

# 自然療法的實踐

袁大明

自然療法醫生是全科的醫療人員，能對各階層人士、家庭或社區保健作出服務。病人不受年齡限制。

自然療法乃是將所有具自然哲理和原則的各派醫術兼容並蓄。其治療工具大概可分為下列四大類。（以下所述的是粗略的舉例，並未包括所有的自然方法）。

## 身體物理方面：

公共及個人衛生常識；所有物理治療，包括熱、冷、光能、水力、超音波、電及磁力等；骨節和筋肌推拿法；按摩、治療及輔助運動；小型外科手術、水力療法、直腸注洗法。

## 神經生理方面：

脊骨矯正、針灸、指壓、神經反射治療及疼痛控制。

## 心理方面的：

心理輔導（COUNSELLING）、催眠治療法、生物反射（BIO FEED BACK），自生訓練（AUTOGENIC TRAINING）。

## 生物化學方面：

營養改良包括食物補充品、維他命、礦物質、酵素、腺體表、細胞鹽、中西草藥、同類療法、斷食療法、食療。

## 自然療法的界限

自然療法醫生亦明白自然醫療的界限，在適當時會找尋其他的治療途徑，例如：意外、創傷時必要的補助外科手術，必要的開刀，或其他各種專門的醫療服務。

當然，每位自然療法醫生所採用的方法會因不同醫生而異，要視乎醫生自己所受的訓練及興趣而去採用不同的自然工具。自然療法是不受一種正

統觀念的規限，其獨特處是各自能夠自由地探索古今的診斷、預防及治療方法。最主要的是為何要這樣醫治而不是如何醫治。這一定需要對自然醫療的哲理有深入明確的認識才能辦到。

## 自然療法醫生訓練

現時在北美洲有三間正規及具水準的自然療法醫學院。課程為期四年，總共大約四千多小時的專科訓練，畢業後頒發自然療法醫生學位（DOCTOR OF NATUREOPATHY）。一般報考生需要三年的大學學歷，而學科中要包括：

（一）理科：十二學分的基本化學 包括化驗室實習。

十二學分有機化學，包括實驗。

十二學分生物學，包括實驗。

（二）社會科學及人文學：各需九個學分共十八學分。

（三）英文科九個學分。

## 課程內容：

第一年：人體解剖學、細胞組織學、胚胎學、生理學、生物化學、醫學史、自然療法哲學、自然治療入門、健康科學研究、心理哲學及心理

輔導入門、按診的藝術、X光技術、創傷及急救醫療、保健科學研討會。

第二年：臨牀及身體上的診斷、病理學、化驗診斷、影象診斷、微生物學、藥理、營養學、免疫系統學、人類遺傳基因學、藥劑科、手療科、公共衛生、同類療法入門。

第三年：植物醫學、草藥、手療、營養、中醫術、物理治療、婦產科、兒科、水療科、病人管理及道德、門診實習、骨科、心肺科、小型外科手術、人類性學。

第四年：眼耳鼻喉科、內分泌科、門診實習、腸胃肛門科、皮膚科、泌尿科、老年科、腫瘤學、商業及辦公室程序、醫學法律。

除了上述四年的基本專科訓練外，畢業後的自然療法醫生，還可選擇為期一至三年的文憑及院士的深造訓練。深造科目包括同類療法、營養療法、漢藥、針灸等。因此要成為一位正規訓練的自然療法醫生，是需要經歷七年至十年的大學程度的訓練。

## 自然醫療的認可

自然醫療學院是屬政府認可的高等學府，有權收錄外國留學生。

在美國如亞利桑那州、康乃迪格、夏威夷、內華達、俄亥俄、猶他、華盛頓，及加拿大的阿爾拔省英屬哥倫比亞、文尼吐巴、安大略省、沙省，都由政府發出專業牌照行醫。 ■



食療是最受歡迎的自然療法