



免疫學說 2



■ 靈芝具有免疫促進作用。

上一篇我們提到現代衰老學說之一的免疫學說。傳統的中醫學雖然沒有免疫的概念，但近代很多對中藥和藥方的研究，發現很多方藥都有提升或抑制免疫功能的作用。

具 有免疫促進作用的中藥包括補氣藥（如人參、黃耆、黨參、白術、山藥、靈芝等）經研究證實能提高網狀內皮系統（免疫系統的一部份 Reticuloendothelial System）的吞噬功能及身體的殺菌能力、補腎溫陽藥（如仙靈脾、巴戟、菟絲子、肉蓯蓉、附子、肉桂等）對體液免疫能起激活作用、滋陰藥（如天花粉、石斛、

鱉甲、玄參、沙參、麥冬等）能延長抗體的存活時間、活血化瘀藥（如桃仁、丹參、赤芍、三棱、莪術等）能刺激網狀內皮系統釋放大量巨噬細胞，增強白細胞的吞噬、溶解並破壞細菌的能力、清熱解毒藥（如魚腥草、野菊花、黃連、白花蛇舌草、金銀花等），亦能促進網狀內皮系統的吞噬功能。

具 免疫抑制作用

再者，有很多中藥能增加T淋巴細胞的比值，例如人參、黃耆、黨參、白術、黃精、靈芝、地黃、旱蓮草等；另外有很多中藥能促進淋巴細胞的轉化，包括很多補氣



■肉桂是補腎溫陽藥。

藥、滋陰藥、清熱解毒藥、溫腎補陽藥、活血化瘀藥等。上述的藥物均具有提升細胞免疫和體液免疫的功能，反映提升免疫功能是中醫健脾補氣、溫補腎陽、滋陰、清熱解毒、活血化瘀等療法的重要機理之一。

在另一方面，不少中藥具有免疫抑制作用，例如甘草是一種良好的免疫抑制劑，其有效成份能抑制T細胞的作用，亦能減慢巨噬細胞對抗原吞噬的效率。有一些具有免疫抑制作用的中藥如大黃、莢術、苦參等都能抑制細胞的有絲分裂，從而抑制癌細胞的增殖，因此有抗癌的作用。此外，很多活血化瘀藥如雞血藤、紅花、丹參、益母草、鬱金、川芎、赤芍等，均具有抑制體液或細胞免疫的作用。

對於患自身免疫病的病人來說，由於身體的免疫功能（特別是體液免疫）處於較亢奮的狀態，所以在使用有促進免疫功能的中藥時，應小心避免進一步激活體液免疫系統，產生不必要的抗體，誘發病變。

中醫臨床用藥，是根據辨證論治的原則，在此前提下，靈活地結合辨證論治及中藥的免疫特性，利用它們抗過敏、抗變態反應、抑制免疫的作用，將更能提高治療過敏性及自身免疫性疾病的療效。

水火不容的故事

上篇為令讀者較容易記得自身免疫病，說了一個成語自相矛盾的典故，本篇筆者再想起另一個成語「水火不容」，雖然與自相矛盾的意思不同，但卻具有更明顯的己人打己人的味道。這成語出自《三國志·蜀志·魏延傳》：「延既善養士卒，勇猛過人，又性矜高，當時皆避下之。

唯楊儀不假借延，延以為至忿，有如水火。」魏延是三國時期蜀國的一員猛將，他曾在劉表之子劉琮帳下，鎮守襄陽城時劉琮不想收留劉備，但他私自開了城門欲讓劉備入城，因而被迫投靠長沙太守韓玄，後來又殺了韓玄，救走了義釋關羽的黃忠，轉投關羽。當關羽引領他見劉備時，諸葛亮主觀地認為他頭上有反骨，想立即殺了他，但為劉備勸阻。後來劉備重用他，他亦屢建戰功，卻日漸驕傲，甚至連諸葛亮也不放在眼內，他的部將都避開他，只有長史楊儀不賣他的帳，經常頂撞他，兩人因而水火不容。後來諸葛亮病危，吩咐在他死後蜀軍秘不發喪，靜靜撤兵回蜀，並派魏延斷後。諸葛亮死前留下一個錦囊給楊儀、馬岱，授意楊儀於魏延拒不聽命時便將他擊殺。此事果然給諸葛亮料中，魏延不忿受楊儀指揮，違命舉兵攻打楊儀，但楊儀按諸葛亮的步署，先一步把魏延擒殺了。後人使用「水火不容」這句成語形容雙方互不容忍的局面。



■甘草是一種良好的免疫抑制劑。

食療及穴位

生脈化瘀湯飲（1~2人量）

用料：麥冬10克、山楂10克、黨參15克、丹參15克。

製法：將用料洗淨後，加水適量煎半小時代茶飲用。

功效：健養陰益氣、化瘀通脈，兼有清脂、寧心的作用。



關元穴（任脈）

定位：仰臥位，在下腹部，前正中線上，當臍下3寸。

方法：以示指及中指放於關元穴按壓1分鐘，每天2~3次。

功效：培補元氣。