

# 大康自然健康中心 OPTIMUM HEALTH CENTRE

## 浣腸水療的臨床應用

(By Dr. Donald J. Mantell, M.D. Professional Member AANC,  
The Nutrition & Dietary Consultant/May 1988)

浣腸水療有助大量提高身體吸收維生素、礦物質和必需脂肪酸的能力。

臨床經驗顯示，浣腸療法是醫治大部份疾病的重要良方；已經有很多醫學權威指出疾病往往由腸臟衰弱開始，所以維持腸道運作正常才能保證身體健康。我相信結腸是醫療體制裏面最受忽視的部位，出現便秘就是病人需要浣腸治療的一個重大徵兆。在討論便秘的影響之前，我想先從儀器技術層面解釋浣腸法如何進行，以及治療帶來的好處。

一般的治療時間約為 45 分鐘，病人的直腸會放進一根幼細的診視管，管子連着塑膠喉，膠喉的另一端則接駁到浣腸儀器。治療師調校了注水量和溫度後，水就會從儀器流出來，經過病人的直腸到達整個腸臟。當適量的水注入病人腸內時，大腸會蠕動收縮，病人開始排便，所有的糞便會通過與儀器相連的一條透明塑膠觀察管排走。在這個過程中，我們可能看到有黏液、寄生蟲和已積聚多年的深黑色宿便排出，宿便就像一塊塊硬化的橡膠，而且一樣堅硬。除此之外，由於糞便帶有毒素，病人可能會發熱。

在進行浣腸水療時，治療師會輕輕地按摩病人的腹部，令腸臟放鬆以順利排便。

注水量要小心調校，因為如果水太多，病人會不舒服，感到痛楚，甚至出現反效果；注水量正確，病人才會舒適。而且，注入的水較少，可以強逼結腸多作運動，這是促進病腸重新健康蠕動的重要一步。

很多病人須接受多過一次的水療。最初幾次他們會放出很多氣體；一般來講，過了幾次之後，堅硬的宿便就開始排出。由於已經很多年的退化，腸裏開始聚積宿便，所以不要心急，切勿期望一次浣腸就可以解決全部問題。

### 需要接受浣腸水療的人

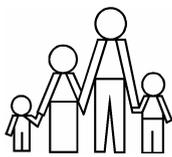
什麼人可以從浣腸水療得益？大部份的人是因為便秘而來求診的，稍後我會討論這個重要的問題。本國起碼有 200 萬人受到大腸炎、迴腸炎、憩室炎等腸部疾病的困擾，浣腸治療可以有效解決病情。

如果有腹脹、胃氣脹或胃痛等情況，又或者只吃了一點點就覺得肚脹，都可能需要進行浣腸治療。

在臨床治療上，我們發現浣腸水療有助治療各種的皮膚病，例如粉刺、牛皮癬、濕疹等等。皮膚是身體最大的排泄器官，假如大腸蠕動緩慢、阻塞，或者體內充斥大量毒素，皮膚就會變成爲最主要的排毒器官。皮膚差往往是結腸不健康的反映，抗生素、潤膚霜、藥物等只能治標不能治本。如果改善了腸臟健康，腸道就容易吸收維生素 A，從而有助滋養皮膚。

我更發現到，浣腸水療能夠很有效醫治關節炎，部份原因可能是病人患了某種形式的毒血症，產生的毒素不斷爲腸部吸收，而令病人發炎，關節惡化。

癌症病人是第三類可以受惠於浣腸水療的人，他們難以分解和吸收蛋白質，同時可能嚴重缺乏多



# 大康自然健康中心

## OPTIMUM HEALTH CENTRE

種的維生素、礦物質及必需脂肪酸，也可能有便秘和其他消化系統毛病，浣腸水療能夠幫助病人吸收各種的宏量營養素和微量營養素。

更重要的一點是，癌症病人必須快速有效地清除體內的毒素，尤其是當他/她要進行綜合代謝療程的時候，因為有關的治療會把癌腫瘤打散，癌細胞及其他的毒素因而會遍及全身，此時浣腸水療可以迅速把毒素帶出體外。格爾森醫生（Dr. Max Gerson）曾為病人進行密集的飲食治療，並作出對照。他指出很多病人由於自體中毒而死於毒血症，原因是癌腫瘤打散後，病人沒有能力迅速清除毒素，最終無法治癒。

然而，癌症病人在接受浣腸水療時，一定要有合資格的醫療人員在場監督，以免加劇病情。如果病人體質太虛弱，浣腸水療可能令病人重加虛弱。直腸或者結腸有腫瘤的人不適宜作浣腸治療，腸道過酸者也暫時不要做，腸道黏膜容易發炎或者碎裂的病人，應該先進行代謝療程，減低腸道的酸性之後再浣腸。我們建議病人在接受浣腸水療前，先檢驗尿液和唾液以了解身體的酸鹼值。

### 便秘

「便秘」一詞源自拉丁文的「constipates」，意指壓迫或擠擁在一起、又指包裝或填入；因此，「患上便秘」的意思是指腸裏面積聚的糞便被緊緊地壓着，難以排出。但是，有種不易覺察的便秘是，結腸的出入口雖然被糞便阻塞了，但腸部的蠕動看起來仍然正常。

許多健康權威認為便秘幾乎是最折磨人的疾病，可能是現代文明社會最普遍的疾病。我們很強調的是，便秘會影響腸道健康，而身體的健康卻完全依賴腸道是否強壯。

便秘會對降低身體的抵抗力，並誘發出許多急性疾病，此外也會令身體機能退化，並出現慢性病。幾乎所有人體的疾病都與腸部功能失調有關，失調是指它不能正常、有規律和有效率地運作。

腸道便秘會引起細胞便秘，並且加重其他排泄器官——腎臟，皮膚，肝，肺和淋巴腺的工作量，這些器官容易因為過度操勞而衰竭，令到身體的新陳代謝減慢，阻礙細胞的修補和生長過程，同時排便能力減弱。本來活躍的細胞會停止活動，繼而死亡，身體內的組織和器官功能也不斷下降。

現代的日常文明生活產生了二宗罪，可能就是引起便秘的主因。其一是進食精製和沒有生命的食物，令到排泄廢物的器官得不到養份。其二是當有便意的時候，本來應該馬上到洗手間，但由於不願意放下手頭的工作而選擇忽略這個訊號，這點常常發生在年輕人身上，不過在中老年人方面也越來越多。兩三天才排便一次在今天已被視作正常和可以忍受，但是我個人以及許多整全健康專家的意見是，最好每進食一餐就排便一次，天天如是。舉例來說，如果一日吃三餐，就應該一日排三次大便。

一日少於兩次排便，意味着食物渣滓留在腸道裏面超過 12 小時，最後糞便發酵腐爛，裏面的養份受到污染，進入血管後會引起毒血症。毒血症是指血液受到致病細菌的污染而帶有毒素；暗瘡正是毒血症入侵身體的第一個徵兆。

袁大明自然療法醫生  
大康自然健康中心  
[www.naturalhealing.com.hk](http://www.naturalhealing.com.hk)  
[optimum@netvigator.com](mailto:optimum@netvigator.com)