脅，胸悶痞塞，喜長嘆息，食少納呆。飲食積滯者胃脘脹滿，疼痛拒按，噯腐酸臭，噁心嘔吐，吐後痛減。肝火熾盛者胃脘燒灼疼痛拒按，痛勢急迫，喜冷惡熱，口乾口苦，燒心泛酸，嘔吐苦水，甚者兼有吐血便血。瘀血阻滯者胃脘疼痛如針刺、如刀割，痛有定處而拒按，可兼見吐血便血，舌紫暗或有瘀斑。寒邪犯胃者胃脘疼痛較甚，得溫痛減，痛時常兼惡寒，或嘔吐白沫。事實上，胃脘久痛者，其胃痛一證常常是虛實夾雜，寒熱交加之狀況，治療起來比較複雜，須得仔細辨證施治。

中醫理論認為胃氣以下行為順，故治療胃痛一般以理氣和胃止痛為主。但是，由於導致胃氣不降的原因很多，因此還得審證求因，進行辨證論治。邪氣盛者以祛邪為急，正氣虛者以扶正為先；虛實夾雜者則須邪正兼顧。古有“通則不痛”之治則，但中醫臨床治療卻不能僅僅局限於狹義的“通降胃氣”，而應該使用[辨證論治]的觀念進行處置，也就是說，須得將阻滯胃氣下行的邪氣驅除掉，方可從根本上止痛。如寒邪客胃者，散寒即可以通降胃氣；食滯胃脘者，消食即可以通降胃氣；氣

滯胃脘者，行氣即可以通降胃氣；熱邪客胃者，瀉熱即可以通降胃氣；瘀血阻滯者，活血化瘀即可以通降胃氣；胃陰不足者，滋陰養胃即可以通降胃氣；脾胃虛寒者，溫運脾陽即可以通降胃氣。只有辨別清楚具體的病因病理，才可以採取相對應的治療方法，才能得到最好的臨床療效。前者有位西醫出身的中醫師治療胃痛，由於他不懂得中醫辨證，只是將中藥玄胡作為西醫的止痛藥來運用。他在給患者處方時常使用一兩的大劑量；當患者感覺無效時，他竟然加倍使用，每劑中甚至用到玄胡二兩，他以為玄胡可以像西藥那樣阻斷神經傳導或抑制大腦的痛覺，這是很危險的。玄胡屬於活血類中藥，具有活血行氣止痛的功效，一般用量僅為 1-3 錢。大劑量使用玄胡會導致破氣破血而大傷患者元氣，對於身體虛弱的人會造成較大傷害。玄胡能夠治療胃痛，但必須是由於氣滯血瘀所導致的脹痛和刺痛，對於其他原因所導致的胃痛（譬如灼痛、冷痛等）不可能有效；因此，這位醫生即使使用一斤玄胡，也不可能止住那位患者的胃痛，因為玄胡並不具備像西藥那種阻斷神經傳導或抑制大腦的痛覺的功能。事實上，如若患者的胃痛為氣滯血瘀所致，只要使用 1-3 錢的玄胡就可以達到止痛的效果。從這類案例中可以看出，中醫治療胃痛不可能像西藥那麼簡單，辨證不準就會無效；如若藥證相反，說不準還會越治越痛。中醫治療胃痛療效較好，除了藥物治療外，還可以使用針灸推拿等療法，一般當時即可見效。

患有胃痛的華人很多，這與華人的生活習慣有關。其一，華人的思想沒有老美那麼開朗。華人超前消費的思維沒有老美普遍，如若華人手上沒有幾個存款就會感到心慌；但是如若有了一萬就會想到要存十萬，有了十萬可能又會向百萬看齊，因而華人給自己所加的壓力比較大。同時華人之間的人際關係比較複雜，需要經常不斷地想辦法去應付；應付的結果，必然會使自己感到格外煩悶。持續這樣下去的後果，會產生中醫所說的“肝氣鬱結”現象：譬如出現精神抑鬱，胸脅滿悶或疼痛，常嘆氣，乳房或小腹脹痛，月經不調等症狀。“肝木克脾土”，肝氣鬱結會損傷到脾胃功能，除了上述不適外，還會出現口苦咽乾，納食減少，腹脹便溏，腸鳴矢氣或腹痛瀉洩等症狀。其二，華人的平均運動量遠遠不如老美。中醫認為“脾主肌肉、主四肢”，運動能夠使得肌肉結實，四肢強健，同時也會增強人體的中氣，加強胃腸功能。長久不運動的結果，其胃腸功能必然會逐漸減弱。其三，華人屬於“食草”動物，多少代都是如此；可是不少人卻在飲食中喜歡模仿西方人吃冰的習慣，以致於容易損傷自己的脾胃。一般來說，西方人屬於“食肉”動物，體內的熱量遠比華人大許多，因此他們吃冰可以無恙；但華人經常吃冰後，則容易出現胃痛，女士則可由此而導致痛經，這些都是由於寒邪作祟的結果。其四，人們在忙碌中常常會忘記吃飯，飢一餐，飽一餐。在現代生活中，許多人對於重要的早、中餐並不在意，經常隨便混一下而已，因而會使得身體缺乏維持一天工作所需要的能量。但是，對於並不重要的晚餐，他們卻常常當作大餐對待，有些人甚至還要去宵夜；在並不需要多少能量的夜晚攝入如此之多的“垃圾”，使得胃腸以及其他臟腑不堪重負，從而導致脾胃損傷而出現胃脘疼痛等症狀。上述等等原因顯示，胃痛的病根全在於自

己的生活不正常，如若想根治胃痛，除了進行有效的治療以外，不改變自己壞的生活習慣是不行的。

某些人認為胃痛並無大礙，讓它留在身上也無妨，這是不對的。小病不醫則會釀成大病，許多人得上胃癌都與此有關；即使沒有轉化為癌症，長期的胃痛，會給身體造成相當大的傷害。中醫將脾胃視作氣血生化之源的“後天之本”，認為身體所需要的所有營養都是由脾胃從食物中提取供應。金元著名醫家李東垣在《脾胃論》中說：“元氣之充足，皆由脾胃之氣無所傷，而後能滋養元氣。若胃氣之本弱，飲食自倍，則脾胃之氣既傷，而元氣亦不能充，而諸病所由生也。”脾胃功能較差，機體所需要的營養就會供應不足，身體當然就會由於缺乏養分而變得虛弱，從而易生百病。

華夏中醫提供免費諮詢。聯繫電話：(626) 839-9988

診所地址：17595 ALMAHURST ST. #222, CITY OF INDUSTRY, CA 91748