



多倫多西區醫院
華人乙型肝炎互助團體
Toronto Western Hospital
Chinese Hepatitis B Peer Support Group

簡訊 Newsletter

2014年 夏季

任務宗旨

支援及關懷乙型肝炎患者和家庭成員
共同分享知識，研討問題，強化信心，邁向美好將來

本期主題 - 草本醫療 Herbal Remedies

可能影響肝臟的草本植物

免責聲明: This list is compiled and translated by the Toronto Western Hospital Liver Clinic staff. Information is retrieved from clinical case reports and medical review articles. The dosage of each product that can cause liver damage is unknown.

Artemisia 艾葉	Gardenia 山梔子	Pennyroyal oil 薄荷油	Semen Cassiae 決明子
Atractylis gummifera 蒼朮	Germander (Teucrium chamaedrys/polium) 石蠶	Plantago Asiatica Seed 車前子	Senecio (Groundsel) 千里光
Black Cohosh 黑升麻	Hares' ear 柴胡	Pulegium (Mentha) 薄荷	Senna 番瀉葉
Camphor 樟腦	Ma Huang 麻黃	Radix Polygoni Multiflori 何首烏	Sho-saiko-to 小柴胡湯
Chrysanthemum 菊花	Margosa oil 楝子油	Radix Tripterygii 雷公藤	Shou Wu Pian 首烏片
Dai-saiko-to 大柴胡湯	Mistletoe 槲寄生	Rhizoma Dioscoreae Bulbiferae 黃藥子	Skullcap 黃芩
Fructus Toosendan 川楝子	Noni Preparation (Morinda citrifolia; Oil of cloves) 諾麗果	Saw palmetto 鋸棕櫚	Tussilago farfara 款冬花
Fructus Xanthii 蒼耳子	Paeonia 芍藥	Scolopendra 蜈蚣	Valerian root 纈草

乙型肝炎與傳統中醫藥

摘錄自香港中文大學 肝臟護理中心

我們與香港中文大學的中醫學院合作，我們招募了研究中醫藥的碩士及博士學生，展開了中醫治療肝炎的基礎及臨床研究。作為香港政府支持的傑出領域科研項目 (Area of Excellence)，我們已成功地進行了一個雙盲，設置安慰劑組的隨機臨床試驗，研究中成藥苦味葉下珠對抗乙型肝炎

炎病毒的作用。以往的研究發現苦味葉下珠有抗乙型肝炎的作用，但經過我們臨床試驗證實不同劑量的苦味葉下珠對治療乙型肝炎均無作用。以嚴格的科研方法及良好臨床實驗管理規範 (Good Clinical Practice)

來研究傳統中醫學是未來發展的重要一步。另外，我們亦發現苦味葉下珠帶有抗氧化的作用，有機會在非酒精性脂肪肝的實驗模型中改善肝細胞組織。隨著越來越多傳統中醫學的基礎研究和臨床研究，我們正逐步走向這領域的領導地位。

病患分享

Joseph Cheung

我在1999年從香港移民來到加拿大，不經不覺已十多年了。移民前很多年已被確診為乙型肝炎病毒帶菌者，在香港乙型肝炎算是普遍，我也是每年到醫生處例行驗血檢查，移民後一直由黃嘉興醫生 (Dr. David Wong) 及鄔潔美護理師 (Colina Yim) 跟進。

到2002年底開始感覺疲乏，因為是退休移民，不用上班，故通宵達旦閱讀，白天才倒頭大睡，待我追看完那套二十多本的小說後，身體已近乎虛脫，終於在2003年沙士期間發病，驗血結果肝酶素指數上升了很多，馬上被安排作超聲波及電腦掃描檢查，發現肝臟有一個腫瘤，醫生建議我接受微創手術。基於信仰關係，我沒有特別感到恐懼，也沒有擔心，相信生死有命，一切在天主的掌握中，心內當然是有點不愉快。

我原以為從乙型肝炎病毒帶菌轉變成為肝癌，都是因為男士本性作怪，當事業或家庭出現問題，要承受很大壓力的時候，只會把鬱結放在心內，不會宣之於口，更不用說與人分享，特別是家人，認為沒這需要，反正說了也不明白。但手術後我閱覽了很多資訊，

瞭解到我患上肝癌的原因是由於生活不檢點：

睡眠時間不正常，飲食沒有節制，喝酒吸煙等等；於是開始改變自己的生活習慣和起居飲食，例如早睡早起，少吃煎炸食物，又練習專門針對癌症的國林氣功直到現在；每半年驗血，一直把病情控制。

五年後我以為已經安全，開始放鬆警惕，又故態復萌，經常往返香港，與朋友聚會時會喝少量紅酒，但每次喝後都有不適感覺。直到去年驗血發現肝酶素指數再次上升，檢查下證實在肝臟另一部位再出現一個原發性的腫瘤，又要再次接受手術。

我衷心奉勸大家，真的一點也不能放鬆，特別是像我這類曾經患癌症的，並沒有所謂五年安全期，要學會調節自己的情緒，不輕易動怒，生活習慣正常，早睡早起。

祝願各位身體健康，生活愉快！

主席的話

團體天地

食療分享：

註：摘錄自香港浸會大學中醫藥學院網頁

出版單位： 多倫多西區醫院華人乙型肝炎互助團體
Chinese Hepatitis B Peer Support

Group

編輯： Lanky Lou (教育支援)

網站: www.torontoliver.ca

電郵: liversupportgroup@hotmail.com

電話： 647-847-1572 (請留口訊)

成員 (排名不分先後)：

David Cheung (主席), Joe Ip, Flora Ken, Pauline
Tsang, Bonnie Ng, Tom Lam, Larry Wong, Patricia

請支持華人乙型肝炎互助團體

本人樂意支持華人乙型肝炎互助團體
免費期刊及教育活動。

茲捐助：

- 款額 \$ _____
- 需要退稅收據 (捐款\$20以上)

支票抬頭： Liver Education Fund, Toronto
General and Western Hospital Foundation
請註明 **Chinese Hepatitis B Education**

地址： Liver Clinic, 6B Fell Pavilion,
Toronto Western Hospital, 399 Bathurst
Street, Toronto, ON M5T 2S8

個人資料：

Name:

Address:
