

第 07 集 學習清單 | 類風溼關節炎

對應播客：《類風濕：濕氣代謝之謎》（8 分 59 秒）

出處：《醫方明大論十之一》第七章「應用病論」7.1（第 19 堂）

系列：用人體動力學解說 36 種疾病（第 7 種）

一、本集一句話

「類」是「類似」的意思；被濕氣堵在關節叫風濕，被不明物質堵、症狀類似就叫類風濕——重點是關節處清不出東西。

二、學習目標

- 能用「一濕久病」與氣壓學說明濕氣為何讓氣動力變慢。
- 能說出關節處是最容易阻塞的位置：被尿酸堵＝痛風，被濕氣堵＝風濕／類風濕。
- 理解「掃地何必知道垃圾名稱」的治療邏輯。
- 知道生物共振與針灸在此病的角色，以及為何抽水只是治標。
- 了解主流醫學為何「原因不明、無法治療」。

三、本書論述重點（三面向）

面向	機轉	主要線索
1. 濕氣（動力變慢）	一濕久病：如氣壓缸含濕度會降低輸出動力；人體是氣動力機器，有濕氣則氣動力變慢	天氣一變關節就痠重；全身代謝變慢
2. 關節處阻塞	代謝垃圾最容易堆在關節處：被濕氣堵＝風濕關節炎，被不明物質堵（類似風濕）＝類風濕	關節疼痛、腫脹、僵硬，影像卻看不出異常
3. 免疫與命名	主流醫學認為免疫系統攻擊自身，可能與基因／環境／荷爾蒙有關（皆未確認）；「類」字即代表類似、不明的堵塞物	對稱性侵犯多處關節；全身不適、疲勞、有時發熱

四、主流醫學重點

- 類風濕性關節炎是侵害關節的疾病，會導致疼痛、腫脹、僵硬。
- 具對稱性：一側膝部或手罹患時，另一邊通常也會對稱性地得到。
- 常侵犯多處、同時發生在不同部位，所以容易全身不適、疲勞，有時發熱。
- 確切原因目前未知；已知免疫系統會對自身發動攻擊，可能原因有基因、環境、荷爾蒙。
- 因為原因不明、各家說法不一，主流醫學目前沒有方法可以治。

五、本書的治療邏輯

- 核心一句：掃地何必知道地上的垃圾名稱——只要把堵塞在關節的東西清掉，病就會好。
- 方法：生物共振「宜石而洩之」（以石洩之）；針灸「以針除之」。
- 關節處積水太久，西醫會抽水，症狀暫時緩解；但要從濕氣解除才能根治。
- 回到臟器機能：任何病推到最後都是五臟病。

六、關鍵詞

類風溼關節炎、風濕關節炎、一濕久病、濕氣、氣壓動力、關節積水、代謝不良、生物共振、以石洩之、針灸、對稱性關節炎、痰濕、五臟病。

七、自我觀察

- 關節痠痛是否隨天氣（濕氣）變化而起伏？
- 疼痛是否呈對稱性（左右兩邊同時或先後發生）？
- 影像正常、卻長期腫脹僵硬 → 想一想「代謝不良」這條線。

八、反思問題

1. 為什麼「抽水」只能治標，濕氣才是根本？
2. 「類」這個字在命名上有什麼智慧？先知道病因才能治病嗎？
3. 如果病因不明，主流醫學開的處置算不算「治療」？