

風為百病之長

醫三黃桃意

論病之情不外「內傷外感」，「內傷」屬神經之氣，為七情——喜怒哀思驚恐悲之拂鬱，與氣有連帶之關係。至於「外感」乃風、寒、暑、濕、燥、火六淫之侵襲，所以云六淫者，因其能淫病人也。亦有以為六氣失其正規現象，故又稱六淫為「邪氣」。傳染病即屬之。中國醫學，以人體生理之現象，貫通一氣，精氣奪則虛，邪氣盛則實，故以身體外之種種物質為觸發疾病之因，而歸重於風、寒、暑、濕、燥、火，故曰「風為百病之長」，茲以六淫交錯致病之理分別詳之：

1. 風：風乃空氣流動之現象，風之變化無常。全隨寒熱燥濕之氣而變動，故風能為先導，而挾有寒熱燥濕諸氣之一，以侵犯人體，而人不能片刻離空氣之流動，苟若人體調節機能不能適應氣候之劇變，則發生風寒、風熱、風燥、風濕等病，特其所以病者，實根於四氣耳。又所謂調節機能者，即古人所謂真氣，真氣虛，則邪從之矣，即內經所謂，「邪之所湊，其氣必虛。」也就是說：調節機能失其正常，六淫才能得隙侵犯，因之為病。

2. 寒：寒者空氣中溫度降低也。人體中端賴調節機能以適應，調節機能最要者為皮膚，當身體運和之際，驟遭寒邪之侵襲，若非其時之暴寒以及日夜冷等，如防禦不周，則風寒侵矣。吾人以風寒為傷寒之因，其來有自。西人以病菌為感染原因，以風寒為誘因亦無不可。總之，若既感染病菌，又感風寒，更有食積喜怒雜於其中，再加上身體不壯實，則不免於病。

3. 暑：暑為夏令之氣，濕熱之合也。分為陰暑，陽暑，人處於大熱之天，由於生理之調節自能出汗，汗出則陽虛，心無力鼓舞，血脉憊懈，當此之時，若畏熱避暑，深夜納涼，嗜食冰水冷果，遏止汗液則因心力馳懈汗出陽虛，人體成備不及，冷冰藏於內，風寒侵於外，陰經被侵，必然肚痛，是為陰暑。在烈日下辛苦勞役或劇烈運動，擾動其陽氣，鼓舞其心血，全身之熱，不及外散，熱邪直入陽經，必然頭痛，是為陽暑。

4. 濕：濕即空氣中之水分多，而使汗液不能蒸發，不得適量之排泄，尤其在黃梅時節或潮濕之地，空氣中水蒸汽常飽和，則汗液未出汗腺者，未蒸

發阻於腺口，已出者不得蒸散，則形成濕病，如睡日式床易得風濕病是。

5. 燥：燥是涼氣凝縮而致，為乾燥秋末之氣，與寒相類。秋分後皮膚毛孔感涼而收縮，汗液不蒸發，淋巴管多淋巴液，不從汗腺出而下降為瀰。燥病為從內而生，其因有二：一為陰凝之乾燥，另一為陽竭之乾燥。不過要注意，所以致水分缺乏而乾燥者，其因在熱非燥。

6. 火：火為熱之極，水分少，溫度高，火乃積熱生光而又燃燒者，未達此，皆不得謂之火。昔人之謂火者，吾人可謂之為熱。火之現症為神經興奮，動脈血流行疾數之充血，是為內熱，全身微血管起充血現象者為表熱又曰發熱，此總因之熱，在氣中統曰火。

總上所述，六淫不外為空氣之變化，又可歸為三類：

(一) 位置之變化：空氣流動，名曰風，因其流動過速，氣壓降低，人身抵抗不足或體溫不固，則成傷風中風之症。

(二) 溫度之變化：溫度太低則為寒，斯時體表之皮膚必緊縮而發熱，體內胃腸停水難運，遂成傷寒寒中之症。溫度太亢過，則體熱發散不及，身內之血膨脹，蒙壓腦筋形成神昏煩渴之中暑熱中等症。

(三) 濕度變化：由濕燥影響之，而形成濕病，空氣中水分太多即為濕氣，水分不及即為燥氣。

由此以觀，人身最為密切之物即為空氣，空氣和暢則不失常態，人在氣交中自然舒表。若一旦空氣劇變超出常型，則身體正常生理之調節機能，不能適應，則人處於氣交之中，即感而為病矣，故風為百病之長，確具至理。

