

第 23 集 學習清單 | 蕁麻疹

對應播客：《蕁麻疹：身體的保護機制》（11 分 49 秒）

出處：《醫方明大論十之一》第七章「應用病論」（第 21 堂）

系列：用人體動力學解說 36 種疾病（第 23 種）

一、本集一句話

蕁麻疹是身體「保護機制做過頭」——它把皮膚撐起來，只為不讓冷風熱風直接吹到血管；同時也是「淋巴毒」排不出去的結果。

二、學習目標

- 能解釋「淋巴濕毒」：淋巴毒素分子團大、毛孔排不出，卡在皮膚組織。
- 能說明肺臟如何藉毛孔開合調節體溫，失調即起疹。
- 能說出身體把皮膚撐起，是「拉長血管到表皮距離以保護血液」的自我機制。
- 能分辨主流「急性／慢性」與本書「兩種原因」。
- 知道古典的日灸、生物共振、大腸原生菌與民俗偏方。

三、本書論述重點（兩條線）

面向	機轉	主要線索
1. 淋巴毒（排出）	濕氣重、代謝慢，淋巴毒素想轉移到皮膚排出，惟分子團大、毛孔排不出，卡住把表皮撐起 → 淋巴濕毒	皮膚整片腫脹、來去快如風
2. 肺臟（保護機制）	肺負責毛孔開合、調節內外溫度；肺弱則冷熱氣直入皮下，身體把皮膚撐起以拉長血管到表皮的距離	肺臟太弱；遇冷／遇熱即發
3. 古典四因（補充）	① 氧氣不足（肺、大腸弱） ② 血虛生風 ③ 肺自主神失衡（T3/T4 壓迫） ④ 壇中閉鎖	排汗困難、畏風畏熱；按痕 > 5 秒不退；按壇中會痛

四、補充：古典《蕁麻疹》（10-5~6 醫典系列）

- 古典病名：隱疹、風疹（來去快如風）。風寒侵入淋巴腺，遇毛孔張開欲排卻排不出，形成肌膚大面積鼓起；血虛則生風。
- 治療：日灸（每天 10:00 曬背）、生物共振肺臟／壇中、五音療法（台語「商」音）、補充大腸原生菌、抗組織胺救急止癢、拍打手肘窩吊肺毒。
- 民俗偏方：海鹽 3~5 克溶於約 100cc 白酒，塗抹患處，可快速消疹。
- 引《素問·四時刺逆從論》：少陰有餘病皮痺，隱軫不足病肺痺。

五、主流醫學重點

- 分急性（多數）、慢性；引起的原因相當多。

- 「體質特殊」：免疫系統對外界特定物質過敏 → 血管擴張、通透性增加而發疹。
- 過敏原：食物、藥物、花粉、灰塵、蟲咬、寵物毛髮、皮屑、黴菌；少見：寄生蟲、細菌、病毒感染、膠原病、惡性腫瘤。
- 急性多找不到原因，治療後數天多自然痊癒；古人用米酒加鹽降皮膚溫度以快速消腫。

六、關鍵詞

蕁麻疹、隱疹、風疹、淋巴濕毒、肺主毛孔開合、自我保護機制、血虛生風、壇中閉鎖、日灸、商音、大腸原生菌、海鹽白酒。

七、自我觀察

- 一吹冷風、一遇熱就起疹 → 偏「肺臟開合失調」型。
- 排汗困難、畏風畏熱；皮膚按痕超過 5 秒不退、大魚際按壓疼。
- 反覆發作、找不到明確過敏原 → 從「身體排不出去」去思考。

八、反思問題

1. 過敏原那麼多，怎麼避？——換個問法：為什麼身體排不出去？
2. 蕁麻疹是「外來過敏」還是「淋巴毒積在皮膚」？
3. 「皮膚腫起是為了保護血管」——這種說法能說服你嗎？