

# 中醫養生健康講座~~~

## 喉嚨卡卡~~慢性咽喉炎的中醫治療

文/中醫內科醫師 葛正航

有許多人長期覺得喉嚨不適，總有一個東西梗在喉嚨，要吞也吞不下去，要吐也吐不出來，造成很大的困擾。其實這是慢性咽喉炎的症狀，有可能是胃食道逆流、鼻涕倒流所引起。另外喜歡抽煙、喝酒吃辣的人，或是緊張焦慮、情緒敏感的人也較常發生。

古代中醫對這種咳不出也吞不下去，喉嚨有異物感的症狀，形容就像被梅子卡在咽喉一樣，故有『梅核氣』之稱。

臨床上中醫可分為幾型：

一、肺氣虛型：這類病人需要長時間說話，常常到最後氣若遊絲，要講講不出來。病人很容易感到疲倦，體力不足，嚴重的患者更有可能常常拉肚子，東西吃不下。這時候治療要補氣利咽，可用清咽利膈湯合生脈散加減治療。

二、脾胃痰熱型：這類患者喜好美食，嗜食辛辣，伴有胃食道逆流的現象，大便常常黏膩，口氣較重。咽喉黏膜較為肥厚、充血呈深紅色。治療要從腸胃道著手，用半夏瀉心湯合溫膽湯治療。

三、肝氣鬱滯型：這類患者容易焦慮，緊張，通常伴有睡眠品質不佳的問題，咽喉的症狀在壓力來的時候更加明顯。這類的患者就要用半夏厚朴湯加減治療之。

四、腎陽虛型：這類患者通常喜好冷飲，愛吃生冷瓜果，一到冬天就容易手腳冰冷，有時可以吐出稀稀水水的痰。這類的患者就要從補腎著手，可以用麻黃附子細辛湯加減治療之。

一般來說，慢性咽喉炎的患者不可以吸菸、飲酒，另外要少吃刺激性、乾燥性的食物；居家工作環境的空氣品質也要注意。另外保持心情輕鬆，適度的運動，接觸人群，對緩解症狀都有幫助。

### 葛正航醫師門診時間

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午	東區分院 203 診	東區分院 203 診	東區分院 203 診		東區分院 203 診	東區分院 203 診
下午						
晚上	東區分院 202 診	東區分院 203 診		東區分院 203 診		