

清晨爽利

播出時間： 星期一至六早上 5:00 — 6:30 香港電台一、五台 聯播

環節：健健康康在清晨

主持：錢佩卿

嘉賓主持：崔紹漢博士 (中大臨床生化博士，浸會大學中醫學博士)

*此環節逢星期二早上 6:00 新聞後播出

中醫病證俗語篇

民間中醫俗語多

拆解釋疑免出錯(28) (17/06/2025)

打嗝(2)

打嗝屬中醫內科學的「呃逆」，特點是氣逆上衝，喉間呃呃連聲，聲短而頻，令人不能自制，這是上一篇所描述過的症狀。打嗝或打呃，古稱「噦」，又稱「噦逆」。

除了上述特點外，本病在中醫臨床上的診斷要點還包括：

1. 常伴有胃脘不適，或脘腹脅肋脹悶、食慾減退，或口氣重、心煩口渴等症狀。
2. 發病常與飲食不節、情志不和、正氣虧虛等因素有關(已於上一篇論述)。

其病機總由胃氣上逆(胃氣以降為順)動膈(橫膈膜)而成。引起胃失和降的病理因素，包括胃寒、胃火、氣鬱，與及氣血虧虛、陰陽失調等。中醫臨床辨證論治也根據這些病因病機。

1. 實證

(1) 胃中寒冷

呃聲沉緩有力，得熱症減，得寒加劇。治法為溫中驅寒止呃。

(2) 胃火上逆

呃聲響亮，衝逆而出，口臭煩渴，喜冷飲，尿赤便秘。治法為清降洩熱止呃。

(3) 氣機鬱滯

呃逆連聲，多因情志失調而誘發或加重，胸脅脹滿，噯氣頻。治法為順氣降逆止呃。

2. 虛證

(1) 脾胃陽虛

呃聲低弱無力，氣短不續，面色蒼白，四肢欠溫，食少困倦。治法為溫補脾胃，和中降逆。

(2) 胃陰不足

呃聲急促斷續，口乾舌燥，煩躁不安。治法為養胃生津止呃。

上一篇介紹了一個「鵠鵠效聲」的寓言故事，一隻仿效人類說話的八哥被一隻蟬嘲笑牠只懂拾人牙慧，不懂用聲音表達自己的意願。筆者又看過另一個和八哥有關的寓言《鵠鵠》，描述一隻八哥用說話戲弄人的故事。雖然和「打嘶嗝」沒有直接關係，但筆者卻看到「成也說話，敗也說話」的奧妙。典出《聊齋志異》。

話說有一個人養了一隻八哥，常常教牠說話，八哥學得非常嫻熟出色。這個人出門時必定帶着八哥同行，如此相伴已經有好幾年了。

有一天，八哥主人將要路過山西絳州，但盤川已經用罄，十分苦惱。正在一籌莫展之際，八哥對他說：「為甚麼不把我賣掉？把我送入王府，定當賣得好價錢，便不愁沒有路費還鄉啦！」主人說：「我怎麼忍心把你賣掉呢？」八哥說：「不用擔心！你拿到錢後便趕快離開，然後在城西「二十裡地」的大樹下等我。」主人聽從八哥之言，把牠帶進城，在街上與八哥互相談話，一問一答，引來很多人圍觀。圍觀者中有王府太監看到這情況，稟告王爺。王爺召八哥主人入王府，想買他的八哥，八哥主人說：「小人與八哥相依為命，不想賣。」王爺轉問八哥：「你願意

留下住在王府嗎？」八哥說：「我願意。」王爺很開心，八哥又說：「給他十兩銀便夠，不用多給。」王爺更加開心，立即把十兩銀給予八哥主人。八哥主人拿了錢後裝出很懊悔不捨的樣子才離開。

之後王爺與八哥對話，八哥對答如流，跟着說要吃肉，吃完後便說：「臣要洗澡。」王爺命人用金盆盛着水，打開雀籠讓牠洗澡。洗完後，八哥飛上簷樑，梳理着羽毛，並且一直喋喋不休地和王爺對話。過了一會，羽毛乾了，八哥輕快地起飛，向王爺說：「臣走了！」王爺聽罷，大吃一驚，顧盼左右已失去八哥的蹤影。王爺和王府內的侍從們，都只能仰天嗟嘆。王爺急忙派人去找八哥的主人，但也消失得無影無蹤了。

後來有人在陝西地方，看到那個八哥主人帶着他那只八哥在西安市上悠閒逛街。

這隻八哥雖然「古惑」，但對主人忠心耿耿，尚算可愛。但當今世代，有不少不法之徒，利用說話技巧，進行詐騙活動，令不少人上當，蒙受損失。奉勸大家一句，聽八哥(可能是騙徒)說話，要打醒十二分精神，以免受騙。

八哥對王爺講一聲「我願意」，只不過是一個騙局，最後王爺雀財兩失。不過，如果你遇到一個鍾情的人，很想對方向你說一聲「我願意。」時，你又會否意亂情迷，墮入愛情的陷阱呢！請收聽張國榮唱的《我願意》。

生薑柿蒂飲 (1 人量)

材料：**生薑** 30 克、**柿蒂** 10 克、**蜂蜜** 30 克。

製法：生薑及柿蒂沖洗乾淨，生薑取汁備用，柿蒂以清水 2 碗煎至 1 碗熄火待涼，放入生薑汁及蜜糖攪拌即成。

功效：生薑發汗解表、溫中止嘔、解毒，柿蒂降逆止呃，蜂蜜益陰潤燥、健脾益氣、寧心止痛；此茶飲有**溫中止嘔，降逆止呃**功效。