

自然療法的專業訓練

□ 自然療法醫生陳威健



自然療法 (Naturopathic Medicine) 是一個歷史悠久，而又具現代科學化的獨立醫療體系。在國外，尤其美加、歐洲、澳洲等地，除西醫療法外，自然療法是最多病者採用的療法。隨着整個世界走向自然健康的生活模式，自然療法也愈來愈盛行。

現時在北美洲已有5所自然療法醫學院，醫學課程為期4年，共4千多小時的專業訓練。入學資格需要最少3年以上的大學學位，畢業後會取得「自然療法醫生學位」(Doctor of Naturopathic Medicine) 及當地政府頒發的行醫醫療執照。

治療工具相異

自然療法的醫學訓練，包括基本醫學（例如生理學、解剖學）和臨床醫學（例如病理學、診斷學、鑑別診斷學），與傳統西醫療法的訓練不遑多讓。臨床時會採用X光、驗血、電腦掃描等檢查方法；但治療方法與治療工具，卻跟西醫療法大大不同。

自然療法強調「整體」治療和採用「少侵犯性」的治療方式，這包括「排毒方法」（Detoxification）、臨床營養療法、中或西草本療法、「同類療法」（Homeopathy）、脊骨神經矯正等。

着重人體免疫力

自然療法着重平衡人體各生理運作及提升人體免疫功能，促進身體自癒能力。

當然，在必要時自然療法醫生會轉介病患者作外科手術或危急搶救。

當診斷病症時，自然療法醫生十分注重患者的外在環境因素、生活方式的規律、飲食習慣、和內在的心理壓力。自然療法的精粹在於善用自然的方法和藥物來改善整個人體身心的協調運作，而不僅注重殺菌、消炎、止痛等治療方式。

非化學藥物排毒

自然療法長久以來十分重視身體排毒程序，所以特別注重調理肝臟、腎臟、大腸等排毒去污功能。無疑，在現代高科技的社會環境裏，人體最需要的三種養分：水分、空氣和食物，都被各式各樣的化學物質及有毒重金屬污染，導致很多人體重要器官的生理運作受障礙，因而產生更多非西醫合成化學藥物所能治癒的退化性疾病，這使自然療法的排污去毒步驟，在這污染環境中更顯重要。

自然療法的另一特點，是身體自我「調整過程」或稱「好轉反應」的出現。原來，疾病若真正痊癒時會出現3個現象：

(1) 疾病會由體內最重要的器官，轉移到體外次

要的器官。

(2) 皮膚病會由上半身，轉移到下半身而痊癒。

(3) 未真正治癒的舊毛病會再次復發，病徵出現次序會由最新的病患開始，遠至舊患亦會再次重現。

身體自我調整

如病徵能隨着這次序出現的話，這正是「痊癒趨勢」，可喜可賀！但如朝反方向出現的話，這便是「惡化趨勢」，定要加倍小心！

臨床實證發現，皮膚病治癒時，哮喘或關節病卻隨之而來，這表示治療不當，病情繼續深入惡化；反之，當哮喘或關節痛痊癒時，全身皮膚卻出現問題，這對自然療法醫生來說是十分好的現象，因為疾病已由內轉外，疾病真正獲得治癒，身體也真正健康強壯起來。

加拿大自然療法醫學院 (The Canadian College of Naturopathic Medicine)

電話：(416) 486-8584

傳真：(416) 486-6821

