氣血、中藥與安慰劑

《氣的樂章》，王唯工著，大塊文化出版，2002。讀後摘要及心得報告8

 中醫所講的氣與血，前者是指能量，後者是指組織結構。氣分病在前，然後才變成血分，等跑到血分，就代表病重了。血分是指組織變形了(如肝硬化)，這時雖然心臟的能量送得進來，但是振動頻率不能配合，血還是進不去，變成結構的病。所謂的「氣行血」就是氣病久了，血就病了。西醫重點在結構，很少說能量，氣分是東方特有，所以也有人稱東方醫學為「能量醫學」。

 有關「脈診儀」的說明和如何判斷診斷結果如：如氣分病、血分病、缺氧指標、脈診定位病灶、由缺氧指標看病程、觀察疾病的演變、辯證論治…等解說由於涉及中醫的專業，請有興趣的同學參閱原著。以下為其餘部份的整理：

* 脈診儀相當敏感，姿勢和狀態都會影響量測。量前要放鬆，輕鬆的坐著或躺著。也不能一進門就量，要靜坐休息5分鐘以上。在特殊狀態下，如運動、專心用腦、興奮、失眠、飢餓、肚脹、口渴、憋尿、忍便……等都會讓脈產生重大改變。
* 在中醫的看法中，一個人的循環最正常的年紀，女性是16~18歲，男性是17~19歲，以後就隨年齡增長而變差。中醫沒有所謂的正常老化，是因為沒有辦法才接受老化，因此，在脈診上只用同一組標準值來評估，各項指標不會因年紀不同而改變。
* 缺氧指標大的、氣分的，都是正在表現的病是正在覺得痛的地方，已經嚴重到麻木不會痛的反而容易忽視。診斷時要考慮到疾病的進程，找到根源來治，也就是說，要注意低頻臟的病根。
* 血分病如在腑比較不用擔心，一到臟就要認真考量。如果病人開過刀，要注意傷口的癒合，癒合不好會影響循環，循環好了，病就會好。
* 重要器官(臟)開刀拿掉當然會影響共振，每一種器官死掉都會有特定的脈是為死脈。但是器官拿掉久了，心臟的補償作用常會使動脈平衡過來，因而看不見，尤其是比較小的腑，譬如卵巢、子宮切除的話，脈診上就看不出來。在脈診上只能看到干擾正常循環的東西，拿掉了離開循環系統就會看不出來。
* 能用脈診儀看出的疾病，現在用其他的醫學儀器檢測，大多還測不出來，一直要到血分很嚴重了，才能檢測出來。例如一個腎如果壞掉，驗血是驗不出來的，一定要等兩個腎都壞了才驗得出來。有時病人明明覺得不舒服，可是西醫檢查後卻認為正常，而懷疑病人是精神的問題。等西醫能夠檢查出來時，病已經很嚴重了！
* 科學中藥與傳統中藥效果有沒有差別？科學中藥的優點是標準處方，很容易鑑識藥效。科學中藥為了成本，藥材不會使用最好的，但製作時使用低溫淬取，品質較穩定。如果自己煮，中醫常常都是說放幾碗水煮到剩半碗…，那一定是沸騰很厲害，溫度太高太久的話，一方面會破壞成分，另一方面成分會揮發掉，尤其是氣分的藥會影響效果。所以結論是：如果自己很會煮，煮出來會比科學中藥好，但如果不會煮，科學中藥就比自己煮好。根據王教授的實驗室認真實驗結果，認為科學中藥與傳統熬藥並沒有差別。
* 一般而言，中藥的副作用比西藥小。原因是中藥並不是直接控制身體的生化作用，它大多是在調整身上的循環。可是用藥時還是要很謹慎，要了解共振循環的原理，不能自以為有病治病無病強身。
* 中藥古書上的說法有些並不正確，例如補肝腎的其實大多是補脾的，坊間流行的藥膳或健康食品也幾乎都是補氣的。治療的方向或目標不對反而更糟，應該是腎虛的補腎、脾虛的補脾、心虛的補心。
* 中藥的生藥最好不要磨碎直接吃。因為一來是有些成分在細胞壁裡面，不煮的話出不來，生吃不容易消化吸收，其次是不衛生，煮開了可以殺菌消毒。我們要體諒病人消化能力都比較不好的事實。目前科學中藥，因技術上成本上的限制，中間是加了很多固型劑(約90%)的。
* 所有的宗教都是叫人「放下」，這就等於在靜坐、靜養、休息。靜坐、靜躺對身體是很好的，因為在身體放鬆狀態下，可以促使身體自己去補救循環較虛的地方，我們相信這也是所謂的「安慰劑效應」，它對於缺氧指標大，能量卻不對的經絡有用，對缺氧指標不大，而氣分、血分還是不對的經絡就能力不足。
* 西醫相信安慰劑效應大約可以治40%的病，也就是說在100種不舒服的症狀中，安慰劑效應會使大約40種有改善，醫學中心則約為30%。中醫的各種治療應該也同樣會有安慰劑效應，市面上很多各式各樣的保健品其實也是在賣安慰劑效應。
* 有人相信上帝顯靈、佛陀或聖者加持可治病痛甚至痼疾，泡溫泉水療也能治病……，結果還真是把病人治好了，這就是安慰劑效應，重點是一定要「相信」。現代的醫學研究就要用「雙盲對照實驗」來排除安慰劑效應的影響。但為什麼會有效果，只好說是自身免疫力，迄今為止仍無其他可令人信服的解釋。