

岷江醫話

AI與中醫：古老智慧與現代科技的融合

鄭啟明



AI是artificial intelligent 人工智能的縮寫。在當今人工智能快速發展的時代，人們常常將其與自動駕駛、智能機器人、大數據分析等聯繫在一起。然而，AI並不僅僅屬於高科技產業，它同樣可以走進中醫藥的世界，與這門擁有數千年歷史的傳統醫學發生奇妙的「化學反應」。當古老的中醫遇見現代的人工智能，會帶來怎樣的可能？

中醫是中華文明的重要瑰寶，強調「天人合一」「陰陽平衡」。診療方法主要依靠「四診合參」：望、聞、問、切。醫生通過觀察舌象、把脈、詢問病史等方式，綜合判斷患者的體質和病情。中醫的優勢在於整體觀和個體化治療，但同時也存在一個問題，中醫的四診過程中，許多診斷和辨證依賴於醫生的經驗積累，不同醫生之間可能出現差異，特別是對脈象的判斷更是如此。

人工智能的核心在於「學習和識別」。通過大量數據的訓練，AI可以實現圖像識別、語音分析、自然語言處理等能力。例如，人臉識別技術就是AI在圖像領域的應用。對於醫學而言，AI的強項就是幫助醫生快速處理海量數據，從中發現規律和模式。

從診斷方面來說，傳統中醫的「望診」常需要醫生經驗積累。如今，AI圖像識別技術可以應用於舌診和面診。患者只需用手机拍攝舌頭，AI便可分析顏色、形態、苔質，從而提供體質和健康狀態的參考。這不僅能提

高診斷的客觀性，還能幫助基層醫生提升水平。由福建中醫藥大學研發，中國菲律賓中醫藥中心在抗疫期間推出的越人小寶微信小程序，就是運用該技術的最好實踐。中醫講究因人而異，重視體質調養。AI通過可穿戴設備收集睡眠、運動、心率等數據，結合中醫體質辨識方法，可以為用戶提供個性化的養生方案。例如，某人屬於「脾虛濕盛」體質，AI會提醒他注意飲食清淡、加強運動，並推薦合適的中藥茶飲或艾灸穴位。目前許多的智能手錶都有檢測睡眠等功能，若能與中醫的

體質辨識相結合，開發出一款中醫智能手錶，應該為期不遠。中國菲律賓中醫藥中心的健康管理方案，是AI對個體健康管理的優勢之一。

在中醫的學習和研究中，中醫典籍浩如煙海，從《黃帝內經》《傷寒論》到歷代醫案，蘊藏著豐富的經驗。過往在學習和研究古籍的資料收集和整理，需要花費大量的時間、人力和物力。現在我們已經通過AI自然語言處理，將這些古籍數字化、結構化，建立中醫知識圖譜。這樣，不同病證與方藥之間的關係就能清晰呈現，方便臨床醫生查閱和



學習。福建中醫藥大學的電子圖書館已經實現了這樣的功能，為深入研究浩瀚醫籍和研究成果的檢索，變不可能為可能。這不僅加快了中藥現代化研究的速度，也能推動中醫藥在國際上的認可。

應用著越人小寶小程序，我們會看到這樣的畫面，患者在家中用手机拍照上傳舌象，系統立刻生成健康分析報告，並結合其體質和日常數據推薦養生方案。不久的將來，醫生則通過AI推薦的藥物與方劑組合，結合自身經驗進行調整，實現人機協作，必將很快實現。這既保留了中醫「因人制宜」的特色，也融入了現代科技的精確和高效。

中醫是古老的智慧，AI是現代的力量。當兩者相遇，既不是替代關係，而是互補關係。AI可以幫助中醫走向更加標準化、科學化和國際化的道路，而中醫則為AI提供了一個充滿挑戰與創新的應用場景。古今對話、智能賦能，AI與中醫的融合，將為人類健康事業帶來新的希望與可能。

中醫文化

打蚊子的智慧

——李燦東教授《身在中醫》

在蚊子進入之前先把蚊帳放好，這是「固表」的方法；如果蚊子已經跑進帳內，只好用驅趕的辦法，這在中醫叫「發散解表，驅邪外出」；剩下個別蚊子，就將其消滅，這就是「清裡」。

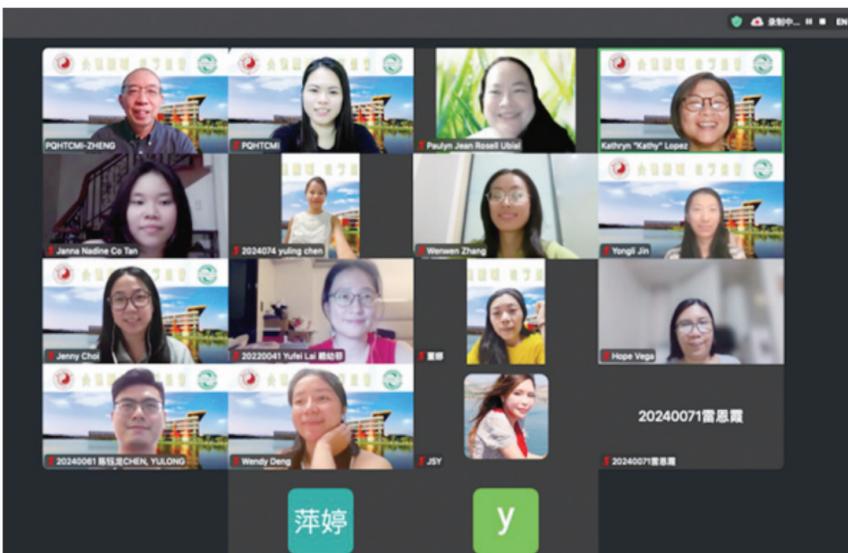
人們不禁會問：中醫理論指導下的中藥治病不講藥物的「有效成分」，那究竟講什麼呢？我們如果把人體比喻成一個社會系統，生病就好比這個社會系統裡面出現的一些不和諧的現象，那麼中醫怎麼治病呢？就是通過各種方法使原來不和諧的變為和諧。比如說癌症，癌細胞就像這個社會系統裡面出現的幾個「壞人」，如果在早期病變範圍很小的時候將他們消滅，就可能起到「震懾」的作用，從而使這個問題得到解決。但是，當「壞人」不斷增多，也就是癌症病變的範圍不斷增大並到處擴散的時候，如果僅僅採用消滅的方法肯定解決不了問題。因為把「壞人」殺掉的同時，也要把可能變壞的人也一起殺掉。更糟糕的是，我們並不知道哪些人可能變壞，不客氣地說這種對抗的方法在古代「株連九族」的做法沒什麼兩樣。比較高明的做法是改變使人變壞的環境，由於失去了「作惡」的土壤，就可能使原先可能變壞的人不變壞。當然更理想的辦法是改變環境，讓少部分已經變壞的人慢慢變好，這就是中醫治病的基本理念。可見，中醫治療癌症採取的不是一種對抗的方法，因為用對抗的方法不僅不能從根本上解決癌症的問題，而且也不符合中醫整體觀念和辨證思維。所以，在科研中如果把注意力集中在

中藥抗癌，促進癌細胞凋亡等方面，可能會為新的抗癌藥物的發現提供一些思路，但已經偏離了中醫理論初衷，發揮中醫藥優勢就成了一句空話。

我們還可以把治病比作打蚊子。西醫通常採取的方法是有針對性地一個一個地打，或者用殺蟲劑把蚊子消滅乾淨，從一定意義上說也是「治本」的方法，但問題是消滅後蚊子還會再來，而且還可能因為殺蟲劑的大量使用使環境受到破壞。而中醫主要採取打掃衛生、除草或養青蛙等措施，改變蚊子生長的环境，這也是「治本」的方法。哪一種方法更高明，其實一說就明白了。為了對付蚊蟲的侵擾，中醫還經常用蚊帳或驅趕的辦法，使用蚊帳時機很重要，在蚊子進入之前先把蚊帳放好，這是「固表」的方法；但是，如果蚊子已經跑進帳內，只好用驅趕的辦法，這在中醫叫「發散解表，驅邪外出」；剩下個別蚊子，就將其消滅，這就是「清裡」。可見，從對付蚊子的角度來說，最好是沒有蚊子，有了蚊子最好是不讓蚊子進蚊帳，進了蚊帳就盡量趕走，趕不走再將它打死。站在中醫思維的角度，這種理念首先是固護正氣，使外邪不會侵犯人體，一旦外邪侵犯人體後，把病邪驅趕出去比把病邪留在體內更理想。這種扶正祛邪的方法貫穿於臨床診療的全過程，如果忽略了這一點，就可能把注意力集中在研製一種高效的方法或是針對某一種疾病的特效藥物上，豈相當於研究哪一種蚊帳最有效，或蚊帳的有效部位在哪裡嗎？

岐黃動態

福建中醫藥大學菲律賓岐黃中醫學院 2025-2026新學年線上宣講順利召開



2025年8月28日晚上7時，菲律賓岐黃中醫學院2025-2026新學年線上宣講順利召開。此次宣講由菲律賓岐黃中醫學院呂穎若老師擔任司儀，會議開始，菲律賓岐黃中醫學院名譽校長Dr. Pauly Jean B. Ubial 首先做歡迎致辭，她表示對中醫文化的熱愛與傳承是學院不斷前進的動力。她提到，中醫不僅是中國寶貴的文化遺產，也是全人類共同的健康財富。通過中醫學院的教育，希望能夠培養更多熱愛中醫、精通醫術的人才，為菲律賓乃至全世界的民眾帶去健康與福祉。

學生的學習興趣和主動性。例如，通過案例分析、小組討論、角色扮演等互動方式，讓學生在參與中深入理解中醫理論的精髓。此外，學院還注重培養學生的批判性思維和創新能力，鼓勵他們提出自己的見解和解決方案，從而在實踐中不斷探索和成長。

2024級的學員陳宇玲為大家分享了如何加入岐黃以及在學習中遇到的困難，在初學中醫時，面對繁雜的穴位和理論，她也曾感到困惑和迷茫。然而，她並沒有放棄，而是通過不斷地查閱資料、請教老師和同學，逐漸理解了中醫的魅力。

她鼓勵在場的學弟學妹們，要勇於面對學習中的困難，堅持不懈地探索和實踐，才能真正領略到中醫的魅力，造福自己和身邊的家人朋友。

菲律賓岐黃中醫學院2025新學年將於2025年9月15日正式開課，學院將繼續秉承傳統中醫精髓，結合現代教學方法，為廣大學員提供一個全面、系統、深入的中醫學習平台。相信在新學年的學習中，學員們將能夠更深入地領略中醫的魅力，為未來的中醫事業貢獻自己的力量。

聯繫及報名方式
Email: info@tcmhealthcare.ph
Landline: 02-8252522
Cellphone Number: 09166287557
Address: 209-210, 2/F, HIGH POINTE MEDICAL HUB., 241 SHAW BLVD. MANDALUYONG CITY.



臨床感悟

淺談補血聖品----四物湯

蔡雅婷

四物湯是中國傳統的補血調經藥膳，具有補血、養血、活血、調經的功效，在中醫婦科應用廣泛，被譽為「婦科第一方」，是補血方劑之首。臨床上常有病人反饋，感覺自己虛了，就會喝點四物湯，但是一喝又容易上火，究竟到底怎麼回事呢，今天我們就一起來一探究竟，看看到底什麼人可以喝，什麼時候喝適合，怎麼喝可以事半功倍。

首先，我們先來談談四物湯的組成，四物湯由熟地黃、當歸、白芍、川芎四味藥材組成。熟地黃滋陰補血、填精益髓，現代研究表明其能積極促進造血，改善貧血；當歸既能補血活血，又能調經止痛，還可以調節雌激素、改善微循環；白芍養血柔肝、緩

急止痛，同時兼具抗炎鎮痛與調節免疫的功效；川芎活血行氣、祛風止痛，能夠擴張血管。熟地黃搭配白芍，使滋陰養血的效果顯著增強；當歸與川芎聯用，活血行氣，防止血瘀，這些藥物一起發揮作用，全方位地達到了補而不滯、活而不傷、養血活血的目標。

什麼人適合喝四物湯？

必須明確的是四物湯主要適用於血虛病症，故中醫辨證屬於血虛的就可以用，尤其適用於月經不調等婦科疾病，臨床上症見心悸失眠、頭暈目眩、面色唇爪無華、月經量少或閉經、臍腹疼痛等。這時有人就會問男士可以喝四物湯嗎？答案是肯定的，只要辨證屬於血虛就可以喝。男性如果常熬夜、飲食隨便、受傷出血過多以及減重方法不對，也容易血虛。男性肝血虛也可用四物湯來治療。老人家如果有皮膚瘙癢，血虛引起的，也是可以用四物湯來活血養血的。



什麼時候喝四物湯最好？

其實，喝四物湯的時間也頗為講究。一般而言，女性可以在經期結束後開始服用，連續服用一周，有助於補血調經，改善因失血而帶來的身體不適。四物湯之所以適合女性飲用，跟女性的生理體質有關。女性每個月生理期都會流失許多血，容易血虛，如果遇上經血排出不順，可能有瘀血積在體內，此時需要活血養血的藥方，排掉瘀血，

並幫助補血。對於需要調理身體、改善血虛狀況的人群，則可以根據個人體質和醫生建議，選擇合適的服用時機，以達到最佳的調理效果。值得注意的是，四物湯雖好，但並非人人適宜，也不宜長期服用，以免產生副作用。

怎麼喝四物湯？

除了中藥煎煮，民眾常將四物湯的藥方和排骨或雞肉一同燉煮食用，那麼排骨和雞肉哪個更好？對於血虛體質的人，建議可用排骨，因為骨髓有幫助補血、補骨、補腎的作用。脾胃虛、肌肉較少、偏瘦的人，可用蛋白質較多的雞肉或豬蹄。

另外四物湯的用量也很關鍵。假如是血熱的人，要減少川芎的用量；虛寒體質的女性可以用熟地，但熱性體質則要用生地，在菲律賓這種偏濕熱的地方，也可以多用生地；假如是既需要補又需要清熱的女性，可以用生地、熟地各半。