

先知『三伏之日』择期『冬病夏治』

河南中医学院 朱现民 陈煦

夏季“三伏天”是阳气隆盛的时令，是穴位敷贴进行“冬病夏治”的最佳时机。此时，人体的阳气最为旺盛，腠理开泄，皮肤松弛，毛孔开张，经络气血趋于体表，运行流通充盈。如果此时在体表穴位敷贴以温热刺激、辛香走窜的中药治病，药物能够得到很好的吸收，随着经络到达病变部位，最大限度地鼓舞阳气，驱散体内积寒，疏通经络，通阳气，理阴阳，调脏腑，从而减少冬季发病频率或彻底根治疾病，达到标本兼治的效果。

2011年“三伏天”日期表

Table with 3 columns: 初伏, 中伏, 末伏. Dates range from 7月14日 to 8月22日.

“冬病夏治”的关键是利用与顺应自然的夏季炎热气候，并用温热的中医方法治疗寒性“冬病”。“三伏天”以夏至后的“庚日”为纪，《说文》曰：“庚，西方强貌也”。西方在五行中属金，在五脏主肺，因此慢性支气管炎、支气管哮喘、过敏性鼻炎、慢性阻塞性肺病等呼吸系统疾病在夏季“三伏天”施治，效果最为理想。

为了顺应天时，中药穴位敷贴在初伏、中伏和末伏的第一天，施治效果最好。但是，我国地域辽阔，同一季节各地气候相差较大，入伏第一天并非都是天气炎热、阳气最充盛的，“冬病夏治”也并非只有在入伏的第一天才能取得最佳效果。所以，不要拘泥在“三伏天”的第一天开始治疗，提前或推后几天对疗效影响不大。错过了第一天，初伏内无论哪天贴敷，只要天气晴朗炎热，效果都好。只要在接下来的中伏、末伏对应的日子贴敷就行，最好是连续贴“三伏天”。

“三伏天”是一年中的阳中之阳，“午时”是一天中的阳中之阳，一天之中正午时分是最热的时候，一般应在上午11时之前在穴位上贴完药物。中午11~13时是“午时”，人体的皮肤腠理完全开泄，敷贴的药物也最容易由皮肤渗入体内，直达病处。实际应用不必苛求太细，伏天是一年中最热的时候，在这期间的每个时辰用药效果都不错。

因地制宜也值得重视，北方气温比南方气温低，主要是早晚温差大。在北方，贴敷期间室内温度和条件应该保持恒定和舒适，温度过低过高都会影响贴敷的疗效。南方的夏天气候非常炎热，贴敷的药物对皮肤有温热刺激作用，贴药的时间一定要把握好，还要注意天热出汗过多会影响药物的固定和疗效。一般要贴4~6个小时，如果贴敷部位疼痛或烧灼感难以忍受，可早一些揭掉，但是一定要贴过午时，如果没有什么特别的不适，可适当延长贴敷时间。同时也要注意，贴药时间过长，容易起水泡。

“冬病夏治”作为一种治疗手段，在整个夏季施治都行，一般从“夏至”到“秋分”都可以施治，并不是只限于“三伏天”。

“冬病夏治”是远期疗效，不会贴敷一次就见效，一定要有时间和次数的保证，不能急功近利，不会“药到病除”，不能因为没看到即时的治疗效果或者稍微见效就放弃治疗。初伏、中伏、末伏各1次为一个疗程，连贴3年（即三个疗程）是治疗获效的基本保证。另外，“冬病夏治”不能取代日常治疗，如果有病不及时治疗，一定要拖到夏季伏天再来治，只会延误病情。

四招对付老人夜间腿抽筋



不少老人有这样的体会，晚上睡觉时小腿肌肉突然出现腿抽筋，严重时疼痛难忍，甚至反复发作。一般年轻人在剧烈运动时偶尔发生腿抽筋，老年人为何夜间容易腿抽筋？三更半夜发生腿抽筋时，有什么办法可及时处理，解除痛苦？

夜间发生腿抽筋后，应立即即采取措施缓解肌肉痉挛，解除痛苦，常用的方法有四种：

一、反卧为坐，让抽筋的脚尽量伸直，勿让膝盖弯曲，并将抽筋的脚趾向抽筋的反方向扳起，坚持数分钟。如果身旁有家人帮忙，可让家人握住发生抽筋的前脚掌，向抽筋的反方向扳，患者则用力与之对抗，保证小腿处于伸展状态。

二、对痉挛的肌肉涂抹消炎止痛药膏，也可使用运动喷剂，随后对小腿肌肉进行揉搓和按摩，使肌肉痉挛得到缓解。

三、重点按压肢体的委中（在腠横纹中点，当股二头肌腱与半腱肌肌腱的中间）、足三里（位于外膝眼下4横指，胫骨边缘）、阳陵泉（在小腿外侧，当腓骨小头前下方凹陷处）、承山（在小腿后面正中，当伸直小腿或足跟上提时腓肠肌肌腹下出现尖角凹陷处）、昆仑（在外踝后方，当外踝尖与跟腱之间的凹陷处）、太溪（在足内侧，内踝后方，当内踝尖与跟腱之间的凹陷处）等穴位，以柔筋缓急、活血通络、解痉止痛。如果患者情绪十分紧张，可掐其上嘴唇的人中和拇指与食指虎口处的合谷，可使其情绪平静，也可有再缓解。

四、用热水袋或热毛巾热敷患肢腓肠肌（小腿后侧肌肉），改善局部血液循环，促进代谢产物排泄，热敷后也要注意小腿的保暖。（福影妍）

治疗顽固性呃逆两例

洛阳市 芦勐

呃逆是指胃气上逆动膈，气逆冲上，喉间呃呃连声，声短而频，不能自止为主要临床表现的病症。呃逆古称“哕”，又称“哕逆”。《内经》首先提出病位在胃，“胃为气逆为哕”。

呃逆一症，病情轻重差别极大，呃逆可偶然单独发生，亦可见于其他疾病的兼症，呈连续性或间歇性发作。其症有轻而易治，有不治自愈或按揉攒竹而止，或投丁香柿蒂汤、橘皮竹茹汤之类即愈。亦有久而难治，虽然经诸方杂疗，经日经年，仍不能止，治疗相当棘手。最近，笔者应用针灸、穴位贴敷、橘皮竹茹汤加减综合治疗2例顽固性呃逆，疗效满意。

针灸治疗：穴选天突、膻中、中脘、内关、足三里，取其理气和胃、降气平呃之用。穴位贴敷：吴茱萸10克，研细末，用醋调成膏状，敷于双侧涌泉上，胶布固定，可引气、火下行。同时，患者可服用橘皮竹茹汤加减，橘皮15克，竹茹15克，大枣10克，丁香12克，柿蒂12克，生姜6克，甘草10克，水煎服，每天1剂，一般3剂可见效。

叫味美辛片致消化道大出血死亡一例

濮阳市 张礼中 冯素伟

66岁的徐先生患类风湿性关节炎多年，多个关节变形、疼痛。因经济困难，他不愿意接受风湿、消炎止痛药物的高价治疗，只好用价格低廉的常用药——叫味美辛片（俗称消炎痛片）。徐先生开始服用叫味美辛片时，病情控制良好。服用时间长了，徐先生的胃部感觉不适，故加奥美拉唑胶囊20毫克，每天2次。接着，笔者还修改了医嘱，如果关节疼痛不明显，服用叫味美辛片50毫克，每天1次；如果关节疼痛明显，服用叫味美辛片50毫克，每天2次。徐先生连续服用叫味美辛片3年，突发大出血，因救治无效而死亡。

叫味美辛片为非甾体抗炎解热镇痛药物，具有明显的消炎、解热、镇痛作用，其作用可能与抑制前列腺素的合成有关。因不良反应明显，故临床上仅用于抗炎，不推荐单纯用于解热或镇痛，临床主要用于风湿性关节炎、类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、骨关节炎。其不良反应较多，常见的有头痛、眩晕、恶心、呕吐、腹痛、溃疡，有时亦引起胃出血及胃穿孔、皮疹、哮喘、血压下降及粒细胞减少，也可有再生障碍性贫血和过敏反应等。

遗失声明

孙韬，男，行政执法证(证件编号豫0—24—0031)不慎遗失，声明原件及复印件作废。

金匮肾气丸治喘证显奇效一例

范县 许自强

一位老年男子以活动后胸闷半年余为主诉就诊。半年前，他在新房粉刷漆期间突感胸闷、气短，并逐渐加重，离开现场后症状减轻，经在附近诊所治疗，症状缓解，但是遗留有轻度胸闷症状。后来，他在医院被诊断为：冠状动脉粥样硬化性心脏病、支气管哮喘、肺气肿。医院给予多种药物综合治疗，具体药物不详，效果欠佳。

1月后，他到笔者诊所咨

茯苓配生苡仁白花蛇舌草治痤疮

土茯苓利湿去热，能入络，搜湿热之蕴毒，专治杨梅毒疮。生苡苡仁甘淡渗利，寒可清热，上通肺中之热，祛痰排脓以清肃肺气；下利阳明之湿，消痈散结。白花蛇舌草性寒，归胃、大肠、小肠经，善清阳明经之毒邪，利湿排毒。

王某，男，26岁，2001年4月23日初诊。面部痤疮7年，每食辛辣刺激性食物而加重，频繁用中西药口服或外用，无明显疗效。望诊：颜面可见散在油脂丘疹，大小不等，有脓点，大的红肿疼痛，

挤则溢出脓性分泌物，小便短赤，大便秘结，舌质偏红，苔黄厚，脉弦数。证属阳明湿热，上壅头面。治宜清阳明湿热，解毒消肿。处方：土茯苓40克，生苡苡仁30克，白花蛇舌草30克，大黄15克，黄连12克，生地黄30克，升麻10克，牡丹皮10克，赤芍药15克，蒲公英50克。上方加减共服21剂，痤疮已愈。嘱其多食清淡食物、水果；忌食油腻、鱼虾、各种肉食。1年后随访，未复发。（魏文浩）

乳痈速消汤 清热解毒

组成：瓜蒌仁、牛蒡子（炒研）、天花粉、黄芩、栀子（生研）、连翘（去心）、皂刺、金银花、陈皮、青皮、柴胡、蒲公英、黄芪各15克，生石膏50克，甘草5克。

功效：清热解毒，散结消痈。用法：水煎服，每天1剂，2次分服。主治：乳痈（急性乳腺炎）。

方解：该方由《医宗金

（程宝书）

编辑信箱(医学专业类): bujunch123@126.com

肾小管功能异常易患低钾血症

本报记者 卜俊成

24岁的小唐在郑州市一家建筑工地干活，忙碌了一天，下午下班时，突然感到胳膊腿没劲，一小会儿的功夫，两腿竟不能活动。工友们迅速将小唐送到河南省人民医院救治。

在诊断的过程中，小唐告诉接诊的楚天舒副主任医师，前不久在干活时，他也曾出现过突然胳膊腿没劲的状况，但是很快就缓过来了。

经过相关检查，楚天舒诊断小唐患的是低钾血症，是由于肾小管功能异常引起的。

据楚天舒介绍，钾是人体生命的必需离子，其含量过高或过低都会使人体出现不适症状，严重时能危及生命。低钾血症多见于男性青壮年，往往在大量出汗、剧烈运动、外伤、酗酒等情况下排钾过多而发生，

肾小管功能异常时，会反复出现。另外，长期服用治疗糖尿病、高血压病等疾病的药物，也可引起低钾血症。

低钾血症患者可出现四肢软弱无力、恶心、呕吐、呼吸困难、心率失常等症状，严重时可能造成心脏骤停。患者在夏季高温天气发病时，有的患者还会伴有四肢出汗、血压下降等症状，但是症状不同于一般的中暑。

楚天舒说，一般的低钾血症，简单地补钾就能很快改善症状。反复出现低钾血症的患者，应引起重视，需要去医院详细检查肾脏的功能。低钾血症人群，平时饮食可以多吃一些含钾量高的食物，如玉米、大豆、香蕉、菠菜、芹菜等，也可以服用一些补钾口服液。

风油精使用三不宜



风油精主要由薄荷、桉叶油、丁香酚、樟脑、香油精组成，具有提神醒脑、解暑避邪、祛风镇痛、驱蚊止痒等功效，是夏日居家、旅行必备的良药，但在使用时要注意以下“三不宜”：

孕妇不宜：樟脑是风油精的主要成分之一，具有一定的毒副作用，樟脑进入人体后，正常人体内的葡萄糖磷酸脱氢酶会很快与之结合，使之变成无毒物质，然后随小便一起排出体外，所以它的毒副作用不会在常人身上显现。但是，孕妇体内的葡萄糖磷酸脱氢酶的含量降低，怀孕3个月内

若过多地使用风油精，樟脑就会通过胎盘屏障进入羊膜腔内作用于胎儿，影响胎儿生长发育，严重者可导致胎儿死亡。

婴幼儿不宜：婴幼儿体内也缺乏葡萄糖磷酸脱氢酶，樟脑可以透过新生儿娇嫩的皮肤和黏膜渗入血液，使红细胞溶解成胆红素，血液中的胆红素含量过高，引起新生儿黄疸，出现全身发黄、口唇青紫、棕色小便、不吸奶、哭声微弱、嗜睡等，甚至出现抽风、惊厥等脑细胞受损的症状，即使经过治疗也可使婴儿脑功能受损。

皮肤破损不宜：风油精刺激性较强，如果皮肤破损者，烧烫伤患者使用风油精，会引起剧烈疼痛，并且不利于创口愈合。而且，少数人对风油精过敏，涂擦后会出現皮疹痒痒，并形成色素沉着，影响美容，这类人群最好不要在面部使用风油精。（程怀孟）

你知道什么是转化症状吗？

新乡医学院第二附属医院 孙富根



在临床工作中经常遇到这样一组患者，常因眩晕、心慌胸闷、胸痛、胃部不适、腹泻等症状频繁奔波于综合医院门诊，躯体虽经方方面面的仪器检查却未找到病理基础，治疗无效的状况下才来到心理门诊。他们这些躯体表现即是所谓的转化症状。症状的产生与痛苦的社会和心理应激相关，个体常常通过躯体疾病来体现心理和社会冲突，无意识地将内心矛盾转化成躯体症状，将注意力从烦恼的情感冲突上转移到没有什么威胁的躯体问题上。

事实上，任何可以想象得到的症状都可能是转换性的，有时，一个转换症状就是一个暗示，即存在心理困境。例如，一个人胸痛可能象征他被亲爱的人拒绝而心情悲伤；一个人背痛则可能表示他的压力太大而难以承受。

个体对其他具有躯体症状的人的同化，也可以产生类似的转换症状，如一个人在父母、同胞或同事出现心脏病发作之后，他也可以出现胸痛等心脏病发作的症状。再如，当他的年龄和他因心脏病死亡的父亲的年龄比较接近时，他也可以出现胸痛等转换症状。

另外，转换症状可以既不是暗示，也不是对他同化的结果，而可能是对自己过去的躯体疾病再次体验。如一个人过去曾经有过骨折，现在可以出现骨骼疼痛的转换症状；如过去有过心绞痛的体验，那么现在也可以出现类似的转换症状（这种情况称为假性心绞痛）。

转化症状常见于抑郁、焦虑、癔症、躯体化障碍等精神疾病。症状通常程度较轻，易多变，没有严重的内源性精神疾病，在任何人身上都可以出现。临床医生往往难以作出诊断，患者常常要进行各种各样的检查，以排除躯体疾病的可能。

大多数转换症状及时得到精神科医生的保证和干预后很快消失。常见治疗方法有解释、催眠、心理暗示治疗，以及适当的物理治疗、药物治疗等。

海螺蛸治病验方

海螺蛸（乌贼骨）味咸、涩，性微温，归肝、肾经，能收敛止血、涩精止带、制酸敛疮，用于治疗吐血衄血、崩漏便血、遗精滑精、赤白带下、胃痛吞酸；外伤损伤出血、疮多脓汁等。笔者常用其治疗下列疾病，有特效。

小儿软骨病：海螺蛸10克，龟板12克，茜草根6克，水煎，加红糖服，每天2~3次。

下肢溃疡：海螺蛸50克，炉甘石30克，赤石脂60克，熟石膏90克，研细末，混均，外敷患处，每天2次。

哮喘：海螺蛸焙干研末，每次服5克，每天3次，用温开水送服。

慢性气管炎：海螺蛸15克，地龙10克，百部25克，白糖20克，共研细末，每次10克，每天3次，温开水送服。

胆结石：海螺蛸、柴胡、枳壳、浙贝母各10克，金钱草30克，郁金6克，甘草3克，水煎，每天1剂，分3次在饭后服。（张可堂）

肺结核咯血：海螺蛸10克，白及10克，藕节10克，仙鹤草10克，水煎去渣，加蜂蜜调服，每天3次。

赤白带下：海螺蛸15克，白芷5克，茜草炭10克，水煎服，每天1剂。

胃溃疡：鲜猪胆汁500毫升，醋250毫升，夏枯草50克（研细粉），松香2克。将胆汁与醋放锅内熬热，搅匀，待沸后加入夏枯草粉、松香，熬至浓缩成膏状，取出备用。

若淋巴结核未破溃，可直接敷患处，已破溃后可做膏药外贴，有消肿散结、活血化痰、生肌收口之效。

腮腺炎：鲜猪胆汁50克，大黄15克，黄连15克。将大黄、黄连研细粉后倒入猪胆汁，拌匀。湿疹无渗出者可上药拌匀成糊状后，均匀地涂于患处，每天1次；若有渗出，可将拌匀后的药面待其干燥后，直接撒于患处。一般每天1次，若湿疹严重，可每天2次。

急性传染性肝炎：将鲜猪胆汁

翻白草治病验方

翻白草为蔷薇科植物翻白草的带根全草，味甘、苦，性平。归肝、胃、大肠经，有清热解毒、止血消痈等功效，主治痢疾、疟疾、肺病、咳血、吐血、下血、崩漏、痢病、疮癤、瘰疬结核，为朝鲜族、侗族、纳西族、瑶族、苗族、土家族、彝族等民族常用药。现代研究表明，翻白草有抗炎、止泻、免疫抑制、抗病毒、抗氧化、降血糖、抗肿瘤等药理作用。现将翻白草治常见病的方法介绍如下：

肠炎、痢疾：翻白草450克，黄柏、秦皮各300克，水煎浓缩后干燥，研粉备用，每服1~2克，每天3次。

创伤：鲜翻白草全草洗净晒干，研粉，撒敷伤口，每天换药一次。

急性菌痢：鲜翻白草60克或干品30克，水煎，每天1剂；重症患者或中毒型菌痢，每天服2剂，分4次服。

胃火牙痛：翻白草10克，白芷12克，石膏15克，生地黄15克，牛膝10克，甘草3克，大黄6克，水煎服。

疥疮：翻白草、香灵草适量，水煎外洗。痔疾出血：翻白草、委陵菜、无花果、地榆、金银花各10克，水煎服。

风湿痛、赤白痢疾：翻白草100克，水煎服。崩漏：翻白草15克，土当归、白芍药、丹参、陈皮各10克，水煎服。（周杨晶）

烘干研末，根据病情轻重，每天服3~5克，每天3次，连用15天为一个疗程。

鼻炎：藿香20克，苍耳子12克，猪胆汁适量。藿香研为细末，用猪胆汁调拌成糊，苍耳子煎汤。饭后送服藿香糊，每次服10克，每天2次。

乳痈：取猪胆汁、红糖适量，兑水少许，共熬成膏，摊涂于药用纱布上，敷于患处。适用于乳房红肿未化脓者。

痔疮：鲜猪胆汁适量，白开水适量，两者倒入盆中搅匀，趁热熏洗患处，每天2次，每次20分钟左右。此法最宜外痔，一般一次即可解除疼痛。

中耳炎：鲜猪胆汁100克，晒干或烘干后加入白矾5克，桑枝10克（炒炭研细粉），共研细粉后吹入耳内，早晚各一次。（宋雨华）