

從慢性膝痛談 龜鹿二仙膠的臨床應用

文/ 中西整合醫療科 范振號 住院醫師
張瑋麟 住院醫師
洪婉真 研究助理

慢性膝關節痛是臨床上常見的症狀，造成的原因有很多種，伴隨著邁入高齡化社會，最常見的原因為退化性關節炎，多發於中老年人，尤其中老年的肥胖女性，偶見於青年人。常見的病因為：

1. 長期姿勢不良造成的慢性勞損。
2. 各種不平衡的合力施於膝關節造成的外傷。
3. 骨質疏鬆。
4. 肥胖。

中醫治療上，一般民眾最常想到的方法是針對結構，進行較直觀的介入，如：推拿、針灸、功能鍛鍊等。其實可從內科角度以中藥物治療，不論是急性期、緩解期或平時保養，都能有不錯的治療效果。

中醫認為退化性關節炎的病因為本虛標實，老年人隨著年齡漸增，肝腎逐漸虛衰，難以充盈筋骨，造成骨質疏鬆。而肝腎不足日久會造成氣血虧虛，更易感受風寒濕邪，或長期勞損，氣滯血瘀，因而痺阻經絡，造成疼痛。

因此在藥物的選擇上，急性期多是祛風除濕、溫經通絡去瘀為主。但如果患者存在日久的慢性疼痛、緩解期或平時保養，是治療上更費心的地方。臨床上的選擇，首選大補精髓、益氣養血的龜鹿二仙膠。

龜鹿二仙膠的組成為：龜板、鹿角、人參及枸杞(圖一)，滋陰補陽，為血氣陰陽交補之劑。近幾年，中國醫藥大學與長庚大學

中醫系多位教授在臨床觀察與實驗研究中證實，此方在緩解退化性關節炎，及緩解更年期症候群有不錯的效果，在治療骨質疏鬆效果也非常突出。它具有廣泛的療效，臨床上常應用於：

1. 骨質疏鬆：能補益肝腎精血，其中含有豐富的膠質、碳酸鈣、磷酸鈣等，可調節骨骼細胞代謝和促進骨骼細胞的生成，而達到防治骨質疏鬆的目的。
2. 病後調養：根據古醫學文獻記載，龜鹿二仙膠能「補氣養血、填精益髓」，使氣血化生於脾胃，精血化生於肝腎。研究顯示它能增強免疫力及造血機能，使血紅蛋白及紅血球、白血球的數量增加，因此臨床上常把它應用於癌症放療或化療血機能低下的輔助治療。骨折病人於術後調養期間服用此方，可縮短骨骼癒合的時間，原因在於它能促進骨骼細胞的生成。
3. 腰酸背痛：能補肝腎，益精血、強筋骨。林口長庚楊賢鴻主任研究證實，龜鹿二仙膠可緩解退化性關節炎造成的關節痠痛。
4. 強精壯陽，提高性能：本品甘溫，平補腎陰腎陽、益精血、強督脈，為壯陽起萎，補精填髓的要藥。
5. 男子久婚不育，精子不足；女子子宮虛冷，無法受孕者。
6. 防止老化，保持青春，促進腦細胞活動，可預防老年癡呆。

(圖一)

	鹿角	龜板	枸杞	人參
名稱與圖片				
性味	性味甘溫	性味甘平	甘平無毒	甘、微苦，微溫。
功效	生精補髓、養血助陽、強筋健骨	補心益腎，滋陰益血	滋補肝腎，益精明目	大補元氣，補脾益肺。

每個人都能吃嗎？

正如前述，龜鹿二仙膠為補益之劑，對於本質虧虛的患者較為適宜。因此並非每個人的體質或當時身體狀況都適合服用，體質偏熱性或是陰虛有熱的患者，吃了反而容易上火。尤其是體內正在發炎狀態、感染者，更應避免食用。另外，龜鹿二仙膠為膠質，較為滋膩，容易礙胃，因此對於腸胃功能較紊亂的患者，反而是額外的負擔，應小心服用。

如何挑選龜鹿二仙膠？

市面上的龜鹿二仙膠品質良莠不齊。有信譽和良知的廠家，能遵循藥典規範選材、加工、監製到成品。最差的是有些不肖廠商，為了牟取暴利、節省成品、或以低價等方式來吸引民眾購買，在其中摻豬皮雞腳豬骨甚至加仙草凍、焦糖等熬煮來欺騙民眾。目前在電視購物、廣播、網路上，都有天花亂墜的廣告介紹。對於標示不清，來路不明的產品，購買時一定要多聽、多看、多比較。龜鹿二仙膠基本辨別方式如下：

1. 純度：高純度的龜鹿二仙膠色澤呈透明琥珀色，在燈光下可透光（現假貨也可做到透光，故透光度只做參考）。
2. 含量：藥材比例含量標示清楚。水份少，

易於保存，軟硬適中，成色均勻；不能太軟，否則藥性不足（可能成分不足，不純或水份含量過高）。

3. 味道：優質的膠味香醇。因是選用純正的鹿角和龜板，且經徹底浸泡洗淨，並遵古法熬煮，是不腥不臭不苦且口感佳。劣質品或假貨則易有腥臭味。
4. 易於溶解：優質的膠塊，易於溶解。
5. 慎選GMP藥廠：用看的、用聞的，是無法分辨真、假、好、壞，就連有經驗的老中醫也難從表面上視察真偽；故購買時慎選中醫院所、知名的GMP藥廠、或有信譽的中藥廠（符合藥品級規格製造），才能確保品質的來源與安全；並認明商標，也是一種保證；或要求商家，提供產品成分比例的說明，才能吃的安心，有保障有活力。

(圖二)

真假龜鹿二仙膠比較	
資料來源：中醫師李家雄及衛生署中醫藥委員會	
 真 正品	 假 鑲客兜售
● 琥珀色半透明，若添加枸杞子、人參顏色略深	● 暗黑色不透光
● 多製成固狀硬塊，即便冷藏也不易碎裂，入溫水即化	● 黏度極高，遇陽光照射1分鐘即軟化變形，冷藏變硬塊
● 口服味道像雞精略帶鮮味	● 聞起來帶肉類腥臭，入湯調製腥味濃
● 多以塑膠藥袋，半兩小分量分裝，以利服用，也有藥丸製品	● 整片膠塊盒裝兜售，需自行切割使用
● 4000-6000元/台斤	● 5000元/台斤