

## 化療引起的血小板減少的中醫藥調理

陳啟賢註冊中醫師

仁濟醫院暨香港浸會大學中醫診所及臨床教研中心(下葵涌)

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

歐女士右側鼻孔塞着紙巾，紙巾上仍滲着鮮血，一般人流鼻血視作家常便飯，但她就不可掉以輕心。我連忙問：「歐女士，你鼻血流了多長時間？」，她女兒急忙搶答曰：「出門到現在已經有一小時多了，一直流血未止。」歐女士補充說：「今早有點鼻塞，小指頭挖了一挖，就流血到現在。」我就趕緊用消毒棉球替她止血，囑咐她捏好鼻子，希望能夠止血。

歐女士因患上乳癌，經過手術、放射治療、化療及標靶藥物後，病情仍未能控制，現正接受 Kadcyra (T-DM 1) 治療，可惜的是 Kadcyra 的副作用之一是血小板減少，最近一次抽血檢查，血小板只有大約  $80 \times 10^9/L$ 。

血小板減少(thrombocytopenia)是指血小板少於  $100 \times 10^9/L$ ，由於血小板具有止血作用，所以血小板不足時，容易出現各種出血症狀，如流鼻血、牙血、皮膚瘀青、出血後難以止血等。除 Kadcyra 外，其實有許多化療藥物都會造成骨髓功能抑制，影響到白血球、紅血球、血小板的數量。當血小板減少時，化療便要暫緩，嚴重者可能需要輸血小板治療。今次先與大家討論有關血小板減少的中醫藥調理，有關化療引起的貧血和白血球減少待日後再和大家分享。

血小板減少所出現的症狀屬於中醫「血證」的範疇，是指血液不循常道，或上溢於口鼻諸竅，或下泄於前後二陰，或滲出於肌膚所成的疾患。按照中醫理論，血由水谷之精所化生，《黃帝內經》：「中焦受氣取汁，變化而赤，是謂血。」這說

明了血液的產生與中焦脾胃關係密切。此外，「心主血脈」，「肝藏血」，「腎主骨、生髓」，骨髓功能之一就是造血，因此在中醫的治療上，脾胃、心、肝腎的調理尤其重要。因化療引起的「血證」主要原因有三個方面：一是久病加上化療藥物毒副作用使陰津傷耗，以致陰虛火旺，迫血妄行而出血；二是久病使正氣虧損，氣不攝血，血溢脈外而致出血；三是久病入絡，使血脈瘀阻，血行不暢，血不循經而致出血。對血證的治療以治火、治氣、治血三大原則為重點。治火者，實火當清熱瀉火，虛火當滋陰降火；治氣者，實證當清氣降氣，虛證當補氣益氣；治血者，根據病情使用涼血止血、收斂止血或活血止血的方藥。同時配合健脾養心、滋補肝腎，補氣生血以促進血液的生成，及減輕化療的副作用，保護骨髓功能。

常用提升血小板的中藥有大棗、女貞子、枸杞子、龍眼肉、龜膠、阿膠、花生衣等。氣血虧虛者可見各種出血症狀外，伴有神疲乏力，面色蒼白，頭暈，心悸等，可以使用歸脾湯，其組成的藥物有黃耆、黨參、白朮、茯苓、甘草、遠志、酸棗仁、龍眼肉、大棗、生薑、木香等，具有補氣養血，健脾養心及補氣攝血的作用。此外，熟地黃、枸杞子、女貞子、菟絲子等都有滋補肝腎的作用，以輕減化療對骨髓功能的抑制，假如有明顯的出血症狀，酌情加上止血的藥物，例如仙鶴草、藕節等，標本同治，達到補氣血，健脾腎，止血的功效。

血液寶貴，既是生命的必需，又可以捐血救人，「血裡有生命」，在基督教信仰裡，血代表了生命和救贖的意義；我也認識一些病人，因信仰關係而不可接受輸血，所以更要好好「保血」、「補血」，既要保護身體，減少出血機會，又要營養充足，幫助血氣的產生。

「保血」的生活注意要點如下：

1. 男士請使用電鬚刨，避免使用剃刀。
2. 應盡量穿著鞋子，保護雙腳。
3. 流鼻涕時，請柔和地擤鼻涕，避免挖鼻。
4. 使用軟毛牙刷刷牙。
5. 避免使用牙籤。
6. 進食充足蔬果及飲用充足開水，保持大便暢通。
7. 避免碰撞性運動。
8. 若出現皮膚瘀傷，可以冰敷。
9. 如有出血，應用清潔的敷料按壓，直到止血為止，假如出血持續，應盡快求醫，並告訴醫護人員正接受化療。

「補血」的食療建議如下：

### 補血五紅粥

#### 材料

紅棗(去核)15g、龍眼肉 15g、枸杞子 12g、花生衣 30g、紅糙米及白米適量

#### 功用

花生衣能止血，散瘀，消腫，用於多種出血症狀及血小板減少；紅棗補中益氣，養血安神；龍眼肉補心脾，益氣血；枸杞子滋補肝腎；紅糙米有豐富維他命 B 及纖維。以上食材合用，可以達到滋肝腎，養心脾，補氣血的功效。

#### 做法

先將上述材料洗乾淨，先用清水 8 碗文火煎煮花生衣 1 小時，去滓取汁待用；同時用清水浸紅糙米 1 小時，使之軟身。

然後加入適量紅糙米、白米、紅棗、龍眼肉、枸杞子，再用花生衣汁煮米成粥；紅糙米和白米的比例可按個人口感及胃腸消化能力調配，喜歡軟熟口感及胃腸功能差者應白米多，紅糙米少。

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，請致電 2370 2216 查詢或瀏覽仁濟醫院網頁：[www.yanchai.org.hk](http://www.yanchai.org.hk) 內中醫服務內容。