

症狀和疾病(上)

資料來源：《從進化論求解醫學難題》，周然宓、周叔平著，上海科學技術出版社，2008。

大凡疾病，都會出現症狀，然而，症狀與疾病是兩個完全不同的概念。現在的不少藥物和治療方法，只是針對症狀，也有不少醫生把減輕症狀作為治療疾病的目的和判斷療效的指標。所以在很多情況下，不僅對治療疾病無益，反而對身體有害。

很多症狀雖然是疾病的信號，但有時也是機體抵抗疾病的一種防禦機制。首先，它能使人感覺到疾病的存在，如疼痛、發燒等，以便採取相應措施，防止疾病進一步加重。臨床實踐告訴我們，很多早期沒有症狀或很少有症狀的疾病，如B肝、狂犬病、愛滋病……等，在人體不知不覺中發展，潛伏期很長，可是一旦發作就嚴重到很難治療了。那麼，我們是否可以認為人的抗病能力需要症狀來喚醒？或者症狀本身就是直接殺滅病菌、去除病因的重要途徑？沒有症狀的話，就是說明人體沒有發現疾病，所以並沒有啟動緊急狀態下的抗病功能。

從進化的角度來看，由於病菌的入侵，機體出現發燒、腹瀉等症狀，最初也許不是抗病的表現，而是無奈的必然現象，但在漫長進化的結果，必定會使症狀成為抗病的有效方法。出現症狀不外導致二種情況，一種是症狀對身體無益，還進一步促使病菌繁衍，最後導致宿主死亡，那麼這種病菌失去了宿主，自身也不免消亡。另一種是症狀的出現，提高了機體的抗病能力，殺滅了病菌，宿主得以康復。因此，這類疾病相對容易留傳下來，因為含有這類基因的人生存，會有利於病菌在人與人之間不斷的傳播。現在的疾病應該是後者居多，也就是說，症狀的出現對生命的延續，有著有益的作用。對於最近才出現的疾病，因為還沒有足夠的進化選擇過程，症狀可能還處於機體無奈的表現，成為一種致死的重要原因。例如非典肺炎(SARS)，就能使人體持久的高燒，使腦和臟器功能衰竭導致死亡。

大多數的疾病由症狀反映出來，因此患者甚至醫生常以症狀有無減輕，來判斷療效的好壞，因此出現了很多針對症狀的藥物和療法。當然，隨著疾病的好轉，症狀一定會隨之減輕，但症狀減輕了未必就是疾病有好轉，如果只針對症狀治療，短期好像很有效，實際上可能延長了病程，或因掩蓋了病情，使疾病慢性化。如此一來，就生命的全過程來看，反而是不利的，所以，必須慎用對症治療。

以下就以發燒、疼痛、食慾不振與嘔吐、腹瀉與便秘等常見的症狀為例，加以詳細說明：

- 發燒

幾乎絕大多數疾病都會引起發燒，這是一種機體與致病微生物間的競爭與對抗。在進化過程中，病原微生物的最佳生存溫度，往往是低於恆溫動物的體溫。因此，發燒成為恆溫動物擺脫病原微生物，減少危害的一種重要途徑。如果感染性疾病後，不會發燒甚至出現降低體溫就會有利於微生物的生長，反會加重病情，含有這樣基因的人自然就會逐漸被淘汰。因此，我們要注意，如果感染後出現體溫降低，幾乎都屬於危重現象！

有些病原微生物可以長期的潛伏在人體中，因為它是從低於人體體溫的自然環境中進化而來，人體的正常體溫仍高於其最適繁衍的溫度，故平時不容易發病。可是在人體受寒或抵抗力減弱時，它們就開始大量繁殖，導致生病，這就是所謂的「著涼」易生病的道理。反之，如果感染後發燒提高了體溫，便能抑制其發展，有利於康復！

有些疾病，如結核病，雖能引起發燒，但多屬低燒，很少出現 39°C 以上的高熱，如果能出現高熱，反而可能對疾病的恢復有利。如果結核菌產生的毒素，不能促使人體產生更高的體溫，牠就可以長期的生活在人體中，成為慢性結核病。或許正是低熱起到了一定的抑制作用，否則結核病可能會帶來更大的危害。一定程度的發燒是可以殺滅癌細胞的，故某些疾病的適當發燒，會有抑制癌症發作的作用。

有些疾病，如愛滋病、B 肝病毒、狂犬病毒等入侵人體後，很長一段時間不會出現發燒，而病原菌卻在不斷生長繁衍，一旦開始發燒，患者就已經處在死亡的邊緣了。是不是因為這些病原菌很少含有促使人體發燒的毒素，以方便自身自由生長？如果是，人為的製造發熱，是否會對疾病有治療作用？這些都是值得研究的。

但是，如果只是簡單提升周邊環境溫度，結果可能是全身出汗，體內溫度提高並不明顯。當體溫也開始升高時，又進入了中暑狀態。因此，人體的感染性發熱才是理想的方法，因為這時周圍的血管收縮，減少體表散熱，升高體內的溫度，發燒的病人雖然高熱但卻相當畏寒，就是這個道理。

中醫的「有一分惡寒，就有一分表證(大多是炎症)」的說法，治療時應採用攻邪的方法。仔細想來，因為這時機體當處於升高體溫來抑制病原菌生長繁殖的階段，而不是採用多吃食物，中醫採用「攻邪」而不是補益，這正與機體自身的反應完全合拍。

可是，有些疾病會引起高燒，如不給予退燒，就可能對人體產生極大的損害甚至死亡。這類疾病又可分為二種，一種是在進化的歷史中已存在很久的疾病，如大葉性肺炎，高燒本身對疾病的恢復有明顯的作用，因為病原菌會損傷重要的臟器，如不用高燒來抑制，很快就會導致呼吸衰竭而死亡。所以發高燒正是機體為了保存生命的無奈選擇。還好現在有了能殺滅病原菌的抗生素，在合理使用這些藥物的基礎上，適當降溫為必要之舉，只是該掌握分寸。另一種是最近才出現的傳染性非典肺炎(SARS)、禽流感等疾病，尚未經過進化選擇，發燒是機體被迫出現的，未必會對疾病的恢復有利。特別是禽流感病毒株主要的宿主是禽類，而禽類的體溫要比人類高，當人感染禽流感後，體溫升高，很可能剛好有利於病毒在人體的生存和繁衍。

我們在選用抗生素時，常會採用藥敏試驗。如果對病原微生物能做熱敏試驗，掌握各種病原微生物和癌細胞的最佳存溫度，無疑會對發燒是否需要降溫和如何降溫，具有重要的指導意義。

● 疼痛

疼痛是機體受到損傷性刺激時的一種反應。疼痛是醫學上診斷疾病的重要依據，對治療能夠引起疼痛的疾病有很大的幫助。可是，在漫長的進化中，疼痛當然不會是為了診斷疾病之需，因此，疼痛必然對人體的生存和繁衍有著更深層的意義。

疼痛因部位不同、程度不同、性質不同、作用不同，可以有很多不同的分類方法。本書作者是把疼痛分成以下兩種：

一種是因為疼痛的出現，人體主觀上明顯可以採取有效的保護措施(不包括醫療)，從而降低疾病等原因對機體的損傷。例如，因為某些動作用力過度，對組織造成損傷時出現的疼痛，就可以提醒我們避免這種動作；又如外傷疼痛，可以促使我們避開這種容易引起外傷的原因，並採取相應的處理。這類疼痛自然可以對機體產生保護作用。

另一類疼痛主觀上並無法促使明顯的保護措施，如頭痛、痛經、神經痛、心絞痛、膽道絞痛、腎絞痛、胃絞痛……等等，難道僅僅是為了提醒患者體內有病，應停止活動、適當休息嗎？那為什麼疼痛程度有時如此強烈，令人痛不欲生甚至昏厥？從進化的角度來看，似乎應該存在著更大的保護作用。

如果我們這樣來理解：人體對於疾病作出的各種反應是通過神經系統傳輸到大腦來處理的，可是人體的痛覺、溫度覺、觸覺及深感覺已經占用了大量的「頻寬」、「內存」，所以無法另設一條傳輸線和處理系統。可是溫度覺、觸覺和深感覺如要承擔這一重任，就會導致體調節、位置覺和觸覺的錯亂，進化就只能把感知內臟等病變的任務交給了「痛覺系統」來完成，於是很多的人體病變都會產生疼痛。我們要知道，人類進化的重點不在人體感覺是否舒服，而是在於生命能否延續，這樣的安排自然最適合生命的延續。所以，有理由相信，疼痛不僅是提醒我們採取保護措施的警告信號，也是非自律神經增強免疫能力，使機體康復的重要保障系統之一。

即使沒有任何疾病，人體的免疫功能也必須無時無刻處於工作之中，因為如果長期缺乏疼痛等不適感覺的刺激，會不會因為用進廢退反倒使其免疫功能趨向低下？針灸能夠提高人體的免疫能力，理應也是這個道理。一個人在血糖低下時會產生飢餓感，那麼如果長期缺乏疼痛等不適感覺的刺激，是不是也會產生類似於飢餓的保護反應？這應該是肯定的。臨床上就有一些病人渾身感覺疼痛，可是各種檢查都正常，在疼痛處給予另一種疼痛刺激，如用力按壓或針灸等，都可以使原有的疼痛感減輕成到舒服些，這是否可以理解為患者本來的疼痛，是機體需要接受疼痛刺激的「飢餓」信號？由此，我們是否應該對各種疾病出現的疼痛患者都給予單純的止痛，是不是還要更為慎重些？