

# 紅梅的特異功能

文：袁維康（美國自然醫學博士）

最近空餘看過湯漢斯主演的舊荷里活電影《綠里奇蹟》(GREEN MILES)。片中湯漢斯飾演的死囚獄長，患上急性尿道膀胱炎，苦不堪言。他有幸遇上一名天生異稟的黑人死囚，用「特異功能」瞬間便將他治好了。奈何此充滿愛心的黑巨人，最後始終逃不過厄運，含冤地在電椅上被處決。影帝湯漢斯演技精湛，將尿道炎病人的那種尿頻之餘，每次排尿都感到火燒般灼熱疼痛，受難之極的痛苦，活現逼真，令人印象深刻。但是，連懂得用「特異功能」醫治膀胱炎的黑巨人也死了，膀胱炎豈非變成絕症！

當然現實生活裡，醫治膀胱炎無須出動到「特異功能」。西醫的抗生素也很有效，但據估計，大約兩成患者會重複遇到這問題。反覆使用抗生素治療，令腸道益菌消失，反而會增加，抗生素殺不到的真菌，如念珠菌感染的可能。因此，以自然醫學的方法來治療會是較好的選擇。

實際醫學統計上，女性比男性更容易罹患膀胱炎。因為女性的肛門和尿道間的距離比較近，而且尿道極短，因此細菌就比較容易感染膀胱。縱使無性活動的女性，也很容易因為在擦拭肛門時，由後往前擦而將細菌拖到陰部附近，而造成感染。憋尿的女性也很容易引起膀胱炎，因為當尿積蓄在膀胱裡太久，細菌便有機會，以每20分鐘增加一倍的速度繁衍。若有發燒、下背痛、血尿等現象，就表示腎臟受到感染，不過這需要由醫生進行確診。

美國猶他州華伯州立大學(WEBER STATE UNIVERSITY)的研究人員發現，濃縮蔓越橘汁(CRANBERRY JUICE 又稱小紅莓汁)，

比安慰劑更能減少泌尿道感染的發生。在這一項雙盲試驗中，受試者每天服用400毫克的蔓越橘膠囊，另一組服用作為安慰劑的磷酸鈣。結果服用蔓越橘膠囊的婦女與安慰劑組相比，泌尿道感染較少。

波士頓伯罕婦女醫院(BRIGHAM AND WOMEN'S HOSPITAL)的研究人員，評估了153名每天飲用300毫升蔓越橘果汁或安慰劑飲料的年長婦女，再度証實蔓越橘汁的確可以減少尿中的細菌及膿液。

**膀胱炎反覆使用抗生素治療，  
令腸道益菌消失，反而會增加，  
抗生素殺不到的真菌。**

膀胱炎的細菌，大部份來自肛門的大腸桿菌 E. COLI。要引發炎症，細菌一定要首先黏著膀胱及尿道的內壁。很多人以為，蔓越橘汁含有獨特的金雞納酸、蘋果酸以及檸檬酸的混合成份，使它夠酸性，可殺滅尿道的細菌。但是，最新科研發現

蔓越橘汁的功效，實質是它含有較高量，名為甘露糖 D-MANNOSE 的單糖。這種單糖在鳳梨汁也有。它有效地黏附在細菌壁表面，使細菌無法「抓緊」膀胱壁，而被尿液排出體外，大大減少細菌沉積，引致發炎的機會。此舉不單對腸道益菌無害，而且又沒有造就抗藥性的細菌，完全符合自然醫學無毒、無害、無副作用的準則。

可惜的是，小紅莓汁含甘露糖有限，一次要飲半公升才顯效。而且市面上的紅莓汁，必加添大量白糖來調味，弄巧反拙。膀胱炎患者最好是服用，以蔓越橘汁製成的濃縮膠囊，每天3次，用250毫升的水吞服1顆膠囊。或者，每兩、三小時，用一茶匙的甘露糖溶於一大杯水中喝下，來對付嚴重的感染，直至癥狀消失。另外，每4個小時服用500毫克的維生素C，之後則維持每天1000~1500毫克，加上25,000IU的維他命A及50毫克的鋅也同樣重要。

