

治五更咳 先治腸胃

常言道：「入門問咳嗽，醫生眉頭皺」。咳嗽難治，在於成因複雜，誠如《素問·咳論》所述：「五臟六腑皆令人咳，非獨肺也。」若以為咳嗽「必定」與風寒有關，未能對症下藥，病況自然無法減輕。所以治咳猶如查案，必須要抽絲剝繭，就如以下病例，咳嗽成因竟在於「食滯」！

撰文：仁愛堂註冊中醫師陳國樑



仁愛堂中醫師陳國樑

陳女士因持續咳嗽了近一個月，前來求診；她說曾自行服用中藥，但仍久咳未癒；日間時，只會偶爾咳嗽一兩聲，但每到凌晨三時，便咳嗽不停，無法入睡，咳時喉癢不堪、吐出白痰，每晚咳至凌晨五時，始漸漸平息；平常覺口乾，此外別無不適。

診斷時發現她的舌偏紅、苔白膩，脈象呈「滑」、「數」。舌偏紅和「脈數」，代表「體內火熱」、苔白膩和「脈滑」，表示體內有「痰濕」；從病人每逢五更（寅時，即凌晨三至五時）咳醒，在舌象和脈象互相佐證下，醫師認為病人的咳嗽源於「食滯」。

胃火刺激肺經

「食滯」與咳嗽有何關係？中醫認為，氣血會根據不同「時辰」流經不同的經絡，而凌晨三至五時，正是氣血流注肺經之時。若有宿食停滯於胃中，身體處理不到這些多餘的代謝物，久而久之，就會積聚化為「痰濕」，「痰濕」積滯體內，就會鬱而化火，當「胃

火」隨著氣血，於「寅時」運行於肺經時，肺受刺激，就會咳嗽不止。情況就如《丹溪心法》中所述：「以胃中有食積，至五更時火氣流入肺所致。」

中醫稱此種咳嗽為『五更咳』，它的重點不在肺，而在胃。要治好「五更咳」，必先得解決根本問題：就是胃中的食滯不消！為此，處方麥芽及萊菔子等「消食積」的中藥，同時為了「清胃火」，亦處方了石膏及黃連，另根據陳女士體質，加添了陳皮、薑半夏、茯苓及桔梗。病人服藥二劑後，咳嗽明顯減輕；更改藥方後，病人表示凌晨已再無咳醒。

健脾化痰固療效

「食滯」可因進食太多、甚或在消化過程中，受到冷飲、風寒或情緒刺激，影響消化，令代謝物積存體內，形成「食積」。為了強化陳女士的腸胃功能，解決食積這個根本問題，醫師再處方健脾化痰的中藥，以鞏固療效。

上述病例，說明咳嗽成因眾多，若未能對症下藥，甚至使用偏方如羅漢果、蘿蔔、蒜頭等方法，只會拖延病情，徒添痛苦。若久咳未癒，最好盡速求醫，只有用藥得宜，方能根治咳嗽。

