

2005年 香港電台節目 “精靈一點”

專訪 莊瑞寧醫師

慢性乙型肝炎的中藥飲食調理

(文字節錄)

香港浸會大學中醫藥學院臨床部 莊瑞寧註冊中醫師

中醫藥治療的適用範圍及優勢：

1、適用範圍：

慢性乙型肝炎的活動期及恢復期均可用中醫藥治療，至於慢性乙肝肝功能已恢復正常，但E抗原及/或HBV-DNA仍陽性者，仍可用中藥治療。但需定期復查肝功能、乙肝病毒學指標、超聲波、肝纖維化指標、AFP等。

2、優勢：

中醫藥適應範圍廣，能有效地消除患者不適症狀，改善肝功能，促使乙肝病毒學指標轉陰，改善肝纖維化的狀態，在一定程度上可防止肝硬化與肝癌的發生，副作用少，療效較穩定。

食療：

實證		
茯苓赤豆薏米粥	材料	茯苓20克、薏苡仁100克、赤小豆50克、白糖少許
	製法	先將茯苓加水煎煮30分鐘，去渣取汁，再將浸泡後的赤小豆、苡仁加茯苓汁共煮粥，至赤小豆、苡仁爛熟，加白糖，每日分二至三次進食
	功效	慢性肝炎患者屬濕熱或濕氣重者均可用
丹參粥	材料	丹參30克，糯米50克或粳米100克，大棗6枚，紅糖少許
	製法	將丹參洗淨加水煎湯，去渣後加入糯米或粳米、大棗煮粥，將成時加入紅糖。每日二次。
	功效	能活血祛瘀，養血補中。可用於慢性肝炎有血瘀者。
虛證		
杞棗煲蛋羹	材料	杞子20克、大棗10枚、雞蛋1只
	製法	加適量清水同煮，待蛋熟後去殼取蛋，可加適量冰糖，再煮片刻即成
	功效	能益氣補血，可用於慢性肝炎、早期肝硬化屬虛證的患者