

慢性發炎

慢性發炎是一個相當複雜，也是相當麻煩的健康問題。

圖文：

覓齡織境 編輯部

1

鎖定起火點

複雜在於，我們必須認知到身體發炎可能是一件常態的非正常現象，常態到可能我們都無法輕易覺察，非正常到我們必須正視！麻煩在於，無法輕易覺察的現象，我們又要如何正視呢？

首先，便是必須找出身體哪裡正處於發炎狀態，也就是鎖定起火點！然後，就是進行滅火行動囉！道理挺簡單的，但實務上執行起來還真是不容易！因為常常身體的發炎現象可能會交互影響，而不是單一發炎造成單一症狀，因此可能也無法簡單各個擊破。

2

對「症狀」下藥也不靈

那要怎麼能找出身體發炎原因呢？眾所週知醫院是做症狀治療的，到醫院去醫生在效率要求下只能「對症狀下藥」，並不太可能幫你安排檢測，找出真正的發炎所在位置。

那如果真的想要知道自己身體的發炎指數，該怎麼辦呢？讓我來舉一個具體的個案，幫助大家了解面對慢性發炎該怎麼處置。

3

慢性發炎個案

個案：L女士

年紀：70多歲

症狀：自體免疫過高導致攻擊自己器官造成身體內部發炎，從而引發乾燥症，眼睛及口腔粘膜乾燥導致說話困難，及身體皮膚乾燥嚴重影響生活。

醫史：服用抑制自體免疫過高藥物達20年以上，症狀仍無法改善，且長期服用藥物導致肝功能指數變高，手抖、胃痛、失眠等諸多綜合性症狀。

4

預防醫學這麼做

我們診所的處理方式如下：

首先，安排進行下列功能醫學檢測項目：

一、塑化劑檢測／防腐劑檢測／清潔劑檢測

二、重金屬含量檢測

三、停經後荷爾蒙檢測

透過上述各項檢測，找出體內引發自體免疫過高的可能原因。第一階段，先進行重金屬及塑化劑排毒療程。然後，再進行女性荷爾蒙調整與補充。大約九個月後，上面所提及的綜合性症狀方始漸漸得到緩解。目前第二階段療程進行中。

5

預防！預防！還是預防！

身體的發炎現象林林總總，無法一一敘述，以上僅列舉一種乾燥症及其綜合性症狀為例，希望對您了解身體發炎現象有點小小幫助。唯有找出真正的原因，患者本人才知道除了配合療程進行外，自己又該如何從生活上去做調整，來幫助降低各種可能對身體不利的傷害。

最重要的是，我們每個人應該建立起一個認知：因為身體發炎引發的各種慢性病，它們的逆轉改善工程真的是一件複雜且麻煩的過程，想要靠藥物加以有效率地克服並解決，可能是目前治療醫學發展遇到的重大瓶頸。因此，我們預防醫學的使命在於幫人人做好「健康風險管理」！畢竟，疾病防治的重點在於「防」，而不在於「治」。預防工作做好，身體沒有疾病，也就不需要治療了！