

# 大量出汗须辨证应对

中医认为,正常出汗,可以调节体温,排除体内的废物,调节人体阴阳的平衡;但当人体阴阳失衡、脏腑功能失调时,则会出现异常的出汗。所以,中医常常根据出汗的时间、部位、多少和特点来判断身体的状况。

一般来说,糖尿病、甲亢、高血压、充血性心衰、偏瘫脊柱外伤、肿瘤、结核等疾病,都会导致异常出汗并伴随明显的相应症状。在这种情况下,必须及时控制病情,而后多汗情况就能减轻。当然,更多的情况是没有明显疾病症状的异常出汗。

**白天出汗** 无论冬夏,在白天不活动或轻微活动的情况下常汗出不止。这些人常有身体虚弱、说话语音较低、食欲差等特点,中医认为是气虚的表现。这类人可选择食用山药、豆浆、羊羊肉等;也可食用党参或黄芪炖鸡或鹿茸,以补益机体,缓解气虚;还可通过动作舒缓、动静结合的运动增强体质,如练习太极拳、八段锦等。

**晚上出汗** 睡着出汗,醒来汗止,中医称为“盗汗”。这些人常有手脚心热、心烦、面部发红发热、口咽干燥等特点,中医认为是阴虚的表现。这类人可选择服用百合、雪梨等滋阴之品,少吃羊肉、洋葱、葱、姜、蒜等热性食物;也可用沙参、麦冬、五味子或西洋参等泡水饮用。

**头汗过多** 若暴饮暴食后出现面部多汗,同时觉得上腹胀满、口渴、不想吃饭,多为积食。这类人可通过减少进食量、吃清淡饮食缓解,也可吃助消化药;若伴随肢体沉重无力、胃胀不适,想呕吐,身体发热,舌苔厚而黄腻,是脾胃有湿热的表现,则应注意清淡饮食。此外,老人和产后身体虚弱的女性,也会有头汗过多的情况,多属于气虚。

**手足心多汗** 如果手足心多汗伴有手脚心热、口咽干燥等,多属于阴虚有热;若手足心多汗伴随腹部胀满疼痛,大便不通,多属于肠道内有积聚的热证,可服用通便药;若手足心多汗

伴随口干、牙龈肿痛等,多属于胃热,可服用清胃热的中药,如牛黄清胃丸、清胃黄连丸等。

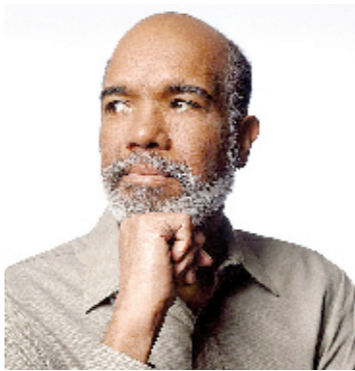
**心窝、胸口多汗** 多见于一些脑力工作者。这些人常伴有精神倦怠、食欲不振、睡眠差、多梦等症状,属于思虑过度导致的心脾两虚,可通过适当的运动,如慢跑、太极拳、八段锦等,缓解压力,调节身心。

**汗液有明显腥臭味** 如果汗味腥臭,多与热证或湿证有关,属肝热。这种情况可通过清淡饮食或用中药菊花、茵陈等泡水饮用。若汗味腥臭明显,应找大夫诊治。

除上述情况,还有一些出汗表现,如汗液颜色的改变,有黄汗、红汗、黑汗等,这种情况需由医生综合判断后诊治。如果重病的人突然大汗淋漓、四肢厥冷、呼吸微弱或呼吸急促等,则预示病情凶险。总之,一旦异常出汗的情况严重或伴随其他严重症状,应及时就诊。

(蒋宏)

# 血糖控制不好易感染结核病



糖尿病可增加结核病患病风险2.2倍。同时,糖尿病可使本已治愈的肺结核病复发风险增加3.98倍。调查显示,目前我国糖尿病患者中合并糖尿病的患者比例达到15%~20%。日前,在中华医学学会结核病分会召开的2011年学术会议上,中华医学学会结核病分会主任委员肖和平教授指出,糖尿病合并结核病是临床较为常见的合并症,其突出的特点是感染结核分枝杆菌的风险增加,干扰结核病的治疗,增加结核病的防控难度。

肖和平说,糖尿病是结核病的发病诱因之一已被医学界认可。我国糖尿病患病率近年呈明显上升趋势,估算我国现有糖尿病患者9240万名,居全球第一位。两病相互影响,使结核病合并糖尿病的控制更加困难,严重影响了我国的结核病控制进程。

因此,肖和平教授建议糖尿病患者应积极预防结核病,做到以下3个方面:一、对结核菌素试验阴性的糖尿病患者,宜进行卡介苗接种,以预防结核病的发生。

二、糖尿病患者应避免与开放性肺结核患者接触,以防止被传染。

三、糖尿病患者应定期做身体及胸部X线检查,以便早期发现肺结核。

(朱永基)

### 链接:

为了给全球耐药结核病患者一个最佳的治疗和检查方案,“耐药结核病合作”第三阶段计划明年实施。项目将围绕医生的培训、普及耐药结核病二线用药的供应,以及疾病预防知识开展。

### 疾病防治

人中穴是人体的重要穴位,平掐或针刺该穴位,可用于救治中风、中暑、中毒、过敏以及手术麻醉过程中出现的昏迷、呼吸停止、血压下降、休克等。

人中穴位于人体鼻唇沟的中点,是一个重要的急救穴位。平掐或针刺该穴位,可用于救治中风、中暑、中毒、过敏以及手术麻醉过程中出现的昏迷、呼吸停止、血压下降、休克等。刺激人中穴为何有急救作用?这是因为节律性、连续弱性或强刺激性刺激人中,能使动脉血压升高,而在危急情况下,升高血压可以保证机体各个重要脏器的血液供应,

## “人中穴”的急救作用

维持生命活力。刺激人中穴,还可影响人的呼吸活动,如连续刺激人中,可引起呼气持续性抑制,适当地给予节律性刺激,则有利于节律性呼吸活动的运行。

然而,人中穴对呼吸的影响并非都是有利的,如连续刺激引起呼吸兴奋或抑制,均可以导致呼吸活动暂停。所以,在实际应用中要注意刺激手法的应用。经研究表明,适当地节律性刺激最为合适。在实际操作中用拇指尖掐或针刺人中穴,以每分钟按压或捻针20~40次,每次连续0.5~1秒为佳。

(韩晶)



### 急救常识

## 腹痛的辨证治疗

中医认为人体背部为阳,腹部为阴,腹痛属寒证者较多,据部位可分为脐腹痛、少腹痛、小腹痛3种。

**脐腹痛**者宜散寒和中,宜使用乌药、厚朴、藿香、木香、枳壳、陈皮、香附、泽泻等药材。寒重者加用肉桂,也可使用小茴香、木香、乌药、高良姜、青皮、槟榔等。

**少腹痛**宜疏肝理气,宜使用金铃子、延胡索、青皮、荔枝核等药材。若属肝寒气滞作痛,宜使用桂枝、白芍、细辛、当归、通草、红枣等;痛连睾丸者,必须防范疝气,应使用散寒理气兼有软坚作用的药材,如延胡索、木香、橘核、金铃子、厚朴、枳实、肉桂、海带、桃仁、海藻、昆布、木通等。

**小腹痛**多为为月经痛,属于气滞寒阻、瘀血内结者,宜使用牛膝、茯苓、延胡索、当归、香附、青皮、川芎、山楂、乳香、没药、蒲黄、肉桂等药材;若属于气血两亏不能固摄,宜使用熟地黄、白芍、当归、甘草、黄芪、川芎、阿胶、艾叶、党参等,也可加龙骨、牡蛎、升麻等药材以固涩升提。

(曹淑芬)

## 针灸治面瘫

中医认为面瘫多为正气不足,脉络空虚,卫外不固,风邪乘虚入中面部经络,致气血痹阻,筋脉功能失调,肌肉失于约束,以突发面部麻木、口眼歪斜为主要表现。针灸治疗该病,疗效突出。

**初期风邪客络:**治宜祛风通络,疏通筋脉。取穴:翳风、攒竹、鱼腰、阳白、四白、颊车、地仓、合谷。风寒者加风池,风热者加曲池。诸穴均用平补平泻法,每日一次,每次留针20~30分钟。

**中期气滞血瘀:**治宜活血化瘀通络。在初期的基础上加气海、足三里。此期配合电针,气海、足三里用补法,余穴均用平补平泻法。

**后期虚中夹实:**重在养血通络。在初期的基础上加三阴交、血海、足三里。此期亦配合电针,三阴交、血海、足三里用补法,余穴均用平补平泻法。

中、后期可在患侧面部和额部行闪罐法,三期均可配合按摩治疗。治疗过程中应注意面部的穴位手法不宜过重,针刺不宜过深。面瘫急性期即一周之内,针灸均不宜使用。属风热者不宜用灸法。

(黄昭晴)

# 孕妇用药须谨慎

孕妇服药不当,往往会影响身体健康,甚至引起流产。有些药物还可通过胎盘影响胎儿的生长发育。因此,为了母子健康,孕妇绝不能随便滥用药物。

古代医家对此早就十分重视,而且专门编写了“妊娠用药歌诀”,列举了数十种妊娠忌用的药物,分为禁用和慎用两类,并特别强调说:“此系妇人胎前忌,常须记在心胸。”

毒性很强的药物,如斑蝥、大戟、巴豆、牵牛、商陆、乌头、皂角、天南星等,均应禁忌,以免危害母子安全。

泻下药物,如芒硝、大黄、番泻叶,或药性猛烈的药物,如水蛭、虻虫、麝香、常山等,也应禁忌。因为这些药物大多可作用于子宫及盆腔充血,并增强子宫收缩,易引起流产。

通经去瘀的桃仁、红花、茜草,行气破滞的枳实,大辛大热的附子、干姜、肉桂、半夏,以及具有滑利作用的瞿麦、木通、通草等等,均应慎用。此外,牛膝、延胡索、牡丹皮、赭石、薏苡仁、牛黄等药,也宜慎用。

孕妇用药不当,还可能引起胎儿畸形,最典型的就是1956年发生的“海豹胎事件”。当时的药商热衷销售一种防止孕妇呕吐的药物,名叫“反应停”,谁知吃过这种药物的孕妇,却生出四肢残缺像海豹一样的怪胎。医学界为之震动,从此更加重视药物致畸的研究。

可能致畸的药物包括以下几类:抗生素中的四环素、土霉素、强力霉素;镇静药,如利眠宁、安定、氯丙嗪、苯巴比妥;抗过敏药,如扑尔敏、安其敏、苯海拉明;激素药,如可的松、强的松;性激素药,如乙烯雌酚、孕丸酮;抗糖尿病药,如甲糖宁、胰岛素;抗疟药,如奎宁、氯喹、乙胺嘧啶;化疗药,如氮芥、环磷酰胺、氟尿嘧啶等。中药中的巴豆、牵牛、蜈蚣、斑蝥,也可导致胎儿的多种畸形。

有些药物,虽然既不会引起流产,也不会致畸,但却不利于胎儿,也应避免使用。以解热镇痛药为例,非那西丁可损害胎儿肾脏,阿司匹林可引起出血性疾病。需要指出的是,有些中成药,实际上包含一些解热镇痛的西药,不慎服用,也会造成危害。

(马有度)

## 无痛皮试的尝试

温县 王道永



但不明显,还容易延误病情。有些疾病不用抗生素不行,用抗生素患者又怕痛。注射青霉素时用苯甲醇注射液稀释无痛,那我何不用苯甲醇注射液做皮试呢?有一天,我大着胆子按要求的配制法加上2毫升苯甲醇注射液,试上针后问患者痛不痛,患者说不痛。从此以后,凡是用要做皮试的试剂时,我都按剂量配制法,配比比上2毫升的苯甲醇注射液,以减轻患者的痛苦。

但由于苯甲醇注射液可引起臂肌挛缩症,被上级卫生部门通知停用。此后,0.2%盐酸利多卡因注射液成为了青霉素的溶媒,以减轻注射部位的痛苦。我尝试着用用了,与苯甲醇注射液没有根本区别,患者也无痛苦。笔者一直沿用至今,从未发生任何毒副作用。

## 湿热天气

# 家中储备药品有讲究

本报记者 李季

鱼肝油胶囊黏成一团,清澈的眼药水里出现“棉絮”……在气温高、湿度大的季节,很多药品都会出现异状。居民家中如果备有常用药,此时一定要注意选择正确的储存方法。

开封市某药店负责人告诉记者,此时家庭储存药品要注意防高温和湿气,否则会加速药品变质,不仅起不到治疗作用,甚至会造成中毒。家庭储存药品一定要放在低温阴凉处;一些中药材易发霉、虫蛀,在装瓶前应充分烘干或晒干,装瓶后密封阴凉存放,并留意观察;有些药物遇热极易挥发,如各种酏剂、医用酒精等,要特别注意密封保存。

执业药师李明说,对片剂和胶囊,打开包装后,可将所附的干燥剂置于原包装瓶内,防止药物吸潮,且最好存放于避光玻璃瓶,如棕色瓶中,不同药品一定要分开盛放;散剂、颗粒剂开封后不能长久保留,遇到潮湿天气必须扎紧袋口,注意防潮;对于液体制剂,如止咳糖浆、抗过敏糖浆、解



热镇痛溶液或感冒糖浆,开瓶后一般不需要放在冰箱内,只要在室温下保存即可,因为大部分液体制剂在过低的温度下可能会降低药物的溶解度,糖浆中的糖分也容易因温度的下降而结晶,导致药物浓度与原先标注的不符;外用的乳膏保存温度过低可引起基质分层,影响软膏的均匀性与药效,也需室温存放。内服药和外用药须分类存放,用后盖紧瓶盖,以防药物氧化变质失效。

## 来自北京医疗队、国家食管癌“早诊早治”基地的系列报道(十八)

# 生活习惯与癌症的关系

□李太平

据有关资料表明,大量饮酒可诱发多种癌症,主要有乳腺癌、口腔癌、食管癌、肝癌和膀胱癌等。酒精致癌的机理可能是由于它可改变细胞膜的通透性,或者作为致癌物的一种溶剂,从而使致癌物进入细胞的数量增加。故酒精是一种促癌物质,而不是致癌物质。酒精还可刺激脑垂体的分泌,加快细胞分裂速度,使癌细胞分裂加快,增强癌的易感性。

肝脏是一个巨大的解毒器官。酒精经肝脏解毒后变成无毒物质被排泄掉,但是肝脏在大量酒精作用下,其自身的功能也会遭受损害,久而久之,则会发生酒精中毒性肝炎,进而形成肝硬化,甚至诱发肝癌。

美国全国癌症研究所和哈佛大学公共卫生研究院,最近对酒精和乳腺癌的关系进行了研究。他们对近10万名妇女进行了调查,结果发现每周饮用3次或3次以上含酒精饮料的妇女,乳腺癌发病率比不饮含酒精饮料的妇女高30%~100%;而每周饮用3次以下含酒精饮料的妇女乳腺癌发病率没有明显增高。所谓酒精饮料,指的是150毫升果汁酒、350毫升啤酒或30毫升烈性酒。调查还发现,在经常饮用酒精饮料的妇女中,年龄在50岁以上,身体肥胖、从未生育以及家族中有乳腺癌史的人,最易患乳腺癌。

此外,如果一个人既吸烟又饮酒,因为两者的毒性有协同作用,所以患癌症的危险性将成倍增加。有人调查发现,每天吸烟超过20支和中等度饮酒者同等饮酒和每天吸烟少于10支者,患食管癌的可能性要大5倍。既大量吸烟又大量饮酒者危险性则增加40余倍。

上述资料说明,大量吸烟又大量饮酒的人,属癌症的高危人群,是防癌的重点对象。少量饮酒,一般认为是有益于健康的,但对于癌症患者而言,还是戒烟戒酒为好。

为方便患者就医,现将医院各科室通讯方式公示,接受患者咨询及监督。

- 胸外科一病区:** (0372)6093040 负责人:吕荣增 13700725119
- 胸外科二病区:** (0372)6093050 负责人:常福顺 13608620221
- 胸外科三病区:** (0372)6093060 负责人:中学昌 13700720156
- 普外科:** (0372)6093030 负责人:陈如吉 13937265295
- 内科一病区:** (0372)6093210 负责人:付方现 13700718335
- 内科二病区:** (0372)6093220 负责人:刘俊叶 13619831848
- 放疗科一病区:** (0372)6093070 负责人:李云书 13700713198
- 放疗科二病区:** (0372)6093080 负责人:马用法 13700725129
- 放疗科三病区:** (0372)6093090 负责人:蔡兴记 13700725633
- 放疗科四病区:** (0372)6093100 负责人:郭俊吉 13937265059
- 门诊部:** (0372)6093250 负责人:李全林 15836350068
- 新农合办公室:** (0372)6093267 负责人:苗相周 13569053636
- 放疗中心:** (0372)6093264 负责人:万龙周 13700720102

欲了解各科室详情,请登录医院网址。

**林州市肿瘤医院(林州市食管癌防治研究所)是北京医疗队、国家食管癌“早诊早治”示范基地,是河南省新型农村合作医疗直补医院、职工医保定点机构。凡持本报到医院就医住院的手术患者,报销2人单程路费,优惠、减免治疗费10%(需加盖当地卫生机关或居委会、村委会公章)。**

地址:林州市长安中路 邮编:456550  
电话:(0372)6812524 6093011  
传真:(0372)6812524 网址:www.lzlyyy.com