

## 中醫十問

國立陽明大學附設醫院中醫科主治  
醫師：侯德俊

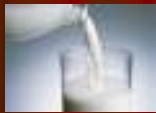
### 第一問：中醫養生

- 良好的生活作息、飲食、運動、就醫習慣
- 進補，藥食同源，源於物資缺乏的年代
- 食補藥膳可以治病嗎？有什麼禁忌？
- 一種藥膳可以全家人服用嗎？



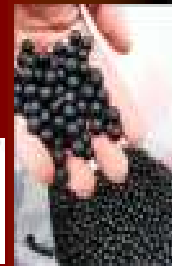
### 第二問：中藥服法

- 科學中藥的正確服法：  
A：飯前、飯後；中西相隔
- 不適合配送中藥的飲料：茶、牛奶、果汁、糖水



### 藥丸、水煎藥

- 藥丸、水煎藥的正確煎服法
- 中藥材煎煮不可使用鋁鍋



### 第三問：服藥禁忌

- 白蘿蔔、空心菜、竹筍；
- 辣椒、冰、糯米、
- 芒果、荔枝、花生、海鮮
- 痠痛、甲亢、皮膚過敏、失眠



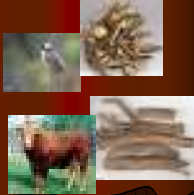
### 第四問：中藥沒有副作用

- 不可長期服用：食物補身，藥物治病
- 地下電台黑藥丸，洗腎
- 中藥、草藥、偽藥、健康食品
- 重金屬污染，農藥殘留



### 第五問：特效藥、祖傳秘方

- 症狀相同，病因未必相同，每個人的體質不同
- 年代久遠，流傳有誤：牛膝、白頭翁、小青龍
- 藥物治病，不分葷、素
- 治病仍需詳細診斷，療效才會高，副作用才會少



### 第六問：針灸減肥有沒有效？

- 有效，但需配套(少吃、多運動、持之以恆)
- 針灸禁忌、種類
- 針灸適應症



### 第七問：轉骨(長大人)

- 外在型態屬基因遺傳
- 成長中當注意飲食均衡，吸收正常
- 男女大不同，月經前後四物湯
- 做月子



### 第八問：什麼病適合看中醫

- 中醫不分科
- 分為內科、針灸科、傷科。
- 西醫不認為是病的症狀
- 西醫治療效果有限



### 第九問：中醫治病比較慢

- 沒百害：吃不好也吃的飽
- 止痛、治療痛，
- 慢性病或重大傷病
- 診斷正確，對證下藥，療效不見得比較慢



### 第十問：把脈能知百病？

- 中醫診斷：望、聞、問、切，四診合參
- 把脈類似西醫檢驗，血壓、尿酸高不一定要治療
- 把脈所知的病名是中醫的，而非西醫的
- 把脈有異常，不見的是病



## 中醫健保新資訊

- 五月一日以後，中醫推拿須自費
- 腦血管疾病西醫住院病患中醫輔助醫療試辦計畫(中風住院，半年內)
- 腦血管疾病中醫優質門診照護試辦計畫(二年內)
- (惡性腫瘤)疾病西醫(住院)病患中醫輔助醫療試辦計畫

## 感謝聆聽

