

# 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**

**中醫養生金句之身體異樣釋疑篇**

**身體有異常信號**

**提防是患病警告 (14) ( 13/01/2025 )**

**眼白發藍(1)**

從印堂發黑，談到黑眼圈、嘴唇發黑，一連多篇都是和頭面部位的異常顏色有關，本篇也不例外，要論述的是「眼白發藍」。

先簡單介紹眼球的解剖結構。眼球由眼球壁及其內組織所組成。眼球壁從外至內(或前至後)由眼球纖維膜、眼球血管膜和視網膜三層構成。前面最外層的眼球纖維膜分為無色透明的角膜和白色堅韌不透明的鞏膜(眼白部分)兩部分。緊接着的眼球血管膜由前向後可分為虹膜、睫狀體和脈絡膜三部分。至於視網膜則是眼球壁的最內層。

不同種族的人，眼球顏色是不同的，例如黃種人(包括中國人)的眼珠是黑色或棕色的，白種人的眼珠多是藍色或者綠色。為甚麼眼球會有不同的顏色呢？

首先，眼睛顏色是多個基因共同作用的複雜狀態，同時光的散射也會產生藍色等淺色視覺(其實眼睛本身沒有藍色色素，所看到的藍色是短波長藍光被散射後呈

現的「結構色」。)而眼球的顏色主要取決於虹膜的顏色，虹膜含有很多色素細胞，細胞中的色素含量就決定了虹膜的顏色。色素越多，虹膜的顏色就越深，眼球的顏色就越黑；反之，眼球的顏色就越淺。此外，虹膜細胞色素的含量和皮膚一樣與種族和遺傳有關。白種人的虹膜細胞色素含量少，所以眼球藍色、灰色或綠色；黃種人、黑種人和棕色人種的虹膜細胞色素含量多，因此眼球也呈深棕黑色或深黑色。

中國人的眼睛黑白分明，眼珠是黑色的，眼白是白色的，偶然會略為混濁，但仍然是偏白的。除非有肝膽相關的疾病如肝炎，眼白會變黃外，否則是偏白的。不過，有些家長在觀察孩子的眼睛時，偶然發現小朋友的眼白部分出現藍色，不明所以，或許會擔心小朋友的健康出問題。其實背後可能有幾個原因：

1. 鞏膜本身較薄，例如兒童的鞏膜尚未完全發育成熟，其下富含血管的脈絡膜便會透出血管的深藍色，令眼白出現藍色斑點。
2. 患有缺鐵性貧血，鐵是組成鞏膜膠原蛋白的重要成分，如果鐵質不夠，鞏膜變薄，其下脈絡膜的血管黑藍色就會顯露出來。
3. 患有成骨不全症的兒童，眼白也會呈現藍色，因為此症除了令患兒出現容易骨折、骨骼變形、牙齒脆弱等徵狀外，也會令眼球鞏膜變薄，透出脈絡膜的藍色。

本篇提到白種人以藍眼睛居多，而藍色在外國人的心目中也可能是身份高貴的象徵。有一個英文詞語「Blue blood」(源自班牙語)就是指出身貴族、血統純正的人，他們皮膚白皙，可清楚看見手臂上藍色的靜脈，來彰顯未曾與膚色黝黑的人雜交的純正血統。原來動物界也有貴、賤之分，筆者看過一個寓言故事，題為「不禽不獸」，說出了一種古代的社會現象。典出《笑府·雜語》。

話說有一次，百鳥之王鳳凰擺壽宴，百鳥都到來祝賀，只有蝙蝠沒有出席。鳳凰不悅，責備蝙蝠說：「你在我之下，為何如此傲慢不恭？」蝙蝠答曰：「我有腳，屬於獸類，為甚麼要來祝賀你呢？」

又有一天，麒麟生日，也是只有蝙蝠沒有到來祝賀，麒麟也責怪牠。蝙蝠反駁說：「我有翅膀，屬於飛禽，為何要來祝賀你呢？」

後來麒麟和鳳凰見到面，談及蝙蝠之事，互相慨嘆說：「如今世上物種品性惡劣而不厚道，偏偏就生出這類不禽不獸的東西，真是沒奈何呀！」

這故事指出一種不良的社會現象，就是有因應利益而擅於變換身份的投機者，立場不堅定，有利益便趨之若慕，無則避之。

聽過一首歌，歌名就是《藍眼睛》，由張韶涵 + 蘇打綠主唱，請大家留心細聽，看看能否明白歌詞的意義。

## 驅寒茶 (1 人量)

材料：生薑 10 克(約 3 片)、芫荽 10 克。

製法：材料洗淨，芫荽切段，用清水 1 碗煲滾後熄火燉 10 分即成，可當天再用滾水泡燉飲服，至味淡為止。

功效：生薑發汗解表、溫中止嘔、散寒解毒，芫荽健脾理氣、發表透疹，亦有助改善小兒食慾；此茶具溫胃散寒止嘔，健脾理氣功效。或會有助祛除因風寒之邪侵襲而引起的眼白發藍。

## 小貼士

亞洲人有一種常見的胎記「太田痣」，通常是與生俱來，或是幼年(尤其是青春期)出現，表現為臉部單側皮膚(包括眼睛周圍、顴骨、額頭、鼻樑))出現藍灰、青灰色斑點，有時出現在眼白。原因是深層皮膚有色素沉著，通常是良性，大多數情況不會影響眼睛健康，但會影響外觀。不過有小部分太田痣可能引發青光眼，甚至演變為黑色素瘤。如果有懷疑，應及早找醫生檢查，通常可用激光處理。