

淚出有因

黃艷梅 註冊中醫師

仁濟醫院—香港浸會大學中醫診所暨教研中心（深水埗區）

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

香港中文大學中醫學學士

流淚是我們表達情緒的一種途徑，悲傷時嚎啕大哭，激動時淚如泉湧，高興時喜極而泣。正常情況下，我們在抒發情緒過後便可停止哭泣。然而臨床上有部分患者，常提及他們平日很容易不自主地流淚，這個症狀未必會對患者帶來其他強烈不適的表現，亦往往只是以兼症的形式被提出，但對患者的日常生活也造成不少困擾，值得我們重視。

在中醫眼科學中，很多眼疾都可以有流淚此項臨床表現，在排除其他會引致流淚的眼疾後，以流淚為主症，則可診斷為流淚症。其發生與情志因素無關，實為淚液排泄功能失常，並可分為迎風流淚和無時淚下兩種類型。早於《黃帝內經》便有「冲風泣下而不止」、「見風則泣下」的相關記載。中醫眼科著作《銀海精微》提出冷淚與熱淚之別。冷淚者以虛寒為主，淚液不得固攝而出；熱淚者以虛熱為主，火性上擾，迫津外泄。且風有開動疏泄之能，易引動淚水而出。

治療上，根據患者淚水的質地，眼睛的局部異常感覺，結合全身及舌脈表現，將流淚症分為五個主要證型以指導用藥，分別是「肝血不足，外感風邪」、「氣血不足，收攝失司」、「肝腎兩虛，約束無權」、「肝經鬱熱，外招風邪」及「腎陰不足，虛火上炎」。除了服用中藥外，亦可配合針灸治療。局部常選用攢竹、絲竹空、承泣等穴位，並結合患者不同情況加用相應配穴。另外百證賦有言淚出可刺臨泣、頭維之處，平時亦建議患者可適當按壓以上穴位作保健之用。

調護方面，除了保持心境舒暢，飲食忌辛辣厚味之品等一般注意事項外，患者應避免在風大的日子外出，或可佩戴帽子或眼罩，以減少被風吹的機會。另外，眼睛不適時，應避免過度揉擦。

中醫有「五臟化五液」之說，肝之液為淚；《諸病源候論》有論曰：「五臟六腑皆有津液，通於目者為淚」，可見眼淚為人體寶貴之津液之一。流淚症看似小病，但淚多會傷精傷肝，有損身體健康，因此我們應及早治療。

以上資料只供參考，如有疑問，請諮詢註冊中醫師為宜。若有關於仁濟醫院中醫服務查詢，請瀏覽仁濟醫院網頁：www.yanchai.org.hk 內中醫服務內容。