

生口瘡 不一定是上火！

節慶臨近，平日再健康的人，也會吃些煎炸食物，薯條薄餅，煎雞炸蝦之類，假期後就會有些喉乾舌燥，有些人更會生起飛滋，是不是中醫所說的「上火」？



撰文：黎愷琳（註冊中醫師／香港保健食品協會會員）

飛滋，亦即是口瘡，是口腔潰瘍的俗稱，有報道指口腔潰瘍在人一生的發病率接近100%，即所有人一生中總經歷過最少一次這種折磨，因此，口腔潰瘍這個問題實在十分值得探討。

口腔潰瘍是發生在口腔黏膜上的表淺性潰瘍，大小可從米粒樣的細小至黃豆樣般大，形狀為圓形或卵圓形，潰瘍面凹陷，周邊充血，多發生在唇、頰、舌緣等黏膜地方，患者會感到患處疼痛，尤其進食時或遇到酸辣等刺激時更甚。本病一般可以自愈，但部分人士會出現周期性或復發性潰瘍，長期承受困擾。

為甚麼會有口腔潰瘍？

口腔潰瘍的病因至今不能完全明確，專家研究認為與下列幾項因素有關。

◆ **免疫系統失調** —— 有些復發性口腔潰瘍患者表現為免疫缺陷，有些患者則表現為自

身免疫反應。

- ◆ **遺傳因素** —— 臨床可見若父母親其中一位患有復發性口腔潰瘍，子女約有50-60%患此病；若雙親均常患此病，其子女的患病率更可高達80-90%。
- ◆ **消化系統疾病** —— 有人認為本病與消化系統疾病，例如腸炎、肝炎等有關，其中近一成的口腔潰瘍患者更患有胃或十二指腸潰瘍等消化道潰瘍疾病。
- ◆ **荷爾蒙變化** —— 本病女性患者多於男性，有些女性患者往往在月經期間發生。此可能與體內黃體酮水平增高而雌激素水平下降有關。
- ◆ **植物神經功能失調** —— 有些患者每在精神緊張或情緒波動時發病，這些精神因素均可影響我們的自主神經，導致功能失調。
- ◆ **缺乏微量元素** —— 鋅、鐵、葉酸、維他命B12等可影響我們的免疫力，也與口腔潰瘍有關。

- ◆ **細菌感染**——如血鏈球菌及幽門螺旋桿菌亦與口腔潰瘍關係密切。

如何診斷口腔潰瘍？

「飛滋」的疼痛相當明顯，患者很容易便會自我發現。診斷口腔潰瘍一般基於病史及臨床表現，不用作實驗室檢查。但需留意的是除了口腔潰瘍以外，是否有眼睛及生殖器皮膚損傷，如有，則需考慮是否其他疾病，如白塞氏病(Behcet's Disease)。此外，更不能掉以輕心的是分辨良性或惡性潰瘍，惡性潰瘍可發展為口腔癌。下表為良性與惡性潰瘍的不同，如有惡性潰瘍的症狀必須盡早求醫，唯確診惡性潰瘍則須進行活組織細胞檢查。

中醫口腔潰瘍的證型

中醫稱口腔潰瘍為「口瘡」或「口疳」。口瘡雖然生於口，但與內臟密切關係，口瘡的發生可責之於五臟中的心、脾、腎及六腑

中的胃、大腸。

心脾積熱

病徵：一般人認為口瘡與「上火」或「熱氣」有關。的而且確，大部分口瘡證均屬熱證。若患者吃得太多辛辣厚味或嗜飲醇酒，導致「心脾積熱」引發口瘡。這類患者的口瘡周圍黏膜鮮紅、微腫，潰點多，甚者融合成一片，有灼熱疼痛感，可兼見發熱、口渴、口臭、尿黃等症。

治療：需用清熱解毒，消腫止痛的方劑，例如涼膈散；若潰爛面擴大融合成片，甚至出現腮舌俱腫，大便秘結，此由感受邪毒，熱毒熾盛所致，可用黃連解毒湯治療。

陰虛火旺

病徵：患者體質陰虛，加上病後或勞傷過度，虧耗真陰，傷及心腎，導致「陰虛火旺」，上炎口腔，亦可發為口瘡。這類患者症狀包括口腔潰爛成點，潰點數量較多，疼

良性與惡性潰瘍鑑別

	良性潰瘍	惡性潰瘍
愈合時間	數天至數周	呈進行性發展，數月甚至一年都不愈合。
潰瘍面的形態	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 形態比較規則，呈圓形、橢圓形或線條形。 ◆ 邊緣整齊 ◆ 與周圍組織分界清楚 ◆ 潰瘍基底部較平滑，觸之柔軟。 ◆ 疼痛明顯 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 形態多不規則 ◆ 邊緣隆起呈凹凸不平狀，與周圍組織分界不清。 ◆ 潰瘍基底部不平整 ◆ 呈顆粒狀，觸之硬韌，與正常黏膜有明顯區別。 ◆ 疼痛不明顯
病程進行規律	潰瘍反覆發生	潰瘍一旦發病就遲遲不愈合
對藥物的敏感程度	使用消炎防腐類藥物治療後效果明顯，愈合較快。	使用消炎防腐藥物治療的療效常不明顯
全身情況	較少出現全身症狀，頸部淋巴結不腫大，若腫大亦不硬、不黏連。	可出現發熱、頸部淋巴結腫大、食欲不振、消瘦、貧血、乏力等全身症狀。