



# 去大學上

文 | 袁維康（美國自然醫學博士）

最近出席了一個，由綜合理療學會主辦的小型宴會。當晚嶺南大學專業進修學院的副院長、課程經理、及多位支持自然醫學的西醫、中醫、自然療法醫生都聚首一堂。事關嶺大專業進修學院和綜合理療學會，合辦了多個，有不同主修科目的，綜合理療師專業文憑課程。筆者作為其中，自然醫學主修科的課程主任，當然十分興奮。因這次與嶺大合作標誌著，香港的自然醫學教育，已開始進入大學的層面。

香港人對自然醫學非常陌生，只知道有西醫、中醫，卻不知有自然療法醫生存在。其實只在中國人社會，才這樣將醫生區分為中、西醫。因這全是文化形態的分野，與內裡的醫學觀念無關。現今全球醫學界實質正在進行一場革命，以「對抗性醫學 ALLOPATHY」及「自然療法醫學 NATUROPATHY」，來劃分兩種對疾病、健康，有著截然不同觀點的醫療哲學。

自然療法醫學簡單來說，是採用一些最低侵犯性，無毒，無副作用的天然物質、營養素，及理療方法，用以提高身體自然痊癒能力。這些天然物質，包括維他命、礦物質、草藥、氨基酸、脂肪酸及酵素等等。這與「對抗性醫學」以高毒性，具副作用的化學藥物，及高危險性的手術，來直接遏止疾病的癥狀，有截然不同的取向。所以，若一位中醫師採用高毒性的中草藥，來遏止病癥的出現，一樣同屬對抗性醫學。反之，若一位西醫處方無害無毒的化學物質，旨在促進病人的自癒力，亦屬自然療法。

自然療法醫生責任是協助病人，清除阻撓著自癒力的因素，祛邪扶正，疾病便能自動痊癒。他們重視深入尋找病源，而非遏止癥狀。自然醫學相信，一切身體的病癥，例如發燒、頭痛、咳嗽、流鼻水、發炎等都是身體抵抗疾病的反應，自癒力發揮的產物。若只顧遏止表面的癥狀，如只是服用退燒片、止痛藥、止咳水、收鼻水藥，而忽略背後抵抗力衰敗的主因，只會令病情進一步加深惡化，引發更嚴重的問題。在1990年十二月發表的醫學文獻，進一步証實，患感冒的病人服用PANADOL退燒藥，是會抑制身體產生，消滅感冒病毒抗體的能力。自然醫學中並沒有止痛退燒藥。因此當高熱、痛楚等癥狀消失，意味著病人真的康復過來，所帶來的滿足感，非一般西醫能體會的。

大部份的西醫一直誤導公眾，說自然醫學包括草本醫學，缺乏科學証據。此說法才是全無根據。事實上過往10-20年，關於藥草、營養素治療功效的科學研究，以倍數增加。與30年前比較，當時科技根本無法探究出，草藥的藥理何在。以最初從白柳皮，提煉出來的抗炎物，即阿司匹靈的前身作例。直至70年代初，其抗炎效應一直未能知曉。甚至現時對其止痛機制，也不全然明瞭。因此不久之前，因草藥藥理未明，導致很多有療效的草藥，錯誤地冠以無藥效的標籤。但現今科學的進步，給科學家更多精密的技術，重新發現藥草的醫藥效應。

再者，除了現時藥理學所認識到的效應外，草藥有更多藥效，是超出現今科學所能理解的。例如很多藥草，有調節體內平衡的效果。即當功能過強時，藥草有降低功能的效應；當功能過低時，藥草卻有提升的效應。此效應對傳統的藥劑學者非常困惑，卻對自然療法醫生來說毫不新奇，他們稱之為轉化性 ALTERATIVE、兩棲性 AMPHITERIC、調適性 ADAPTOGENIC 或補益性 TONIC 藥草。

人體和環境的特殊本質，已採用科學方法來探究。在科學不同的領域中，尤其是在醫學上，正出現突破性發展。我們要知道，曾經一度被認為科學的醫術，例如，十九世紀初，被認為科學的放血療法和劇毒物質的應用，卻在我們對身體有更深認識時被唾棄。因此現今流行的化學藥物及手術，亦很可能在不久將來亦被唾棄。

現時使用天然物質，包括體內生產的複合物與及食物、草本物質等，已成世界趨勢。愈來愈多的研究學者，發現天然物質不單有巨大療效，而且遠較化學合成西藥好處多。通過他們的研究，自然醫學在人類醫學上的地位，亦開始受重視。1998年刊登於JAMA由史丹福AUSTIN博士調查發現，90年美國人向自然療法的求診次數有425百萬人次，比西醫求診次數，高出達100百萬人次。

當日出席分享會的多位西醫，是本港抗衰老醫學的先驅。他們非常支持採用營養素、草藥等來治病、抗衰老。有些更身體力行，患病時不吃西藥吃草藥、維他命。他們亦慨嘆西醫學界，一向受財雄勢大的西藥業所操控，知識封鎖甚至洗腦，令他們對價廉物美、無副作用，又有效的天然物質，一直嗤之以鼻。現在，他們已朝著自然醫學積極研修，展開自己行醫事業的光輝一頁。

