

認識針灸治療

□ 李秋平針灸及手法治療醫師
港九中醫師公會永遠名譽會長

「呀！很痛呀！」

「小姐，還沒刺進去。」

其實，筆者還未把針刺入，手還按着管針（針之其中一種類別）正準備進針，她已經緊張得叫了出來。

針灸也輕鬆

這是一種很正常的反應，相信有九成人對針刺有點抗拒，試看接受西醫治療的病人有那一個願意接受打針注射的。假如沒有第一次的勇氣，筆者還沒有每年往捐血的心願！從過往的治療經驗，男性比女性更怕針刺，曾有一位雄赳赳的消防員看見同僚接受針刺，看也不敢看，更差點暈過去。相反，有一位警務工作者從未試過針灸，當接受第一次後，現在卻很樂意定時到診所接受針刺保健。其實他並沒有病，只愛好運動，藉此在身心及體能上有所幫助及裨益。他的苦心沒有白費，無論在跑步或游泳的時間都比過往進步，並且精力較以往充沛。

每一個人對針刺都有不同的反應和適應能力，有不少病人覺得只像蟻咬般；有些病人卻連針進入了皮膚還不知道！心理上的恐慌和障礙，是一般病患者的通病，主要原因是怕痛，使針灸的優點及好處沒機會發揮出來。大部份有病的人，都會設法找尋適當的醫治方法，若沒有顯著成效，最後無可選擇時，才會考慮針灸治療。不少首次到診所的病者都是戰戰兢兢地接受治療，卻發現原來與打針相比輕鬆得多。

一次性針灸針

到現在，一般人對針灸治療的效用還未有深入的認識，或有負面的見解及懷疑的態度，到底那口細小的針有何本領，可以醫治頑疾、痛症，甚至促進保健作用。除此之外，針刺對美容和減肥亦有



針刺治療也算是一種享受！

明顯的效果。有些人對現代針灸中針的處理方式還存有一種誤解，過去筆者曾出席一些健康座談會及講座，意想不到地竟然還有人問針灸會否傳染愛滋病或其他疾病，可能看得武俠片太多了，仍然抱持古老的觀念，以為這些針用布包着，不經消毒，卻不知道針灸治療也現代化

了。無論在針刺或感染角度方面來看，我們都可以放心接受治療。如果患者有需要的話，應向醫師提出要求當面拆用針灸用的針。

嚴格來說，每位針灸醫師都應採用一次性的針替病人治療，免受傳染，甚至同一位病人覆診時，都需要使用新的針，放棄傳統式的每人一套針具或把它消毒再用。筆者便是採用美國食物及藥管局(FDA)認可及批准的一次性針灸針，既確保安全衛生，又能令每位病患者安心接受治療。

針灸治療除使用「針」或「灸」外，有時也要配合中藥使用。另外，或按病情需要加上其他用具，例如火罐、電針療機、電磁波治療器或手法治療以達到一定的療效。當然，利用穴位治病及保健，除可使用針灸外還可用其他普遍的方法如拔罐法(包括磁力罐)、敲擊法、激光法、刮痧療法或推拿法，甚至使用三棱針在某些穴位刺血以達到某種效果。有機會的話，向讀者作進一步介紹。

* 圖片由國際(香港)針灸及手法治療中心提供