

全球忽被逼抗疫/防疫

陳玲珉

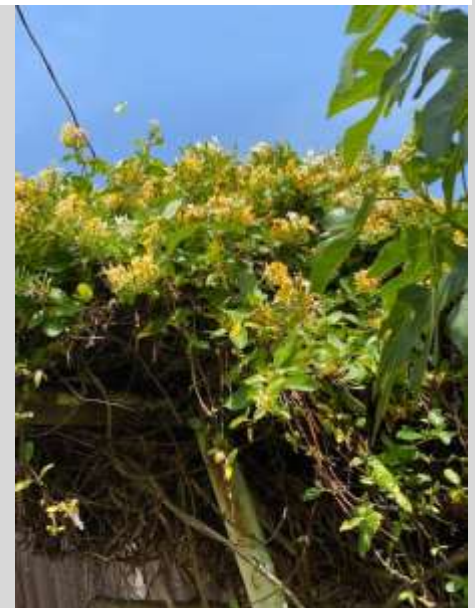
看不到臉上有一絲皺紋的武漢市眼科醫生李文亮，有見識的實話實說，卻被訓誡，這世界怎麼變成如此？美國財富雜誌仍選他為第一名抗疫領袖，公義仍存！李醫師之離世令人感嘆英才早逝，但若轉念成造物主說文亮回來不需再活在那種不仁慈的環境、好好享受回家安息！惋惜、打抱不平之心應能釋懷。

3/13/2020 星期五中午南加州華人寫作協會如計劃完成 2020 文苑發表會。會後我們不敢如前去買世界衛生組織曾推薦的鵝肉，就在會場新港城海鮮酒家買西芹海蜇頭，咖哩牛腩，開始順路買可能增加記憶力的海蜇，助抗炎的咖哩，準備由扶正固本來面對這小但能黏人鼻、口而致人於死。

2003 SARS 在香港、台灣猖狂時，讀到中醫用清熱解毒的金銀花治受害於冠狀病毒的。始知在後院每年春天開花達半年之久的是寶！本就喜愛它的清香，開始試放一朵在早上那一壺茶，每天多增加一朵，目前每晨用七朵。金銀花學名忍冬，自古用來抗炎、補虛療風。傳說中的金銀花是一對雙胞胎姊妹，合力對付瘟疫。中醫認為它性寒、味甘、入肺、心、胃經。

2 月底初中同學鄒珍元轉來由美國健康快訊整理的華裔醫學科學博士吳軍主講揭秘新冠狀病毒肺炎的機理是過激的免疫反應製造的大量自由基引起的器官損傷！金銀花、板藍根是自由基的清除劑，從而起到保護的作用。雞湯、甘草、我多年來為周邊親友受過敏之苦努力尋求良方之心得、有平靜過激自身免疫反應。盡力按照各專家目前研究所知。在家最安全，進門的盡可能消毒，萬一防不勝防，我不會去 ICU 增加自身難保的醫療團隊更多的負擔。安心對症下藥、聽天由命！

胡乃文中醫講避瘟香囊，聯想到現代的芳香療法，每個房間本有一盆可以淨化空氣的聖誕仙人掌，現再加金銀花，聞此清香，身心舒暢自然減壓因之有利自癒！



今春後院半世紀老的樹仍能開花，奇妙至極！