

風濕病的救星

風濕病根治秘訣

中醫師羅經和編著

風濕病的救星

風濕病根治秘訣

中醫陳福經和編著

編著者：中醫師 羅 經 和

診所地址：台北市通化街一二七號

電 話：七〇九〇〇五六

郵政劃撥：第五五〇〇八〇號
帳 戶：羅 經 和

出版者：吉文出版社

出版登記：局版台業字第二二二三

發行人：黃 寶 松

經銷處：羅中醫診所

定 價：新台幣一〇〇元整

民國七十一年八月十月初版

目錄

前言

著者簡歷

第一章	什麼是風濕病	一
-----	--------	---

第二章	風濕病的致病因素有那些	六
-----	-------------	---

第三章	風濕病的種類	一〇
-----	--------	----

第四章	可怕的風濕性心臟病	一三
-----	-----------	----

第五章	痛風症的認識	一六
-----	--------	----

第六章	風濕病的調理	一九
-----	--------	----

第七章	風濕病的食療	二四
-----	--------	----

第八章	如何預防風濕病·····	二七
第九章	何以風濕病難以根治·····	三五
第十章	風濕病的物理療法·····	三八
第十一章	風濕藥酒的泡製·····	四三
第十二章	急性風濕病的症狀與治療·····	四七
第十三章	慢性風濕病的症狀與治療·····	五一
第十四章	痛風症的症狀及治療·····	五五
第十五章	風濕病的針灸療法·····	五八
第十六章	風濕病綜合療法·····	六一
第十七章	醫案·····	六七

第一章 什麼是風濕病

風濕，原是中醫專有的名詞。此種疾病的主要特徵是疼痛、痠、

麻、無力，大部份發作於關節部位，而且會因居住環境的「寒氣」或

「濕氣」而惡化的疾病。就是現代西醫所謂的急、慢性神經炎。因為

風濕病的發作有特定的環境，所以在沿海各地和島嶼之間最多，霧露

多的崇山茂林及卑濕的河畔、湖畔也極易罹患。例如本省是一標準的

海洋型氣候，一年四季均有雨水霧露，雖在農業上有不可抹煞的經濟

價值，但其中的水濕蒸氣，終日包裹我們的血肉之軀，久而久之，難

免致病。尤其每逢春夏濕令，屋宇籠罩在雲霧之間，潮氣瀰漫，牆壁，水濕如出汗，地上潮濕如沐雨，再加海風侵襲，寒氣霧露交加，皆易招致風濕病。其主要致病原因是人體排汗的自然現象，受潮濕及風寒的影響，不能順利進行，以致氣血的運行受阻，過多的水濕壓迫神經所致。輕者皮膚表面沒有絲毫傷痕，但其間痠麻脹痛的苦楚是局外人難以理解的。稍嚴重者局部關節腫大，痠痛欲斷，往往一個彪形大漢的粗胳膊，竟不能端一杯茶。更甚者，關節軟骨增生旁突，扭曲變形，行動不便，此時雖用種種進步的醫療方法加以診治，還是不易改善其變形的骨骼。壯碩的身軀竟因一、二關節的變形而妨礙活動，影響

日常生活。

臨床上罹患慢性風濕症的人最多，患此症後，可以斷斷續續的發病數年，甚至間歇發作達數十年之久，有時病勢爽然若失，好像已經痊癒，有時又繼續發作。初起時，僅是關節部位，活動時會磨擦而發出軋軋之聲，這就是肌肉筋腱受到風濕侵蝕，關節強硬摩擦所致。在此部位，如果擦破之後，會流出黃色的水液，跟著就發生變形狀態，手指強直，腳趾彎曲，脊柱增生軟骨或姿勢不正，關節處腫脹如球，試用手指按捺或搓揉患部，那末疼痛會更加顯明，使肌膚和骨節之間，呈現燒灼感覺，久後轉爲劇烈疼痛，令人哀號淚下。

反覆發作長久的風濕症，不但關節部位疼痛，連肌肉也會萎縮或痙攣，骨節強硬彎曲，無法伸直。穿衣、取物，都發生問題，稍稍動作，也會疼痛，這種症候，說來已極可怕，患者的痛苦，當然更難以形容，但如果治療得宜，治癒的希望還是很大。

發作突然的風濕病，治療至痊癒所須的時間較短，體格健壯者，可能在五、六天內痊癒，患者可減少許多痛苦，倘體質較差者，常延至兩旬至一個月。

若急性風濕病，寒熱退後，關節疼痛部份，始終不予留意，可由急性病轉為慢性，疼痛部位不斷腫脹。逢風雨季節，隨時發作，成為

經年累月的纏綿狀態，使人感到無窮的痛苦。

第二章 風濕病的致病因素有那些？

發生風濕病的季節，以春末夏初最多，幼童患者極少，中年人患此病者，多數為急性風濕症，老年人則以慢性風濕症為多，女性患者亦不少。某些職業人士，因工作上關係，餐風沐雨，早出晚歸者，如郵差、夜生活者、車伕、礦工、搬運工人、清潔工人，易患肩部及腿部風濕。

居住於同一環境的人，每日所處的寒濕氣候皆相同。有人也許要問，為什麼有些人患風濕病，有些人則毫無感覺呢？如果我們從發病

的年齡來看，年齡愈大，血氣愈衰弱，致病的機率也愈大。同樣的，每個人天生的體質有強有弱，體格強健者，雖再大的風寒也不會致病，體質稍差者，稍受風寒濕氣，本身不能抵禦，就招致風濕病了！有的體質較差者，好像氣象台一樣，還能提早獲知風雨的來臨。可見風濕症的關節痠痛，與天氣轉變，有很大的關係。

劇烈運動後，渾身熱如火炙，大汗如雨，此時，用冷水澆灌沖洗，真是無比的涼快，渾身黏膩、炙熱的感覺，頓時化爲清爽、涼快。在當時可說是無上舒適的享受，可是此時種下的誘因，在年老、體衰、疲倦時，就會一湧而上，造成關節的痠痛、無力、麻木。大部份人

此時尚不知病因從何而來，飽受疾病的折磨還莫名其妙。少部份有識之士，雖悔不當初，却也莫可奈何。

平日工作、運動時，不免會跌撲摔傷，造成肌肉、韌帶、肌腱扭傷，此時雖不去就醫，二、三週之後，患部也會漸漸「痊癒」，不再有活動不便、疼痛、痠脹的感覺。可是，當本身抵抗力因年長或其他原因而日漸減退時，昔日患處的舊疾，又會重新出現，而且會隨著氣候的變化，時重時輕，纏綿不已。

平日運動少，吃喝講究者，身體內堆積大量的養分，阻滯氣血的流通，加以運動鍛鍊過少，以致抵抗力弱，稍受風寒、陰濕，亦能成

爲風濕病。因其平日操作勞動少，痊癒的時日，比勞動者較慢。

局部肢體用力過度或太過勞動，例如餐廳中的伙伕炒菜專用右手，搬運工人的雙手、腰背用力過多，抄寫員的拇指用力過度，家庭主婦專用右（左）手提重物，久而久之，肌肉、肌腱、韌帶易拉傷，抵抗力減弱，就易因小風寒而致風濕病。

第三章 風濕病的種類

第一類：突然發作的風濕病，多半夜間發作，其症狀類似感冒，發熱、惡寒、骨節疼痛，屈伸時劇痛難以動彈。也有些只是關節劇痛，如大病臨頭，而不會發熱，惡寒。發病之前，沒有絲毫徵兆，疼痛劇烈而難以忍受爲主要特徵，乃中醫所稱風痺病之一。這類病近似於西醫所說的急性風濕性關節炎。

第二類：經常發作的風濕病，其主要病徵爲疼痛、痠麻，而不發熱、惡寒，時發時止，其疼痛多由輕而重，而且有前兆，疼痛的程度

，多半輕而可以忍耐。只是隱隱約約不舒適，但對生活產生輕重不等的影响，這就是中醫所稱的寒痺，亦稱痛痺。這類病近似西醫所說的慢性風濕關節炎。

第三類：有數種型態混合發作的風濕病，精神差、易疲倦，以肢體感覺沉重僵硬、疼痛、麻木不仁、痠脹疼痛部位固定不移為主要特徵，這就是中醫所稱的濕痺。這類病近似於西醫所說的多發性風濕關節炎。

第四類：疼痛不舒的關節，每次轉換，遊走不定，發無定處，全身各個活動關節都可能罹患，而且時發時止，這就是中醫所稱的行痺

。這類病近似於西醫所說的遊走性風濕症。

以上各項是中醫學術上的分類，其他諸如五十肩、肩頭風、鬼箭風、纏腰風、寒腿風、歷節風、鶴膝風……等等民間常用的病名，也都是屬於風濕病的範疇。