

Oh! 爸媽 > 生活健康 > 健康百科

腦退化 | 認知衰退不可逆？中醫介入延緩腦退化 早期干預

2026-04-01



現代醫療進步及營養飲食改善，人類老化比重增加，衍生腦退化疾病漸趨嚴重，對醫療體系及社會家庭帶來沉重負擔。腦退化 在中醫屬「癡呆」、「健忘」、「善忘」等範疇，在醫學上稱為神經退行性疾病，發展到後期就稱為癡呆，其最大特徵是認知功能嚴重衰退，生活不能自理，大腦神經細胞進行式受損凋謝，影響臟腑功能衰竭並死亡，過程通常是不可逆的。

廣告





Powered by GliaStudios

今日靚湯

必學生活小知識

中醫：腦為「元神之府」病責多臟

1. 腦與精、氣、神

中醫認為腦為元神之府，是精神意識思維活動的樞紐。但其功能的正常發揮，根本在於腎藏精，精生髓，髓充腦。腎精是腦髓生成的物質本源，腎精充足，則思維聰敏。反之腎精虧虛則髓海空虛，是腦退化的根本內因。



示意圖

2. 心肝脾與病理產物

- 心主神明，心血虧虛則神不守舍，表現為精神恍惚、記憶不清
- 脾為氣血生化之源，脾虛則氣血虧少，不能上榮於腦，且易生痰濕阻絡
- 肝主疏泄，肝氣鬱結則氣滯，肝鬱化火又會耗陰精。

3. 病理產物：痰濁與瘀血

痰迷心竅、瘀血阻腦絡是導致精神呆鈍、思維阻塞的直接病機。

腦退化檢測

現代檢測技術可提供中醫對診斷可量化、可視化而配合到更精準治療。

1. 病理診斷 根據檢驗腦脊液或血液的標誌物p-tau-217、澱粉樣沉澱物的數據，可顯示腦病變的變異過程。

2. 腦部影像：MRI/PET/CT

能清晰顯示腦萎縮的模式及展示腦澱粉樣沉澱物及p-tau分布，提供醫治指引。

以上檢測可高度特異地顯示大腦的異常，有效區分阿茲海默病與其他類型痴呆症。對腦疾病早期，中醫介入治療提供有力的依據。

中醫治療與病程管治階段

1. 風險識別與早期干預期 — 治未病

對家族史高風險族群，或年長一族疑慮有腦退化者，可利用檢測p-tau生物標誌物或影像掃描，如有異常，即使無臨床症狀，中醫即可介入作出適當調養，改善整體機能可延緩病程。

2. 已病期 — 辨證論治分型治療

根據患者臨床症狀作出適當治療。針對腎精及氣血虧虛予以填精補髓，如熟地、山萸；補氣升陽如黃芪和葛根等。痰濁蒙竅予以化痰開竅，如石菖蒲和遠志。瘀血阻絡予以活血通絡，如丹參和川芎。

3. 針灸治療

針灸醒腦開竅，可改善腦部氣血流通，促進神經活動、調節情緒等，如結合推拿、太極拳、八段錦等可增進療效。

中醫提供滋養生命基本的整體治療，再配合精準檢測，有效管控延緩認知衰退，提升患者生命質素，提供有力的治療方案，減輕醫療體系及社會家庭重擔。

撰文：基督教聯合那打素社康服務

更多文章：

[健康小食 | 解析不同果仁營養清單 1款鈣含量最高 附低卡食譜](#)

[腦退化年輕化！高壓上班族小心腦過勞 醫生教食3種營養助提神醒腦](#)



Oh! 爸媽 - ohpama.com
270,400 位追蹤者

追蹤專頁

即[登記成為Oh! 爸媽會員](#)，或[加入Whatsapp媽媽谷](#)，緊貼第一手親子資訊。