

# 漫談希波克拉底醫學

文 / 王挺熙

台北市華榮診所

希波克拉底的醫學，在傳統醫學的基礎之上，接受了自然哲學的觀念，研究人體的內在，尋找生理和病理反應的基本和普遍原則。和自然哲學不一樣的是，每個人一方面有共同性，另一方面也會有個別不同的反應。因此醫學理論不只要講共同原則（元素、性質），也要談論個別狀況（個人性質）。醫生要有辨別和理解的能力，因此醫生的能力和技術就很重要。

## 心智的位置<sup>(1)</sup>

當討論到牽涉到心理問題的疾病時，如 mania、epilepsy、phrenitis，就得去考慮心理的機能在哪裡？這時就得看作者接受哪一種理論。

主張主宰心理功能的位置在大腦的有：阿爾克邁翁(Alcmaeon)、德謨克利圖(Democritus)、《神聖的疾病》、柏拉圖。

主張位置在心臟的有：《疾病2》、《心臟》、亞里斯多德。

主張在血液中的有：恩培多克里斯(Empedocles)、《氣息》、《疾病1》。

但是所謂的位置並不一定是固定的解剖位置，而是許多部位共同的反應和過程，在這時候還沒有身心分離和對立的觀念。在《食療》篇中認為靈魂並沒有固定在身體的某一部位，由水和火共同作用，在體內移動。不同的比例產生不同的個性。*Phronesis*(consciousness)和*sunesis*(understanding)有分別，前者是綜合性的知覺，遍佈全身。後者是獨特的，位在大腦，腦子作用是資料綜合和傳遞，並不具備主宰功能。因此有時無法單純用解剖位置，來分別心智靈魂的位置。

希波克拉底醫學雖然有分別身體(*soma*)和心理(*psyche*)的現象，但是把它們當成一個連續的整體，並沒有把它們變成心物二元論。兩者不只是互相影響密切相關，也可以說是人體自然本性(*physis*)一體兩面的表現。即使是心理問題，大多時候都是用飲食來處理，這和應付身體狀況的方法是一樣的。只在《食療》有一個例外，建議休息來對治焦慮。

## 原因和作用<sup>(2-4)</sup>

對於疾病原因的探討，在《古代的醫學》中就有了必要原因的觀念：「每一狀況的原因就是當它在的時候，就一定產生狀況。但當它變成其他情形時，狀況就消失了。」其他篇並沒有那麼確定原因(causality)是什麼，只是歸因於和某些狀況有關聯而已(culpability)。真正的醫生能提供給病人更多關於原因的了解，因為原因能把許多事情串連起來，知道原因之後才能夠提出有效的治療。不過這種原因和現代醫學的觀念不一樣，希臘人要了解的是個人體內的變化，他們並沒有同一種疾病來自同一個原因的觀念（例如細菌）。

病因包含了三方面：基本條件（性別年齡）生活方式、居住場所和氣候環境，引發狀況（飲食過度、生活放縱）。對全集的醫生而言，疾病不是一個存在物而是一個過程。在這個過程中，身體和它周遭的環境建立一個自然的互動。疾病不是外在附加上的，是內在的問題，性質的問題，體液混合及氣息流通等。有些疾病也知道和遺傳有關：耗弱病(consumption)、痛風、癲癇。

和飲食有關的，是個別性的病。和群體有

關的分兩類，一種是和城市位置及風土有關的地方病，一種是更普遍的病，和季節變化及空氣性質改變有關。430 BC（西元前）時雅典發生大瘟疫，全集的作者認為是季節變換和瘴氣引起的，沒有提到接觸傳染的可能性。當時的醫學理論還沒有辦法理解疾病會傳染。

疾病的機轉大體分為兩種：一種是體內元素的不平衡或是某一體液有不正常的作用(如阻塞)，另一種是單一因素，如空氣以及食物消化後的殘渣。健康是因為元素和體液的平衡(*eukrasis*)，生病是因為某種體液的過多。但有的篇章(《食療》)認為一點不平衡是正常的，因為完全的健康很少見到。《箴言》、《人的本質》，主張平衡處於變動之中。《箴言》中講到：「所有的過剩(*excess*)都對自然有害。」《流行病1》篇中講到發燒都有一個前行因，吃太多，過度勞動，或過度取暖。在《醫術》中特別強調沒有自然痊癒的疾病，病會好是因為病人在不知不覺中採用了正確的治療方法。

### 經驗和觀察<sup>(5-7)</sup>

在5 BC以前，希臘的醫學知識是以一種類似古埃及醫書的診斷冊子來傳遞。先講一個病名，再列舉症狀，然後講預後和治療，內容會強調這是久遠的傳統。到了古典時期，醫生開始求創新和發展，不再一個病名一體適用，會重視細節。他們會訂出普遍的原則(*as a general rule*)，再舉出例外情形，表示治療要視情況做調整。例如：急性病時給予稀粥，不要禁食，除非要催吐或通腸。(《急性病的食療》)

希氏全集作者發展出詳細和系統性的觀察技術。疾病的過程有：急性、慢性、加重、復發、間歇、緩解、極期(*acme*)、陣發性(*paroxysm*)、轉變(*crisis*)、康復。《流行病6》中說：「所有的事物都有秩序，不要輕忽任何東西。」

古代並沒有專用的醫學術語，往往一字多義，到了全集中逐漸採用為狹義的、具體的意思。例如心臟(*kardie*)，在古代詩人荷馬的作品中可以指器官，也指心理功能，全集中專指心臟。荷馬的*cholos*意思為生氣(*anger*)，在全集中成為*chole*，變成了膽汁(*bile*)，因此生氣往往被

認為是膽汁引起的。*Phren*和思考(*phronein*)同字源，在荷馬作品中主要指靈魂和智力的處所。在全集中*phren*只指橫膈膜，但是會反應情緒。*Phrenitis*仍保留古代意思，形容發瘋狀態(《病痛》)，或發燒合併意識不清楚。有人認為病的部位在胸部，有人認為在腦部(《流行病》)。這名詞一直沿用到十九世紀才被取代。有的字現在看起來很直接，其實是古代意思的遺跡(*semantic fossil*)。例如黑色在古希臘具有厭惡的、邪惡的意思，在有了體液論之後，被借用到黑便(*melaina*)和膽汁(*khole*)。黑膽汁(*melagkholao*)表示是敗壞或腐敗的血液。

在《流行病》中，提到要注意病人的居住地方、氣候變化、生活習慣。觀察病人的呼吸、咳嗽、流汗、排便、出血等。在一個地方的每個季節，會有固定模式的疾病表現，稱為特定病況(*ketastasis, constitution*)季節表現正常時，相關的疾病也會有正常的過程。若是季節異常時，疾病就會有不一樣的變化。秋天是最危險的季節，很多疾病會發作。《流行病1》是作者長期住在*Thasos*的記錄，《流行病3》則是遊走於愛琴海沿岸城市的觀察。《箴言》中說：「所有的疾病在每個季節都會發生，但是有的疾病在某個季節特別會出現而且變嚴重。」《流行病3》：「冬天會消除夏天引起的疾病，夏天會趕走冬天引起的病。」

作者並不只是隨便說說而已，他也有真的這樣去做，詳細紀錄每天的變化，最長達到120天(有可能借助於助手或家人)。長期觀察可以確定疾病的規則性，例如間日熱、三日熱等。還有其他的變化，尤其是轉變日(*critical day*)，指疾病在某一天變強和減弱，或變成另外一個病。《流行病》中說：當症狀在偶數日變嚴重時，轉變日會發生在偶數日。在奇數日變嚴重的病，它的轉變日會在奇數日。在轉變日前後，要避免做積極治療。

古代記錄病歷，例如《流行病》中，都是症狀的描述，不見得正好合乎現代醫學中的哪一種疾病。例如稱為*kausos*的熱病，類似的病從中古世紀到現在，就有好多種可能：傷寒、斑疹傷寒、瘧疾、敗血症、回歸熱。

在《預後》篇中詳細描寫如何觀察病人的情況，包括臉、眼睛、皮膚、病人的生活起居排便和尿液情況。《預測》(prorrhethicon)提到在急性病時流汗，尤其是在頭部有疼痛，是不好的。當尿是黑色的，又再加上呼吸困難，也是不好的。

《科斯預測》描述心絞痛：「疼痛劇烈，傳遞到鎖骨和背後，造成死亡。」「老人常常有心臟疼痛，表示會發生猝死。」

《流行病3》中有位昏迷病人呼吸忽淺忽深，不久就去世了。表示作者注意到腦病變和呼吸狀況有關係(亦即Cheyne-Stoke呼吸)。《箴言》講肥胖的人壽命比瘦的人短。在《箴言》中另外也提到：「在時間長的發燒，關節會有腫塊和疼痛。」這可能描述了風濕熱。

全集中有名的觀察有：希波克拉底臉(Hippocratic face鼻子尖，兩顳陷下，眼睛凹陷，耳朵冷，臉色黑或黃)(《預後》)，希波克拉底手指(Hippocratic fingers指甲失去彎曲弧度，和胸部疾病有關)(《預後》、《內部病痛》)，Hippocratic sisis(肺積水晃動的聲音)(《疾病2》)，翼狀肩胛(winged scapulae指耗弱病)(《流行病》)。此外有注意到頭的一側受撞擊，身體另一側可能會無力或抽筋。(《頭部外傷》)

《流行病》中提到一種病很像是現代的腮腺炎，不只講到兩耳側腫脹，有發燒，得病的多半是年輕人和小孩，往往自然痊癒，更講到有的人會有睪丸疼痛。

《疾病2》記載有水腫的病人會有端坐呼吸的症狀，但當時不知道肺和呼吸有關。只知道空氣進出鼻子，而且到喉嚨幫助發聲。肺的功能是吸收水份。猝倒(apoplexy)常發生在老人，有厲害的頭痛，不能講話，會尿失禁，這是腦部的疾病。推測常見的原因是黑膽汁遇冷後，把血液變冷所致(《箴言》)。另外可能的原因是血管過度充滿(《急性病的食療》)，或腦中有不潔之物(《疾病3》)。此外也有記錄到神志不清楚時，手的無意識動作(摸空症carphology)(《預後》)。在這個時代還不知道脈搏的作用，脈搏快慢只用來判定是否發燒。《流行病4》中講：「在急性的發燒時，血管跳動強而快。」

由於對生理知識的缺乏，作者只能假借熟

悉的自然事物來做比喻。例如食物消化，把胃形容成烤箱來處理食物(pepsis, cooking的意思)。子宮和膀胱被當成杯子，以說明液體的貯存。另外也藉用乳酪的形成，用來解釋體液的凝固和分離。

在《流行病》中提到：「要能講出以前的情形，知道現在的狀況，預測未來。」

在《醫術》中作者說：「要從看得見的去推斷看不見的，眼睛看不到的事物，要用心去察覺。」

發燒代表身體正在處理致病的壞東西，處理完成後會將之排出(apostasies分開之意)。每一個病會有特定症狀伴隨著排出(出汗、解尿、排便、化膿、流血、寒顫、退燒)，在特定的生病天數發生，這樣才完成轉變(krisis)。

在《小孩的性質》中，作者藉由每天打開一個雞蛋，觀察雞蛋的孵化情形，來比喻人的胚胎發展。又用植物的生長，比擬胎兒在子宮的生長。

在《醫術》中作者強調，醫學治療並不是靠運氣，治療包括了該做的事和不該做的事，這表示有一個治療的準則存在。很多時候治療不成功，是因為病人不遵守醫生的要求。有的疾病發生在體內深處，發現時已經無法治療。當疾病的程度超過醫療的範圍時，問題在於疾病而不在治療。《古代的醫學》說：「對病的治療，不是碰運氣的事，而是需要技能和經驗。」檢查病人除了運用看、聽、聞之外，還要利用觸覺。一方面可以測試疼痛的程度，一方面可以提供治療。但是《病痛》卻提到：「醫學是技藝，但是藥物的發現並不是根據理論來的(by reason)，而是偶然的(by chance)。」

希氏醫學中仍然存留著一些舊時和迷信有關的事，例如用雄鹿的生殖器官來燻燒不孕女子的子宮。數字七具有神秘性，如疾病的轉變日常發生在第7天，女子在14歲能懷孕，男子在21歲有生育力。轉變日較常見於奇數日。

全集的作者知道醫學並不是一個很精確的學術，尤其是每個病人都不盡相同，但是仍然要盡可能去達到最大的正確性，這叫做猜測的技術(stochastic art)。醫學不只是理論不夠精確，實

務上也難以周全，只能在現實的範圍內成功，因而免不了有醫療失敗。醫學的功能是在確定該做的事都做到了，只是結果不一定會達到。《古代的醫學》講到不要把偶然的事情(例如吃某種食物)，和病因混淆。作者認為只要用同樣的方法繼續研究，醫學知識就會被完全發現。不過醫學不能夠很快學好，因為沒有固定的原則。在《急性病的食療》中，強調同樣的症狀，不同的人有不同的解釋，不代表是同一個病。《疾病 1》講相似的病在不同的人，男女老少，會有不同的情況。《人的部位》(Places in Man)提到在不同的時間，不一樣的人表現不一樣的病情。

這樣的觀察，而且是有系統的觀察，當記錄下來的時候，就形成了新的知識。在詳細的記錄觀察之後，用意就是方便以後做預測。正確的預後和盲目的猜測不同，也和沒有理論基礎的觀察區別開來。在長期仔細的觀察比較之後，可以獲得一些醫學的普遍性原則。另一方面要能認識一些疾病的特殊症狀，用來診斷疾病。例如《箴言》中講：「病人吐血，若沒有發燒，就不危險。若有發燒，預後就不好。」

在《流行病》中詳細記錄病情，很少提到治療，被誤認為醫生只觀察不治療。在這時代還沒有無症狀性疾病(asymptomatic disease)的觀念，也沒有現代慢性病的說法。

在《戒律》(Precepts)中作者認為：「在實際醫療的時候，不要先想到可能的理論，要合併理性和經驗。」，「理論是好的，要是它根據事實和現象來做推論。」面對病人和疾病，醫生需要有可作用的論說(working hypothesis)，理論能增加醫生的能力。

## 體液和元素<sup>(4,5,8,9)</sup>

希波克拉底醫學中的身體，並不是一個有固定結構的物質，而是一種理論性的空間，生理作用在裏面進行。體液在體內透過許多管道流動，內部器官的功能是貯存和轉化體液，也因此成為治療的目標。流動的管道有血管、氣管、食道和其他。中空的器官會吸收液體，如頭、脾、子宮，而這些器官也因而容易生病。《人的部位》說道：「我認為身體並沒有那一個地方是起點。」

所謂的體液(humour)，有許多不同的解釋。在《古代的醫學》中，常用的意思是指味道(flavour, taste)。在《流行病》中有另一個意思是汁液(juice)。在《體液》中說明體液醫學，就是使體液在身體內自由流動，防止它被破壞，促成它的自然轉變<sup>(10)</sup>。體液也包括了唾液、鼻水、眼淚、精液。

在《古代的醫學》中形容體液味道為苦味，鹹味，酸的，甜的，描述其物質性，味道就代表體液。以體液的味道表示病人的感覺，醫生從味道來了解病人的感覺而知道病人的痛苦。它的體液種類沒有限定<sup>(10)</sup>。

體液中重要的是黏液和膽汁，因為兩者最容易被觀察到。黏液具有黏性(glutinous)，可以把身體部位接在一起。黏液多了代表發炎。膽汁來自食物加熱後的殘餘物，屬性為油(fatty)，可充當身體的燃料(《筋肉》)。在《病痛》、《疾病 1》和《空氣水地方》都認為黏液和膽汁為身體的構成部分，《神聖的疾病》也同意。用冷來對治膽汁引起的疾病，就是在對抗產生膽汁的熱。

《食療》認為水和火是構成身體最重要的元素，火提供動能，水提供營養，兩者互相對抗。在年輕人中，火勝過水。心靈活動於物質的環境中，因此改變食物、藥物、水、生活方式等物質條件，就能影響心靈。這是否會產生唯物論，由物質來決定心靈的作用？希波克拉底的作者並沒有講清楚，要到後來的亞里斯多德才有詳細的討論。

《氣息》指出身體需要的三大營養是食物、液體和空氣。空氣太多或太少或被致病物污染都會引起疾病。空氣若分配不好，充脹筋肉會引起疾病。外在的空氣(aer)或風(pneuma)進入體內稱作氣息(breath, physa)，有兩個作用。一個是提供身體養份和腦的思考，一個是冷卻和濕潤的作用。空氣成為火的養份<sup>(11)</sup>。另外吃太多食物，身體處理不了，殘餘物會受熱產生氣體而致病。

在《小孩的性質》、《神聖的疾病》中，都講到氣息在身體內的作用。《箴言》中講氣息和生育力有關，因為精子靠它才能射出。

《筋肉》指出熱最重要，相對地冷成為熱的營養。宇宙由三種元素構成：乙太(aether，本質

為熱)，土，空氣。分別具有三種性質：熱、冷、濕。

《人的本質》篇中，認為四種體液是血液（濕熱），黏液（濕冷），黃膽汁（乾熱），黑膽汁（乾冷）。

《疾病4》和《生殖》(generation)指四體液是水，黏液，血液，膽汁。男人偏乾，女人較濕。

《病痛》講用飲食來治療疾病時，要根據冷熱乾濕的原則。

《急性病的食療》把膽汁分成苦膽汁和黑膽汁，後來的柏拉圖(《蒂邁歐篇》)按顏色分膽汁種類(黑、紅、綠)，認為膽汁和黏液並非身體自然有的，而是疾病之物。

在《神聖的疾病》中，體液只有黏液、膽汁和血液。作者認為因為黏液過多，阻礙血液和空氣流向大腦，並使黏液流向四肢，導致癲癇和抽搐發作，因此癲癇是可以醫治的。他並批評傳統上認為痙攣是惡魔或神引起的，是錯誤的的觀念。在《氣息》中則認為空氣過多，阻礙了血液流向而產生癲癇<sup>(11)</sup>。

常見的體液致病的機轉在於體液留滯在某個部位，變熱後敗壞。例如血液滯留在子宮幾個月，會變成膿。(《小孩的性質》)黏液充滿在腦子會致病。(《內部疾病》)

在《神聖的疾病》中把精神方面的問題分成兩種：一種是黏液的濕性引起的壓抑性精神錯亂，一種是膽汁的熱引起的躁動型異常。在《食療》中也有同樣的分類，只是原因不同。前者是因為水的作用大於火，後者則是因火大於水。

《食療》特別提到用飲食可以治療精神問題。

後來流行的四體液學說，最先出現在《人的本質》，它拒絕四元素(水火土氣)，反而強調四性質(冷熱乾濕)和四體液。不過按照另一種翻譯：「人的身體內有血液、黏液、膽汁，黃和黑。」似乎像是三種體液。一直到希臘化時代(Hellenistic age)，這說法都不流行，各學派也不重視。要到了羅馬時代一世紀的蓋倫才給予肯定，但是蓋倫比較重視的是四元素及其性質，認為血液是四元素的均衡混合。而所謂的四種體質(temperament：冷靜的phlegmatic，

樂觀的sanguineous，暴躁的bilious，憂鬱的melancholic)，要到第六世紀才出現。

體液的講法雖然起始於希波克拉底，但是這時並沒有形成一套理論系統，各篇的講法不但不一致，甚至相反。在《流行病1, 3》中，黏液和膽汁是症狀，在2, 4, 6篇中才成為疾病的原因。在《人的部位》中，膽汁是生病之後才有的。黑膽汁在《人的本質》中是自然物質，但是在其他篇往往和疾病有關，尤其是心理問題(《箴言》)，如恐慌、沮喪。這後來成為憂鬱症的主要症狀，憂鬱症也常被稱為黑膽汁病。完整體液論要到歷史後期才形成，這在研究古代醫學的學者已逐漸成為共識，但是一般人仍把體液論視為希波克拉底的主要理論<sup>(12)</sup>。

學者有注意到事實上在主張體液學說的《人的本質》篇中，並沒有直接使用humour這一字，只是用「存在於身體內的東西」來形容。在反對四性質的《古代的醫學》中提到的體液，則有多種意思，包含許多性質及其作用強弱。作者認為有作用的是各種體液的力量(dynamis)。在全集中，物質和性質有時分開用，有時交替使用，沒有分別。元素理論代表了希臘人認為在多變化的經驗世界之後，存在著不變的物質。元素及體液的觀念和作用，乃一體的兩面。討論元素在說明事物的共同性，體液則用來說明每個人的不同。就醫學學理而言，認為理論是有解釋效用的。但是就病人的感受而言，實際的作用和結果才是真實的。

由於四體液學說在後來享有重要和長久的歷史地位，《人的本質》因而被用來代表希波克拉底全集的理論。事實上這在當時只是少數人的意見，作者也很可能是希氏的學生Polybus和其他人合寫的<sup>(4)</sup>。

有的學者提出一些體液論的原則，如平衡、季節影響、相反性、內在熱、自然痊癒、轉變日等，增加體液論討論的內容。不過這些原則原本就存在於全集之中，先於體液論。《古代的醫學》講體液時反對冷熱對抗的相反性原則，認為病人發燒只給冷的東西並不夠，要清除或轉化致病物才有用。表示體液論固然可以藉這些原則來發揮，但它們並不是專為體液論才有的，這些原

則也同樣適用於食療的理論。體液是用來陳述這些生理作用的部分因素，而非顛倒過來。

### 醫療實務<sup>(5,7,13)</sup>

《流行病》有段名言：「醫生要知道過去發生的情形，了解現在的狀況，預測未來會出現的事情。...關於疾病，他要做到兩件事，要能幫助或不造成傷害(do no harm)。醫療包含三部分：疾病、病人和醫生。醫生是醫學的僕人，病人要和醫生合作來對抗疾病。」準確的預告病情，可以獲得病人的信任。強調不要造成傷害，表示那時已經知道有的醫療處置會有不好的結果。《流行病》中另外寫著：「要不是因為藥物的作用，病人可能會活得更久。」全集中很多篇章都強調實際經驗的重要，光靠念書學不到正確的醫術。

治療分成三種：飲食，藥物，手術。廣義的食療(*diata*)包括了保持健康和治療疾病，或是用在生病時來照顧身體減少病痛。方法有飲料、食物、行走、沐浴、運動和睡眠。《食療》中講到：「健康來自食物和運動的平衡。」

放血和拔罐經常使用，用燒灸術則是最後的手段。燒灸法作用在於去除身體多餘水份，身體表面都可以做。有兩種方式：乾式在血管皮膚上方加熱，濕式是在加熱時切開皮膚弄破血管。《箴言》中說：「藥物不能治療的，可以使用刀子；刀子治不好的，可以用燒灸；燒灸法治不好的，那就是無法醫治了。」

在有關骨科的篇章中如關節篇，骨折篇，記載了許多至今仍然認為有用的治療方法，例如希波克拉底椅(Hippocratic bench，用於骨折和關節牽引)。在《頭部外傷》篇中，描寫了頭顱鑽孔術(*trephining*)。

橫膈膜不只是把身體分成上下兩部份，也使得兩邊各自形成一個小系統。上半部的問題要從上面來排除(指催吐)，下半部則要從下面來處理(指通腸和排便)。

水很重要，在《空氣水地方》中有詳細說明。作者把水分成五種：靜止水(如沼澤、湖水)、泉水、雨水、雪水、河水。停滯的水不健康，蒸發的水最好。水要煮過才不會有臭味。其他決定水質的因素還有季節、水流方向等。水的性質又

可細分成：冷熱、清濁、甜鹹、軟硬、薄厚等。又硬又冷的水會造成不孕。

在《古代的醫學》中提到人會因飢餓而去尋找食物，因某些食材會引起痛苦，進而針對狀況去發展不同的食譜，於是產生了醫學。一般人會生病就是因為沒有能力照顧自己，或是自己忽略去注意。配合不同的狀況，食物分成固體、濃湯及液體三種，因此生病的時候要改變飲食。治療的方法是在生病初期給予液體(蜂蜜水 *hydromel*、醋蜜 *oxymel*、淡酒、奶水及稀粥)，過了轉變日後才給予軟食和普通飲食。早期的食療觀念來自於病人無法接受固體食物的生活常識，要到晚期才把食療和冷熱乾濕的性質及均衡觀念聯結起來<sup>(14)</sup>。

食物(*sition*)和藥物(*pharmakon*)在全集中並沒有做明顯的區別，要看使用的目的。在日常生活中使用時是食物，用在生病的時候就成為藥物。食物會變成身體的部分，藥物作用在改變身體的性質。食物若量大，身體不能全部消化，剩餘的就會有藥物的作用。傳說中希氏把食物當成藥物，藥物視為食物(*let food be thy medicine and medicine be thy food*)，是一種誤傳。很多時候在做食療時，只提吃什麼喝什麼，既沒有講冷熱乾濕，也不針對四體液。食療包括食物、飲料和運動(《空氣水地方》)，有的文章更包括生活方式、睡眠、沐浴、性生活。(《食療》)食療在全集中顯然是相當獨立的醫術<sup>(15)</sup>。

食療不只要配合個人習慣，如一日一餐或兩餐，也要隨著季節調整。冬天天氣濕冷，飲食要吃多喝少，喝濃酒。夏天氣候乾熱，要吃軟食和蔬菜、喝大量薄酒。(《人的本質》)全集中也經常提到由於不節制的飲食、喝酒、縱慾而引起疾病，但是針對這些不健康的欲望，以及不服從醫生的不理性行為，全集作者並沒有提出對治的方法來說服病人。《流行病》篇中只提到病人要和醫生合作來對抗疾病，或許是認為這是醫學的界限，或是還沒了解其中心理因素的作用。

食療的重要不只是在於治病，而且也認識到疾病是逐漸形成的，醫生能預先知道(*prodiagnosis*)，用食療來改變會生病的狀況，預防生病。在《古代的醫學》提到好吃的飲食，會

造成病人不遵循醫囑。食療的另一個特點是得經常地，甚至每天去注意飲食，這恐怕只有上層階級的人才做的到。這代表了一種社會價值。

全集中的藥物包含了植物、動物和礦物。記載的植物名稱有三百種以上，處方有上千份。有很多使用的方法，無法從現代的學理去驗證。有些和精神心理有關的疾病，會建議用驢奶來治療，但是在希臘時代常見的是馬奶和羊奶，用驢奶可能是和早期的魔法有關。

治療的方式有兩種，一種是從旁協助自然痊癒的力量，根據的原則是相反療法 (*contraria contraries curantur, opposites cure opposites*)。一種是發現自然力量的奧秘。希波克拉底相信自然的治療能力 (*vis medicatrix naturae*)，在此自然力之前醫生要退讓。《氣息》寫要用和引起疾病相反的東西來治病，《人的部位》講對強壯的人要用作用強的藥。古代醫學可以發生作用，憑藉的就是身體自我恢復的能力，以及病程有限能自己痊癒的急性病<sup>(4)</sup>。《流行病6》中說：「自然是疾病的醫生。」全集中並沒有特別討論痛的問題，痛和病似乎被當成一件事情，很少給予止痛藥物。

重病時一般都不再給予治療，一些沒有辦法治好的病，不論結果如何，有時也會給病人治療。給病人治療，有時是怕病會變成慢性病。當時醫生的地位並不穩固，在《醫術》中就要強調醫學治病是有效的，並不是單純靠運氣而已。《醫術》中說：「治療要靠正確的處置才有效，處理錯誤會造成傷害。」

時間的拿捏在診斷和治療方面都很重要，一方面要在適當的時候做出適當的處置；一方面時間代表未知的因素，影響治療的成敗。《戒律》：「治療需要時間，但有時要看機會 (*kairos*)。」光懂理論沒有用，要累積經驗才能抓住機會。《疾病1》提到：「醫療的適當機會，一般而言就像疾病和治療，有許多種，並且有各種變化。最急而須要馬上處理的就是失去意識。」《箴言》開頭的名言：「生命短暫，技藝長遠，機會瞬間，經驗不準，決定困難。」就是在強調醫學的困難。

在《流行病》中的病例，一半以上是死亡，

作者都記錄下來，顯示出醫療能力的範圍。所謂治療成功，並不是迎合病人的安慰療法，因為有時治療過程會有痛苦。不過《醫術》認為治療成功就是完全去除痛苦。有時治療不一定成功，結果不一，但醫生仍要堅持他的醫術。

全集中強調健康的重要：「不管是財富或其他東西，沒有健康都沒有價值。」(《食療》)，「健康是人類的最高價值。」(《病痛》)。這表示古代希臘人用健康的生活方式來預防疾病。《食療》認為身體處在不斷的變化 (*flux*) 當中。在《人的本質》篇中，健康是穩定的平衡。和現代的醫生比起來，全集的醫生更重視病人的整體。

## 女人的問題

全集中關於女人的篇章很多，有：《女人的本質》、《女人的疾病》、《小孩的性質》、《八個月的胎兒》、《生產》、《筋肉》、《少女的疾病》、《不孕婦女》、《複胎》 (*superfetation*) 等。女人的特性在於有子宮和月經，月經代表多餘沒有被利用的血液，被吸收到子宮來排出。這些血若留在體內會敗壞，對健康不好。在《女人的疾病》中，提到女人經常有胸悶腹脹的症狀，推測子宮經常在肚子內移動，需要用藥物食物和煙燻來治療，終極療法則是性交和懷孕。*Suffocatio uteri* 指焦慮的症狀，是因為子宮走向肝或橫膈膜而造成。由於症狀 (抽筋、呼吸困難、不能言語、喪失意識) 和癲癇類似，古老的巫醫往往當成惡魔入侵體內來處理。全集中建議使用煙燻法 (鼻子聞臭味之物，下半身給予香氣的焚香)，是來自民俗療法。懷孕同時需要男女的種子 (*seed*) 才行。女人的疾病多半和生殖有關，但婦科的藥物治療，包括避孕藥、墮胎藥，很多只是有象徵性的意義而已。代表古代的治療，往往只有儀式性或是心理安慰的作用<sup>(16-18)</sup>。

在其他地方很少有，但是在婦女的篇章中卻常提到糞便治療 (*dirt therapy*)，就是取各種動物的糞便，用煙燻、塗抹、或用酒混合成飲料來治療婦女疾病：不孕、流產、死胎、惡臭分泌物等。這表示希氏醫學延續原有的民俗療法和宗教意涵，女人容易受污染，須要以強烈物對治。

全集認為想要懷孕，要在月經快結束時行房。想生男孩，要在月經剛結束時受孕。墮胎和避孕的方法都有提到。全集的作者認為生產是胎兒長大，母體營養供應不夠而想要出來。他們沒有子宮收縮的觀念，因此生產過程中，胎兒主動，而子宮是被動的。當有難產時，會叫產婦用力打噴嚏、搖晃她、倒置她，使胎兒轉向，不得已時才切割胎兒。這些做法都是來自民間傳統，反應出醫生缺乏對生產機制的知識<sup>(19)</sup>。

全集中經常強調女人的特性在於濕，身體像鬆軟的羊毛會吸收水份，這是女人體弱的原因。月經沒來，若不是因為懷孕，就會累積更多水份，對身體不好。激烈運動會使子宮乾燥，年輕的寡婦和年紀大的處女會有更多病痛。懷孕可以用掉多餘的血液，對女人的健康有益。哺乳也一樣。女人的健康，幾乎可以用規則性月經來代表。女人的健康和生育有關，男人則未提到這種關係。學者認為這些作者是從家庭和社會的立場預設女人的角色(主要是生育)，再根據這角色來治療<sup>(20)</sup>。

## 倫理

在古代有許多文學作品和民間傳說，諷刺醫生的貪財無能和殺人罪行，甚至說只有律師和醫生不會因謀殺而被處死。因此全集作者要表現出不同的樣子，在沒有執照的時代，名聲是最好的保障。不同醫生間的辯論和公眾的評論，成為社會對醫生的制衡機制。醫生和病人的溝通方式有：詢問、醫囑、預先告知、教育、說服。希臘醫生早知道語言有治療效果。理想的希臘醫生也是多樣的：預言家、神的僕人、工匠、理論家、哲學家。

除了《誓言》之外，其他談論醫學倫理的部分，《律法》《醫生》《禮節》(decorum)，大多是指一般的禮貌規範，用以獲得病人的信任，減少責任。《戒律》說醫生要避免華麗的言詞，要有適當的服裝儀容，完整的疾病說明，好的外科包紮。要表現出願意幫忙的態度，還要避免急促粗糙的做法，以免傷害病人。《禮節》講不要故弄玄虛，無意義的閒聊。

事先告知病人疾病的發展方向，可以得到

病家的信任。一旦病情變嚴重，醫生才不會被責怪。關於病情，一般醫生都會對病人說實話。正確的預測代表對疾病的了解和好的治療。此外醫生也要和家族成員保持良好關係，不僅能獲得更多資訊，也能得到信任。在《誓言》中強調不傷害、不洩密、不逾越規矩，就有這個意思。

《醫術》的作者表示當病人失去意識或不可救的時候，醫生可以拒絕治療。這表示承認醫學的有限性，並避免做不必要的處理。此時刻意去治療，會顯得自我推銷。但有時治不好的病也去處理，用意在於減少病人痛苦。全集的作者往往把病人的情緒反應(恐懼、怕痛、想死)當成疾病的一部分，並不注意背後的心理因素，甚至認為是病人的無知，需要醫生的幫助。不評價病人是全集的態度。

《箴言》中告誡醫生要珍惜名聲，不要只顧著賺錢(seek not profit, but reputation)。對病人的收費要小心不要引起糾紛，不要急著收錢以免耽誤病情。對於窮人必要時給予免費醫療，這不僅表現醫生的慷慨和仁慈，也是表示出對醫學的熱愛。這樣收到的報酬稱做*philanthropon*(謝禮)，和靠勞力維生是不同的。全集內的醫生治療病人以疾病為主，至於性別社會地位貧富種族，擺在次要地位。《禮節》中提到熱愛智慧的醫生，就像神一樣。

法國學者Jouanna指出希氏全集中，醫生在日常行醫中對病人的態度有三個特點。一是治療時手法輕柔，如觸診、包紮、手術。觸診很重要，能真正試出病人疼痛的程度，讓病人感受醫生的關心，以及提供治療(如脫臼、畸形足)。二是尊重病人，以病人能接受的方式處理。三是重視醫病溝通，問話與解釋必備的技巧<sup>(5)</sup>。在《古代的醫學》中就講：「談論醫療事情時，要能使一般人聽得懂。」

雖然有人認為《誓言》中的原則過於以醫生為中心，缺乏病人自主和權益、不夠尊重病人，也沒有現代社會重視分配正義的觀念，更不用提不同宗教信仰的問題。但是考量其時代的限制，一般人還是肯定它的理想性和歷史地位，以及宣誓的心理作用及儀式意義。代表醫學並不是價值中立，而是以病人的需求為依歸。

綜合來講，希波克拉底的醫學倫理，是經由執行醫療實務中來表現。所謂的「不傷害」，不只是減少疼痛而已。從觀察症狀、建立關係、預告病情，診斷處置都在表現出「幫助」(to help)的意念，而不是只看結果。這也反應出社會要求醫生不只是專業能力好，也要求要有道德水準。

## 結語

傳統的希波克拉底的形象，很多其實是後來的人把他們當代的想法投射回去，這些學者包括蓋倫(130-210)，Paracelsus(1493-1541)，Thomas Sydenham(1624-1689)，Herman Boerhaave(1668-1738)。有人認為是經驗醫學，有人認為是理性醫學，近代更有人認為是科學醫學。一些名醫也被冠上希波克拉底之名，如Syndeham是英國的希波克拉底，發明聽診器的Rene Laennec(1781-1826)是法國的希波克拉底，近代名醫William Osler(1849-1919)則被稱為加拿大的希波克拉底。歷史學家強調在古典希臘的科學和醫學中，不但充滿了各種互相對立的許多理論，各自獨立發展，醫學和迷信間仍然互相混雜著。最後勝出的，也並不代表是當時盛行的。醫學史家努頓說把希波克拉底全集的內容，全部歸於一個人和一種理論，等於是忽略了這個醫學最有意義的部分，那就是學術上的多樣性和活力。

希波克拉底醫學的特性在於丟棄神秘的巫術魔法(雖然沒有完全)，用自然哲學的理論以及詳細的觀察去記錄和理解病情和病人。它重視的對象是人而不是疾病，它治療的原則是以協助自然復原的方式，避免傷害病人。它缺乏解剖知識，但是對器官功能的想像性理論，引發後來對解剖的注意。它不注意特定診斷，但重視預後和結果。這種重視整體的(holistic)作為，對於現代醫學偏重於科技知識而忽略人本身，仍然有啟示的作用。

就醫學知識而言，希氏醫學值得現代醫學借鏡的當然不多。但是全集的言論和思想，恰恰反應出當時社會和病人對醫學的期待和要求，只有滿足這些要求，才顯得出醫學的價值。每個時代的方式，都是可供後代人學習的珍貴寶藏。全集的作者談論治療時，都充滿著正面樂觀的態

度。相反地，在同時代的一些文學作品中，對於醫療結果的描寫大都是不太成功的。表面看起來有些矛盾，其實這正是醫學的可貴之處，面對限制和困難，醫療人員始終努力，永不放棄。

## 參考資料

1. Eijk PJV: Medicine and philosophy in classical antiquity, New York, Cambridge University Press, 2005.
2. Eijk PJV: The role of medicine in the formation of early Greek thought. In: The Oxford Handbook of PreSocratic Philosophy, Curd P & Garham D ed., Oxford, Oxford University Press, 2008:385-412.
3. Hankinson RJ: Cause and explanation in ancient Greek thought, New York, Oxford University Press, 1998.
4. Nutton V: Ancient medicine, New York, Routledge, 2004.
5. Jouanna J: Hippocrates, DeBevoise MB translate, Baltimore, Johns Hopkins University Press, 1999.
6. Longrigg J: Greek Rational Medicine: Philosophy and Medicine from Alcmaeon to the Alexandrians, London and New York, Routledge, 1993.
7. Lloyd GER: In the Grip of Disease: Studies in the Greek Imagination, New York, Oxford University Press, 2003.
8. 張大慶：體液論及其對西方醫學的影響，中華醫史雜誌，2001；31:141-147。
9. Longrigg J: Elements and after: a study in Presocratic physics of the second half of the fifth century. Apeiron 1985; 19: 93-115.
10. Demon P: About philosophy and humoral medicine. Studies in Ancient Medicine 2005; 31:271-286.
11. Frixione E: Pneuma-fire interactions in Hippocratic physiology. J Hist Med Allied Sci 2012; 68:505-528.
12. Jouanna J: Greek Medicine from Hippocrates to Galen, Leiden, Boston, Brill, 2012.
13. Lloyd GER: Methods and Problems in Greek Science, Cambridge, Cambridge University Press, 1991.
14. Stannard J: Hippocratic pharmacology. Bull Hist

- Med 1961; 35:497-518.
15. Lonie IM: A structural pattern in Greek dietetics and the early history of Greek medicine. *Med Hist* 1977; 21:235-260.
  16. Dena-Jones L: The cultural construct of the female body in classical Greek science. In :Women's History and Ancient History. Pomeroy S ed., Chapel Hill & London, University of North Carolina Press, 1991: 111-137.
  17. Kudlien F: Early Greek primitive medicine. *Clio Medica* 1968; 3:305-336.
  18. Faraone CA: Magical and medical approaches to the wandering womb in the ancient Greek world. *Classical Antiquity* 2011; 30(1):1-32.
  19. Hanson AE: Continuity and Change: three case studies in Hippocratic gynecological therapy and theory. In: Women's History and Ancient History, Pomeroy S ed., University of North Carolina Press, Chapel Hill & London, 1991: 73-109.
  20. Hanson AE: Conception, gestation, and the origin of female nature in the corpus hippocraticum. *Helios* 1992; 19:31-71.