

治哮喘

用吸入激素疗法

本报记者 卜俊成

据香港媒体报道,8月8日,正在北京拍戏的谢霆锋突然哮喘发作,因气管收缩狭窄而呼吸困难,最后只得买来制氧机救命。哮喘真的如此难以控制吗?河南省胸科医院呼吸内科一病区主任、主任医师汤兵祥表示,对哮喘患者来讲,只要定时定量有规律地采用吸入激素疗法,注重生活细节,哮喘是很容易被控制的。

与遗传和环境因素有关 汤兵祥说,哮喘的发病与遗传因素和环境因素关系密切。如果父母中的一方或双方患有哮喘,那么他们孩子患哮喘的概率比同龄普通人群大很多。在环境方面,花粉、粉尘、刺激性气体、病毒感染、药物等都可能引发哮喘。另外,精神压力过大、内分泌失调等个体健康状况不佳等都可以诱发哮喘患者发病。

谢霆锋自幼患有哮喘,在近期婚变问题的困扰、工作压力的增大、拍戏时使用的各种化妆品等因素的作用下,才导致突然发病。

可采用吸入激素疗法 据汤兵祥介绍,作为一种慢性反复发作的疾病,哮喘像高血压、冠心病一样不能根除,需要长期治疗控制病情。

目前,临床上较为理想的治疗手段是采取吸入激素疗法治疗。哮喘属于变态反应性炎症,规律地应用激素可以抑制此类炎症。

谈到激素,一些患者常常担心长期吸入激素是否会严重副作用。汤兵祥说,长期通过口服、静脉滴注等途径应用激素,激素会进入血液循环,这样必定会产生一些副作用,可能导致患者出现向心性肥胖、血糖升高、骨质疏松等疾病。但是通过吸入激素疗法,药物通过气管而直接作用于气道,进入血液循环的药物剂量极小。另外,与口服给药相比,吸入激素疗法所需的激素剂量要小得多。

因此,长期吸入激素治疗哮喘不会对患者造成全身性的副作用。

规律用药才可控制病情 汤兵祥说,临床上常见一些患者采用吸入激素疗法治疗几周后,症状得到了有效控制,就自己停药或减少激素剂量,这样很容易导致哮喘复发。最安全的办法,就是遵照医嘱用药、定期复查、严格按照哮喘诊疗指南调整药物种类和剂量治疗。

另外,哮喘患者如果合并有病毒感染,可以加用抗病毒药物治疗。一般在没有病毒感染的情况下,使用激素治疗即可。



风湿病患者药膳

防风薏仁粥 防风 15 克,薏苡仁 60 克,糯米 250 克,白糖适量,一起加水煮粥服用。此粥具有散风除湿之功效,防风、薏苡仁相合湿而不燥,性味平和,是治疗风湿痹痛之佳膳,适用于关节串痛、重着麻木之风痹湿证者。

五加皮露 五加皮 50 克,糯米 500 克,将五加皮洗净,加水适量泡透,煎煮 30 分钟,取药液 300 毫升,共取两次,再将煎液与糯米同煮,做成糯米饭,发酵成酒酿,每天适量佐餐食用。此饮具有祛风除湿、温经通脉的作用,适用于风痹身痛、骨节酸痛、筋骨不利者。

葱苡仁丝瓜粥 葱苡仁 150 克,薄荷 15 克,豇豆 50 克,丝瓜 100 克(切),洗净入锅,加水 1500 毫升,煮沸后用文火煮 10 分钟,滤汁去渣,食用时加盐或糖均可,空腹服用。此粥具有清热利湿、解表祛风、凉血通络的功能,适用于风湿热痹见关节红肿疼痛者。

木瓜汤 木瓜 4 个,白沙蜜 1 千克。先将木瓜蒸熟去皮,研烂如泥,另将白沙蜜洗净,将二者调和均匀,放入洁净瓷器中备用,每天晨起空腹用沸水冲调 1~2 汤勺。此汤具有通痹止痛的作用,常用于湿热痹阻经脉所致的筋脉、肌肉痹痛。

(郑安)

美国研究人员测试 30 种鱼后发现

三文鱼最护心

人们常说吃鱼有益心脏健康,然而,《美国糖尿病协会杂志》最新刊登的一项研究发现,并非每种鱼都有护心作用。

研究人员测试了 30 种鱼,研究其健康效用。结果发现,罗非鱼所含欧米伽 6 脂肪酸和有益心脏的欧米伽 3 脂肪酸的比例是 11:1。鲑鱼和鳕鱼的情况也与罗非鱼差不多。其原因可能是棉籽和大豆等鱼饲料中含有较多的欧米伽 6 脂肪酸。

新研究负责人弗洛伊德·奇尔顿博士表示,欧米伽 6 脂肪酸和欧米伽 3 脂肪酸的比例最好是 1:1。如果前者太高就容易导致炎症及心脏病危险增加。正因为如此,美国心脏协会才建议群众多摄入欧米伽 3 脂肪酸。基于此,三文鱼(尤其是野生三文鱼)是护心最佳选择。专家同时表示,不要因为这项研究就不再吃罗非鱼,毕竟罗非鱼是优质蛋白的良好来源,比其他含有大量饱和脂肪的肉食好。

(赵艳)



五心烦热的防治

在临床上,笔者经常见到中老年人主诉两手心、两脚心以及心窝处发烫、发热,热得让人烦躁不安,似乎浸在冷水里才觉得舒服,但是体温却正常。中医学将这种情况称为五心烦热,多见于中老年人,尤其是中老年妇女以及久病体虚的老年人。因为引起五心烦热的病因不同,所以一旦出现五心烦热,一定要先辨清自己属于哪种五心烦热,然后辨证施治,才能达到较好的治疗效果。

阴虚型

五心烦热且午后热甚,常欲手握冷物,睡觉时手脚喜伸在被外,骨蒸潮热,颧红盗汗,口燥咽干,舌红少苔等。阴虚型五心烦热是最常见的一种类型,一般多见于肺、肝、肾阴虚者。其中肺阴虚引起的五心烦热,除了以上症状外,伴有鼻鸣音、干咳气短、痰少且痰中常有血丝;肝阴虚引起的五心烦热,伴有失眠、易疲乏、眼睛干涩等;肾阴虚引起的五心烦热,伴有耳鸣、腰酸腿软等。

阴虚心烦热治疗宜滋补肝肾,给予滋阴汤,知母 20 克,黄柏 12 克,生地 40 克,牡丹皮 15 克,泽泻 15 克,山萸肉 20 克,山药 15 克,茯苓 15 克,沙参 15 克,麦冬 15 克,玄参 15 克,玉竹 15 克,五味子 12 克,石斛 12 克,龟甲 10 克,鳖甲 20 克,甘草 6 克,水煎服。中成药可选知柏地黄丸、杞菊地黄丸口服。

火郁型

五心烦热,胸闷,口臭,牙龈出血,四肢倦怠,小便黄,大便干,舌红苔黄等。多因饮食不节,致胃阳被郁,不得泄越,发为五心烦热。

治疗宜清泄肝胆,脾胃,给予解郁泄热汤,柴胡 15 克,郁金 12 克,龙胆草 12 克,黄芩 15 克,生地 20 克,牡丹皮 15 克,玄参 15 克,香附 15 克,川楝

子 15 克,石膏 20 克,黄连 10 克,葛根 15 克,蒲公英 20 克,连翘 20 克,甘草 6 克,水煎服。中成药可选泻肝丸、清胃丸口服。

血虚型

午后自觉五心烦热,稍微劳累就会加重,伴有神疲身倦、食少懒言、心悸、头晕目眩、面色苍白等症状。一般与肝脾亏虚、气血不足有关。脾为后天之本,气血生化之源,脾统摄全身血液。肝为藏血之脏,调节全身血液供应量。肝脾受损,生血、统血、藏血失职,遂至血虚,血虚不能制阳,导致五心烦热。

治疗宜健脾益气、养肝补血,给予生血汤,党参 30 克,白术 15 克,茯苓 15 克,当归 15 克,熟地黄 30 克,白芍药 20 克,丹参 20 克,黄精 15 克,枸杞子 20 克,山茱萸 20 克,龟甲 20 克,鳖甲 15 克,鹿角胶 10 克,甘草 6 克,水煎服。中成药可选益髓丸、固元丸口服。(曹元成)

运用艾灸治颈椎病

淇县 牛风景 牛兰

颈椎病多由颈部肌肉劳损,或感受风寒湿邪,导致颈部气血失调,经络不通所致。笔者运用艾灸中的雀啄法治疗颈椎病,取得了较好的疗效。

具体方法:选取风府、风池、大椎、颈夹脊等穴位,将点燃的艾条

像鸟雀啄食一样对准所选穴位,活动施灸。一个穴位雀啄样施灸 100 下,每天 1 次,15 天为一疗程。

此疗法适用于颈项强直,颈部活动不利,晨起或阴雨天病情加重,怕风惧寒,苔薄白,脉浮弱的患者。舌质红,少苔,脉细数者应慎用。

治急性淋巴细胞白血病发热验方

濮阳市 张礼中

30 岁的路女士患有急性淋巴细胞白血病,一直发热,平均体温超过 38 摄氏度,近日来笔者诊所诊治。

经检查,患者面色苍白,语言无力,精神差,眩晕心悸,易汗出,动则气喘,需人搀扶方能行走,身体消瘦,大便干,无咳嗽,舌淡白,二边有齿痕,脉细数无力。

处方:生黄芪 60 克,当归 20 克,川芎 10 克,熟地黄 50 克,生地 50 克,何首乌 30 克,玄参 30

克,砂仁 10 克,白芍药 30 克,柴胡 10 克,党参 30 克,白术 30 克,茯苓 10 克,炙甘草 10 克,生龙骨 50 克,生牡蛎 50 克,山茱萸 50 克。5 剂,每天 1 剂,水煎服。服用第一剂时,患者出现干咳、嗜睡症状,遂嘱咐患者将 1 剂药作为 2 天服用。2 剂时,患者有干呕症状,上述处方加广陈皮 10 克、法半夏 30 克,再服 5 剂。电话随访至今,患者未见发热,大便正常,精神尚可。

编辑信箱(医学专业类):bujunch123@126.com

眼药水 老少不可混用

山东中医药学校 王海亭

近日天气炎热,老王感到眼部不适,便滴了几滴孙子用的眼药水,结果诱发急性青光眼,后悔不已。

专家提醒,老人误滴这类眼药水,一般 1 个小时开始出现视物不清、眼睛胀痛,躺下休息后症状不仅不会缓解,反而加重,接着出现了剧烈眼痛、畏光、流泪、头痛、恶心、呕吐等症状。

不少老人误认为,孩子用了能缓解眼疲劳,一定是眼营养药,自己点一点儿也能缓解眼疲劳。其实,孩子所用的所谓抗眼疲劳药物是防治青少年假性近视的散瞳药,患有青光眼眼的老人,一般用眼轴短、角膜小、晶体膨胀、前房浅病变,如果再误滴

了这类眼药水,会导致患者瞳孔扩大、虹膜退向周边,厚度增加,前房角变狭或阻塞,可能造成房水排出困难,导致急性眼压增高。另外,由于扩大了瞳孔,虹膜紧贴于晶状体上,易发生瞳孔阻滞,后房的房水进入前房受阻,并把虹膜根部向前顶,前房角更狭窄,也诱使眼压进一步增高,而发生急性闭角型青光眼。

此外,老人特殊的生理特点使得老年眼病在用药方面更需谨慎。

一、老人代谢排泄功能减退,个体差异较大,用药时较小的剂量也可能出现中毒反应。因此,应从小剂量开始用药,不可一开始就用成人常用量。

二、某些老年眼病患者,常是几种

眼病共存,此时不可采用多种药物同时用,企图将多种疾病“一网打尽”的方法。只能先治疗急病和重病,尽量减少用药种类,以避免某些药物间的拮抗作用。

三、部分眼病患者常伴发其他脏器的疾病,用药时应考虑对伴发疾病是否有害。如青光眼患者选用瞳吗心安眼液滴眼时,应询问是否患有支气管哮喘或心脏病。

四、老人的自我表达能力和反应能力均减退,有些疾病很难一时明确诊断,因此不可根据表面现象匆匆作出结论而错误用药,否则不但对治疗无效,增加患者的精神负担,而且可能因药物的副作用而导致严重后果。

五、对一些老年慢性眼病和变性退化性眼病,无论如何用药,也不能达到治愈的目的。因此,药物不能久用不息。

妇科千金片这样服用

河南省中医院 李尤佳

妇科千金片是一种治疗妇科炎症的常用药,有不少患者自行到药店购买,但是怎样服用才科学呢?笔者咨询了河南省中医院妇科主任、主任医师胡晓华。

胡晓华说,妇科千金片是一种中成药,功效是清热除湿、益气化瘀,主要用于带下病,也就是常说的慢性盆腔炎、宫颈炎、子宫内膜炎等妇科炎症,常常表现为白带量多、色黄质稠、小腹疼痛、腰酸酸痛、神疲乏力等。妇科千金片主要由千斤拔、单面针、鸡血藤、当归、党参、穿心莲等药物组成。千斤拔、单面针、当归、穿心莲可清热凉血、解毒除湿;当归养血活血;党参益气健脾。

但是,如果有以下两种症状,不宜服用妇科千金片。一是有肾虚血瘀,症状包括小便多、大便稀、腰酸酸痛(劳累后加重),伴有腹痛;二是寒湿凝滞,症状包括小腹凉痛、畏寒怕冷。

另外,在服用妇科千金片时,忌食辛辣、生冷、油腻食物。感冒者不宜服用;带下清稀、无臭者不宜选用;患有其他疾病者应在医师指导下服用;孕妇忌用。

胡晓华提醒,妇科千金片在临床上比较常用,疗效是肯定的,但是为了达到较好的临床疗效,患者最好请医生根据病情辨证施治。

老药新用防褥疮

夏日炎炎,闷热难耐,这样的气候对那些长年卧病在床的患者而言,可谓痛苦不堪。不少患者由于长时间卧床,加之高温湿热,生褥疮也就成了司空见惯的事情。以下一些传统药物,在治疗褥疮时往往能收到意想不

到的效果,患者不妨一试。

皮康霜:对于 1 度褥疮,可以在红斑处外搽,每天 3 次;对于 2 度褥疮,3 度褥疮,可以在消毒后抽去疱液,待结痂后再搽,每天 3 次。

消炎止血散:取消炎止血散 2-5

浮小麦治盗汗

浮小麦为禾本科植物小麦干燥的果实水淘浮起者,味甘、咸,性凉,具有益气养心、除热止汗之功效,常用于治疗盗汗。

产后盗汗:浮小麦 15-30 克,黄芪 10-15 克,红枣 10 枚,煅牡蛎 20 克。水煎服,每天 1 剂。

体虚盗汗:浮小麦 20 克,红

枣、乌梅肉各 15 克,水煎服,每天 1 剂。

热病后盗汗:浮小麦、玉米芯各 30 克,煎汤代茶饮。汗多者服用 3 剂即可。

肺结核盗汗:浮小麦、百部各 15 克,百合 30 克,水煎服,每天 1 剂。(郭旭光)

巧用芦荟疗外伤

芦荟是常用的一味中药,现代药理研究表明,芦荟具有抗菌、促进伤口愈合的作用,可用于刀伤、擦伤、烧烫伤等外伤的治疗。我国部分地区把芦荟称作“烫伤草”,当受到意外的割伤、烧伤、烫伤时,立即用芦荟鲜叶治疗,可以起止痛、消炎、修复伤口、不留瘢痕的良好效果。下面介绍几个芦荟疗外伤小验方。

新鲜芦荟叶 1 片(可根据伤面大小酌量加宽),以冷开水洗净,挤出涂伤面,每天 2-3 次。芦荟汁具有泻火、凉血、止痛的功效,适

用于烧烫伤。

芦荟 50 克,研成细粉,装瓶备用。取芦荟粉少许,撒于伤口处,适用于外伤出血。

芦荟叶适量,用热水消毒,洗净,切开,用分泌液涂于伤处。适用于刀伤、擦伤。轻者数次可止血、止痛;重者先洗净伤口,再涂以芦荟胶状物,用消毒纱布、绷带包扎固定。当胶状物干后再滴入芦荟汁。约 7-10 天即可愈合。

鲜芦荟叶适量,捣烂敷于患处,适用于蜜蜂蛰伤。(佳俊)

遗失声明

荆志红 护士资格证书【证号】(2009)510 号 09152603 不慎丢失,声明原件及复印件无效。

主办单位:全国骨病学术委员会 时间地点:2011年9月2-4日(9月2日报到)河南郑州市 详情咨询:王主任 13803897135 13849170979 www.aggbxh.org

肩腰腿痛整脊特色新技术学习班

学习内容:多位著名专家现场讲解针刀、整脊、推拿、按摩疗法

参会对象:各医疗机构疼痛科、康复理疗科、推拿按摩科及相关人员

诚聘

内儿、妇产、放射、骨外、针推、康复科(对骨质增生、颈肩腰腿痛有专长)医师、编辑及市场营销人员(懂药品销售、计算机、经济类)若干名;另招驾驶员 2 名(30 岁以内,真诚实干,懂木匠者优先)。

温州联系电话:15888771188 15888772288

国际最新发明自动椎板血流变

主营:LB-2A 自动椎板血流变,厂家批发; 兼营:自动生化分析仪,细胞分析仪,离心机,电解质分析仪,微量元素仪,化学发光免疫分析仪,PCR 基因扩增仪、酶标仪、洗板机等检验设备。河南售后服务中心: 地址:郑州建设西路 11 号鑫苑国际广场东塔 A 座 1 号楼 18 楼 1801 电话:(0371)66628126 手机:18637157188 张经理

诚招门诊加盟

投资小 收益高 短、平、快 打造乡村医生快速致富最大平台

郑州康生物技术有限公司是一家集生物新技术研发、特色特效产品推广、新技术、特色产品推广为一体的单位,公司立足于发掘祖国传统中医药,致力于开发适合广大基层医院、门诊、乡村诊所的系列专科产品,公司现有以下特色专科产品: (1)气管炎哮喘专科:运用三大系列中药(标本兼治),从根本上治愈气管炎哮喘。 (2)糖尿病专科:独家秘方,最新一代降糖产品,降糖效果明显,5-7 天血糖明显下降,一个疗程血糖达到稳定,无需控制饮食。 (3)咽炎专科:咽喉速康丸,疏肝理气,对慢性咽炎、声音嘶哑有特殊疗效,有过一瓶药而治愈 20 年咽炎的奇迹。 (4)胃病专科:胃泰胶囊,纯中药,无毒副作用,对溃疡病有很好的保护及较快的愈合作用,是根治胃炎、胃溃疡、肠胃功能失调的理想产品。 (5)骨病专科:以传统祛风药、传统散剂 + 新型口服药,内服+外用,轻松治愈骨病。 (6)高血压专科:新一代中药降压产品,绿色平稳降压,服药当天降压,7 天稳压,30 天血压达到正常,每天服用

一次,服用方便。 (7)牛皮癣专科:内服+外用,不含激素依赖性成分,无毒副作用,轻度患者 1 个月治愈(重症两到 3 个月),治愈后注意饮食,不戒口一生不复发,至少 10 年不复发。 (8)股骨头坏死专科:内服+外用,治疗股骨头无菌缺血性坏死疗效满意,安全、起效快,携带方便,服用方便;且剂量小,副作用小,患者经济负担轻。 (9)面瘫系列:起效快,治愈率高,不留后遗症。可向患者承诺:①患病 7-15 天,一个疗程治愈。②患病 15-30 天,2 个疗程治愈。③患病 30-90 天,3-5 个疗程治愈。以上产品全部为纯中药产品,国家正规批准文号,疗效好,价格低。 所有专科产品面向全国空白区域诚招加盟代理,提供区域城市保护,签订独家空白合同。 咨询电话:(0393)8081879 全国免费电话:400-0393-021 短信:13839277005 13883939991 网址:www.hnzks.com QQ:242649234