

# 良醫週刊



## 11年漫長療癒路

### 郭榮祥

## 中醫中藥



# 戰勝B肝

page8,9 · 病不絕望

新欄推薦

光明日報 **良醫** Nutri Oats 獻  
“雙管齊下降低膽固醇”



中獎名單  
快來看  
有你嗎?

page02 · 良醫拼盤



### 捨不得裁你的 秘密 讓老闆

page13 · 職場EQ.



前美姐、藝人黃  
韻嫻 (Eunie  
Ng) , 茹素10  
年與您分享為  
何從葷食者轉  
變為純素者。  
成為全職家  
庭主婦后，  
如何以純素  
孕育兩個  
孩子。

page14 · 親子蔬食



### 桃膠吊蘭 潤膚美顏飲



page16 · 葯食兩用



# 11年漫長療癒路

## 郭榮祥

# 中西醫結合戰勝B肝



現年51歲的郭榮祥，曾是慢性B型肝炎帶原病人，如今健健康康地接受採訪，講述他在11年內如何通過中醫中藥活化了人體免疫系統，根治B肝的見證。

奕奕，很乐意分享自己的求医心路历程，挥别肝癌的梦魇4年后，如今的郭荣祥精神

### Profile

姓名 郭榮祥  
 年齡 51歲  
 職業 流動衣小販  
 病情 慢性B型肝炎  
 治療 20歲時要打B型肝炎預防針，西醫說慢性B型肝炎帶原者打預防針已無意義，必須服藥到死。2002年開始改看中醫，服用中藥調節免疫功能。11年後終於打敗了B型肝炎。  
 感想 B型肝炎病人對服中藥要有信心及必須注意飲食習慣。



(檳城訊) 那是2000年，他34歲時看西醫的事。

西醫告訴他，慢性B型肝炎不可能根治，必須長期服藥，而且是服到死為止。

他記得，20歲時他要打B型肝炎預防針，西醫看了他的驗血報告對他說，他已是慢性B型肝炎帶原者了，打預防針已無意義，而且，也不會長命。

2002年，他的B型肝炎發作，肚子很脹，只好去看醫生，服了2個月西藥。後來他有緣參加了陸庭譯中醫師在檳城的B肝防治講座後，開始服用中藥，11年之後的2013年，他的B型肝炎根治了。

這名慢性B型肝炎帶原病人，現年51歲的郭榮祥，健健康康地出現在記者面前接受採訪，以便通過報章，證實他是通過中醫藥活化了人體免疫系統，根治B肝的見證。

## 參加講座會 現場抽血檢驗

郭荣祥说，2002那一年，他参加了陆医师的讲座会，会后现场抽血，检体送台北做HBeAg与HBV-DNA精密的定量检验，俟结果出来后，到怡保陆医师开设的诊所看诊拿药。早晚各服用一个方剂。

他每隔几个月会到怡保复诊，由驻诊的首医师通过望闻问切四诊和验血结果予以遣方用药，而他也耐心地坚持服用中药。

他说，服中药与B型肝炎病毒(HBV)对抗贵在坚持，因这不是一两天可以解决的事情。有许多人服中药没多久，觉得没有效果就放弃了，实在可惜。他们不知道慢性B型肝炎带原一般没有什么临床症状，治疗过程中HBV量的增减也不会有什么症状，一切都得以精密的检验来评估。凭感觉是无法知道的。凭感觉来决定是否继续治疗也是不恰当的。

## 指數不穩定 充滿信心堅持

郭荣祥最初服用陆医师的中药，立竿见影的见效，B型肝炎的HBeAg与HBV-DNA大幅下降，可是后来又回升。针对他的不安与不解，陆医师请他不要紧张，疗效受很多因素影响，包括他自己的压力、情绪、作息等，要有信心坚持下去。他就这样一直服了11年，直到根治。

他说，开始3年期间指数不断的上下下，非常不稳定。一直到第4年开始，方稳定下降。在这过程中，陆医师都清楚解释其原因，使得他充满了信心坚持下去，未半途而废。

## 聽從醫囑 晚上11時就寢

郭荣祥服中药的时候，陆医师要他停止服用治疗慢性B型肝炎的西药拉美芙锭(Lamivudine)。

理由是，除非是B型肝炎发作，且肝指数达到使用的标准，病人才有必要服用拉美芙锭，否则的话，连续服用几年，病毒有了抗药性，这药便不能再“救人”了。

他听了陆医师解释后决定停止服用。

有一次他的肝炎发作了，肚子胀胀的，感到害怕，急忙致电陆医师。看了他的报告后，发现AFP上升、ALT异常，陆医师因而要他去做腹部超音波扫描，且安慰他应该没事的。

他说，那一次，西医觉得奇怪，他的肿瘤指数很高，可是却查不到肿瘤的踪迹。

他说，他接受陆医师的建议，请西医再开回拉美芙锭服用，以加强压制HBV。收效后，陆医师请他停用西药。

期间，他听从陆医师的话，持续服用中药。

他也听从嘱咐坚持晚上11时前就寝。让肝脏得以发挥它的代谢、解毒等功能。

## 必須戒酒 才有活命機會

陆医师不让郭荣祥喝酒。根据陆医师的说法，B型肝炎病人喝酒是不可能痊愈的。

郭荣祥在20岁检验到被HBV感染之前，有酗酒的坏习惯，经常晚上和朋友们一起饮酒，即使被验出已感染了HBV，还是放不下酒杯。

直到遇上陆医师，了解必须戒酒才有活命的机会，他才完全跟酒说再见。朋友若邀他喝酒，他会说：“过去已喝太多酒了，quota用完了！”

## 接受治療 必須注重飲食

郭荣祥说，接受中医治疗的B型肝炎病人必须注重饮食，少吃煎炸与辛辣的食物，也不要吃热性的榴槤。另外太过寒凉的食物，包括冰块也不要吃。

他喜欢香辣的扁担饭，为了治病，他慢慢的习惯了强忍美食的诱惑。多年后见到扁担饭也不再食指大动。

他习惯了清淡的饮食，拒食刺激性者。少量多餐，经常一碗鱼粥配一些青菜便是一餐。

## 環境影響 病情不能改善

郭荣祥以个人的经验认为，环境对于B型肝炎病人影响很大，如果身旁有人抽烟，感觉会很不好；也应远离臭气熏天的环境。

他是一名流动成衣小贩，有一段日子病情久久不能改善，他觉得与自己在夜市摆摊的地点不好有关。因靠近早市巴刹鸡鸭小贩丢弃废弃物的垃圾场，很不卫生，遂换了一个环境较好的摆档地点，病情也因而很快得到改善。

## 天天擔心 做事提不起勁

郭荣祥说，B型肝炎病人的精神压力大，可是如果经常向人诉说病情，天天担心，陡增压力。他育有1男2女，都在求学阶段，妻子是家庭主妇，作为唯一的家庭经济支柱，所面对压力可想而知。因而，他尽量设法缓解压力，打起精神面对，因他知道，自己绝对不能倒下去！责任未了呀！

B型肝炎虽然没有特别的症状，不过病人普遍会觉得累，做事提不起劲，而他自己有时连收档都懒。

现在病好了，不再觉得累了。

## 改服中藥 調節免疫功能

郭荣祥过去服西药治B型肝炎，每天的药钱40令吉，一个月得花1200令吉买药。后来改服中药，按照现在的行情，每月的药钱500令吉不到。

他说，重要的不是钱的问题，而是西医告诉他病不能根治，必须服药到死为止，而药只是控制病情，不服药，病又回来了。还好，他遇到了陆医师，改用调节免疫功能的中药，根治了B肝。

# TCM達致B肝治療的終極目標

郭先生这个案例，仅是笔者众多慢性B型肝炎带原得以治愈中的一个。看起来似乎很艰辛，但与不幸躺在病床上数日子的末期HCC或肝硬化患者，他可幸福多了！这案例对众多慢性B型肝炎带原者有著重要的启示如下：

**本**病例郭荣祥先生，能把邪恶的B型肝炎病毒(HBV)自体内清除殆尽，产生免疫性的表面抗体(Anti-HBs)，免除未来发生肝硬化、原发性肝癌(HCC)与肝失代偿等疾病的威胁。2002年11月17日，笔者在横城举办首场免费B肝防治讲座，让郭先生有缘得知传统中医药(TCM)能根治他的慢性B型肝炎带原。尔后他身体力行，规律服用TCM，与HBV奋战11年，于2013年6月19日HBsAg血清转阴，同年10月26日HBsAg血清转换，产生免疫性的Anti-HBs。

他深知大马尚有超过100万的慢性B型肝炎感染者，也许由于无缘接触到TCM能根治慢性B型肝炎带原的资讯，或是坚信那是无药可医的一种疾病，反正不痛不痒，所以，未积极寻求有效的治疗。他因而挺身而出，毫不隐瞒他的病情，百分百公开与大家分享他的诊治过程与经验，值得钦佩！

## 1 慢性B型肝炎带原者 必须定期做筛检

慢性B型肝炎带原者必须定期做AFP、ALT、HBeAg定量、HBV-DNA与HBsAg定量筛检，以客观评估病情的变化，是否可服用抗HBV的西药？是否有HCC的发生？对HBV特异的免疫功能是否起了变化？如果在治疗当中，则评估是否有疗效。郭先生于2002年11月17日讲座会后第一次抽血做定量HBeAg与HBV-DNA筛检，结果是HBeAg (+)2067，HBV-DNA 152,500,000 copies/mL，着实高得吓人，但ALT正常，显示他正处于免疫耐受状态，即他对HBV特异的免疫系统，对巨量的HBV毫无反应，怎么办？

## 2 免疫耐受状态下不适合使用 抗病毒西药，除非是已发生 严重的肝硬化

这是美国American Association for the Study of Liver Diseases (AASLD)、欧洲European Association for the Study of Liver (EASL)与亚太Asian Pacific Association for the Study of the Liver (APASL)三大肝脏病医学会对慢性B型肝炎带原不予治疗的共识。这不是见死不救，而是因为缺乏有效的治疗手段。

郭先生于抽血筛检前曾服过2个月的拉美芙特(Lamivudine)，疗效看不出来。这也说明为何世界三大肝脏病医学会一致认为，慢性B型肝炎带原不予治疗，除非已发生严重的肝硬化。

## 3 慢性B肝带原 不治的后果严重

许多对慢性B型肝炎带原的疾病转归研究指出，慢性B型肝炎带原者，其中15%–40%，终其一生当中，将可发展成肝硬化、HCC与肝失代偿等严重疾病。这也是笔者一直强烈倡议慢性B型肝炎感染者，须予以治疗的原因。笔者14年(2001

年1月1日–2014年12月31日)的临床统计证实慢性B型肝炎带原可以TCM根治：HBsAg血清转阴率16.5%(21/127)，HBsAg血清转换率，即产生Anti-HBs率11.81%(15/127)。郭先生就是在高度危机意识下，与对家庭的责任感，选择以TCM治疗。结果也未让他失望！

## 4 免疫耐受难以打破

HBV的各种蛋白质，例如HBsAg与HBeAg能抑制宿主CD8(+)T细胞，导致这种极其重要的细胞性免疫功能减弱，最后完全丧失掉，尤其是在母子垂直传染情况下，T细胞尚未发育完全，就遭连排山倒海而来的HBV，肯定会形成难以打破的免疫耐受状态。这些持续大量，主要在肝脏中不断复制的HBV将造成肝硬化与HCC，值得带原者提高警觉，千万不要跟着感觉走。但是，如何打破这种免疫耐受，值得医学界与科研界继续努力。

以郭先生这案例来说，他服用的方剂，开始时HBeAg与HBV-DNA曾大幅下降，分别自2002年11月17日的(+)2067与152,500,000 copies/mL降至2003年8月29日的(+)1097与3,900,000 copies/mL，但ALT始终正常。表示他对HBV的特异免疫功能并未提升，未对肝细胞中的HBV发动攻击。HBeAg与HBV-DNA的下降系笔者方剂抑制HBV的效果。难怪他会说服用的中药，立竿见影的见效！可是又会回升。这种发展与他HBV特异的免疫系统间的关系密不可分。

## 5 TCM确能提升对HBV特异的 免疫功能

CD8(+)T细胞若能被活化，就有可能辨识肝细胞中藏有HBV，因而会对它们发动攻击，造成肝细胞发炎，ALT就会上升。郭先生这个案例是服TCM至2006年6月6日，ALT首次上升至105 U/L，HBeAg降至(+)1658，HBV-DNA则因肝细胞受损，逸出的量增多，检验结果达867,900,000 copies/mL，让他吓了一跳。笔者安慰他不必紧张，因这是一个好的开始。他的ALT之后一直异常，至2007年11月13日更飙升至1,480 U/L，但HBeAg则降至(+)427，HBV-DNA剩2,040,000 copies/mL，状况良好。为避免ALT进一步升高，引发不必要的后果，笔者请郭先生回去找西医，服用Lamivudine。

他对HBV的战役至此已近尾声，因接下去，于2008年10月8日就看到HBeAg(-)0.678，HBV-DNA 90 copoes/mL，ALT 50 U/L，终于战胜了邪恶的HBV。

更有进者，他的HBsAg于2010.11.19检验，也降至(+)+29.95，很低了。他选择继续用药，期能把肝细胞中的cccDNA也予以清除。按HBsAg系cccDNA的替代标记(surrogate marker)。这结果也终于2013年6月19日看到了：HBsAg(-)0.882，但Anti-HBs尚未出现，但已开始萌芽。他的HBsAg于2013年10月26日血清转换，产生Anti-HBs(+)+58.73。郭先生不屈不挠

的奋战精神终于让他战胜了HBV，值得其他慢性B型肝炎带原者参考：他体内那么多的HBV都能清除掉，而我的病毒量较他少多了，没有理由不能才对。

## 6 AFP异常为何检验不出癌瘤

郭先生的AFP于2007年5月29日升高至109 ng/mL。听从笔者的建议，去医院做腹部超音波扫描与CT scan。但未发现癌瘤。西医当时也觉得很奇怪。实际上，郭先生当时的ALT为373 U/L，表示有大量肝细胞发炎与死亡。但与此同时，因肝细胞的再生能力很强，所以，肝细胞死亡与再生几乎同时发生，而再生时会释出AFP这种蛋白质，所以，检验时异常。经笔者详细解释后，郭先生才恍然大悟，不再去担心HCC的发生了。

## 7 TCM根治慢性B型肝炎带原 的理论基础

诱生了细胞因子IFN- $\gamma$ 与TNF- $\alpha$ 就有机会在不伤肝细胞情况下把肝细胞核中的cccDNA予以降解。

笔者对所使用的方剂曾做过临床实验，证实确实能诱生内源性的IFN- $\gamma$ 与TNF- $\alpha$ 。而欧洲与日本的研究报告则指出，这二种细胞因子能进入肝细胞降解cccDNA，而不伤及肝细胞。这解释了为何笔者能以TCM根治慢性B型肝炎带原，而ALT持续正常，这也就是TCM根治慢性B型肝炎带原的理论基础。

## 8 对自己负责多方面配合

宿主必须对自己负责，多方面配合，一如郭先生。

- 1 规律用药：他从未间断服药，使得他血中的药剂有效成分得以维持，也因而看到了疗效。
- 2 戒菸酒：他做到了。戒酒对嗜杯中物者，何其难？但他了解酒精对免疫系统将造成极大的伤害后，毅然戒掉这坏习惯。除不抽菸外，对二手烟都感到厌恶，会设法远离，自然能提升免疫功能。
- 3 不熬夜：他养成规律的作息好习惯，对提升免疫功能，自然也有很正面的助力。
- 4 营养均衡及避免辛辣的刺激性食物：他都做到了。连很喜欢吃的扁担饭都能舍弃。
- 5 缓解压力：他不怨天尤人，也不与不相关的人去谈本身的疾病，以免徒增不必要的困扰。他的压力不小，家庭经济重担一个人挑。相信他对家人的情感与责任感让他积极面对一切。
- 6 远离不卫生的工作环境：他自己察觉到而远离，对他的健康自然有加分的作用。
- 7 天天规律运动，最好能连气功或打坐：对提升免疫功能言，这是不可或缺的。



醫師點評

· 陸廣評