

如何醫治乳腺炎？

乳腺炎，幾乎每位母乳媽媽都經歷過，症狀包括乳房脹痛、組織浮腫、發紅、發熱，較嚴重的，會有全身不適：發燒、冷顫、反胃、嘔吐、渾身不舒服等。順勢療劑可治乳腺炎，而且完無不良副作用，效果顯著。

文：黃偉德醫師 圖：Wikimedia Commons



乳腺炎的問題包括兩方面：乳腺塞，以及乳頭疼痛和爆裂。乳腺塞的最常見誘因是餵哺習慣轉變，乳腺疏導欠佳，其成因可能是耽擱了哺乳時間（例如有訪客、外遊不便、嬰兒睡得好不用餵夜奶、母親長時間睡一個姿勢、孩子出牙或生病而少吃、孩子開始進食其他食物而減少攝取母乳等），也可能是內衣過緊、汽車安全帶過緊、乳房意外創傷等。乳腺塞的最佳處理方法是繼續餵哺母乳、用熱水袋敷於乳房（或是加冰凍椰菜葉交替冷敷，加強效果）、未能餵哺時多泵出母乳備用。應多休息，多喝水，避免飲用酒精、茶、咖啡而引致缺水。

嬰兒嘴巴吸吮不良

至於乳頭疼痛、爆裂，最常見的原因是嬰兒嘴巴吸吮不良。正常哺乳時，乳頭應觸碰到嬰兒的上顎，嘴巴張得夠大，也要注意當離開乳頭時的動作，詳情可參考網上教育影片，及請教哺乳顧問。此外，要留意肥皂或清潔劑會否過份乾燥或刺激。注意哺乳墊可能引起皮膚敏感反應。

傷口難以癒合，應留意飲食，避免砂糖、酵母（即大部分甜食、麵包、餅乾），也要攝取足夠優質脂肪（多油的魚類、不經烤焗果仁、魚油補充劑）、鋅（果仁、種籽）。宜避免緊身乳罩，多通風。發炎時，可每天四至五次，用40W燈泡，三十厘米距離，照曬乳頭、乳暈約十五分鐘，幫助傷口癒合。另可塗抹純天然羊脂（Lansinoh）或天然急救花藥軟膏（Five Flower Cream Natural）。

順勢療劑是首選

如情況嚴重需要採用天然藥物時，順勢療劑是首選。順勢療劑完全沒

有不良副作用，而且效果很快，通常十二至廿四小時內顯著見效。以下幾種療劑，涵蓋八成以上乳腺炎個案。

Phytolacca decandra（美洲商陸）：嬰兒吸吮時，乳房劇烈疼痛放射四方至全身，痛得整個整個人顫抖。乳房脹痛、有硬塊、堅硬、重墜，常兼有腋下淋巴腺腫脹。這是乳腺炎的最常用療劑。常用於嬰兒初生數天、母親的月經重臨時的乳腺炎。易發病於潮濕天氣、冷雨後。

Bryonia alba（白瀉根）：非常口渴，喜歡大口渴冷水，感到煩躁、發熱，或兼有發燒。乳房灼熱、發炎、腫脹、僵硬，蒼白、痛楚，很敏感，稍為觸碰、搖晃會劇痛。整個人對光線、聲音、搖晃、人多，都會很不適。或兼惡露量少或未能排出。

Belladonna（顛茄）：乳腺炎的初段，病急，發高燒，頸側、頭部有搏動脹痛。高燒時易臉部通紅。乳房有紅條紋，觸碰時很痛，在床上轉身也很痛苦困難。

Borax（硼砂）：當嬰兒吮食左邊乳房時，右邊乳房會抽扯痛，或是左右相反。乳汁呈芝士狀，有異味，嬰兒的糞便似黏液。母親曾服用抗生素或避孕藥，過往多陰道炎、尿道炎。嬰兒口腔黏膜發炎、潰瘍，致使嬰兒吃奶時會很痛苦，奶味怪異，鬆開乳頭/奶瓶。嬰兒會害怕向下的動作，被放下時（如到床上），雙手失措張開，很惶恐似的。

患者每次只需選用一種最吻合整體症狀的療劑。如情況未有改善，應尋求專業治療。



黃偉德，執業自然療法醫師，持澳洲健康科學學士、古典順勢醫學專業文憑、傳統中醫學證書，擅長採用順勢療法、花藥治療、整全營養學。相信身心醫。

網址：www.GentleMedicine.Info

