

耳穴疗法既防病又治病

□叶勇



走在街上，我们时常可以看见耳廓上贴着小块胶布的人，这就是耳穴疗法。那么，把药贴在耳廓上为什么就能治疗身上的病呢？谁最适合耳穴疗法呢？

耳穴疗法是针灸疗法中的一种，以适应证广、疗效好、简便易行和副作用少等优点受到欢迎。

耳廓上有人体所有对应器官

根据现代生物全息理论及实践证明，耳朵与全身各部位都有着密不可分的对应关系。身体任何一个器官都可以在耳廓找到对应的反射区域，并可借助刺激达到调整、治疗的效果。耳廓就像一个倒置的胎儿：头朝上，臀部和下肢朝上，胸部和躯干位于中间，耳穴则是耳廓皮肤表面和人体脏腑、经络等相沟通的部位。耳穴疗法是用毫针、压籽(如王不留行籽)、磁疗、温灸、推拿按摩等方法准确地刺激相应耳穴处，并给予适度的揉、按、

捏、压，使其产生酸、麻、胀、痛等刺激感，以达到治疗目的的一种外治法。

祖国医学认为，耳朵通过经络与人体脏腑、肢节、器官产生联系。其中，耳朵与手足三阳经的联系最为密切，六条阳经皆入耳中或分布于耳区周围。脏腑功能失调时，就会通过经络的联系，在双耳的耳穴上显示出来。同理，耳穴疗法可刺激经络，疏通经气，调节脏腑功能，使五脏精气充沛，经络气血畅达。

耳穴疗法可防病也可治病

目前，临床上使用最广的耳穴疗法是压豆法、毫针法和刺血法。

压豆法：将王不留行籽黏附在0.6厘米×0.6厘米大小的胶布中央，消毒后用镊子夹住胶布，贴敷在所取穴位上即可。每日自行按压三五次，1周贴2次，双耳交替。

毫针法：耳穴严格消毒，用

26~30号粗细的不锈钢针，刺入皮肤，达软骨后毫针站立不摇晃为准。刺入耳穴后，如局部感应强烈，患者症状往往有即刻减轻感；如局部无针感，应调整针刺的方向、深度和角度。刺激强度和手法依病情、体质、证型、耐受度等综合考虑。留针时间一般为15~30分钟。

刺血法：一般多用耳尖放血来退热。操作前用酒精棉球消毒穴位，按揉数秒使穴位充血，再以三棱针刺之，挤出数滴后止血即可。

耳穴疗法安全可靠，没有副作用，操作方便，不仅疗效独特，能补体针之不足，同时在止痛方面，尤其对急性疼痛的止痛效果最为明显，而且还可以防病。现代研究还表明，耳穴疗法能改善人体微循环、增强免疫功能，具有抗衰老和保健的作用。

耳穴疗法止痛有奇效

各种疼痛性疾病：对于外伤性疼痛、神经性疼痛、手术后疼痛等，用耳穴疗法不仅止痛快，而且止痛效果奇特，甚至可用其来减少或代替止痛麻醉剂。

功能紊乱性疾病：耳针具有调节神经兴奋与抑制失衡的功能，有助于建立新的平衡，可使病症减缓或痊愈。对于亚健康、眩晕症、高血压病、肠功能紊乱、月经不调、神经衰弱、失眠等病，耳穴疗法很有效。

过敏性与变态反应性疾病：耳针可以提高内源性肾上腺皮质激素含量，故具有消炎脱敏、改善免疫功能等作用，可以治疗过敏性鼻炎、哮喘、过敏性结肠炎等

疾病及伴有高度贫血者不宜用耳针；外耳有病变，如湿疹、溃疡、冻疮破溃等情况暂不宜使用耳针；孕妇慎用，有习惯性流产史的孕妇忌用。

耳穴疗法既可以治疗疾病，也可以预防疾病，甚至可以应用耳穴诊治，找出疾病所在，及早治疗。

耳穴疗法治近视

耳穴疗法具有疏通经络、调和气血、调整脏腑功能、疏肝明目、健脑益视等功效。

具体操作为：将王不留行籽贴压穴位，按揉以有酸、麻、胀、痛感为度，每天按压三四次，每次一两分钟，10天后休息2天，再贴，每4次为1个疗程。其中刺激肝穴有疏肝明目的功效；刺激眼穴可达气至病所，能调整眼部

耳穴疗法防治晕车晕船

临床常用的预防和治理晕车、晕船的耳穴配伍为胃、神门穴和内耳。对上述穴位进行刺激的时候，用手指的指尖垂直按压于穴位上，力量由小到大，以晕车的人能忍受为度。一侧穴位持续按压三五分钟，休息两分钟后再次按压或换另一侧耳朵上的穴位。按压的时候注意不

要用指甲掐，以免皮肤破损，压住以后也不要揉搓。经过几次按压后，胃中会有泛酸水的感觉或者打几个酸酸的嗝，这时呕吐的感觉会明显减轻或消失。按压耳穴主要是通过刺激相关的穴位，解除胃肠平滑肌痉挛或逆蠕动状态，从而达到治疗呕吐的目的。



县域技术

低体重复杂先心病手术

南阳市中心医院成功突破

本报讯(记者乔晓娜 通讯员吕林利)记者近日从南阳市中心医院获悉，该院心脏大血管外科专家成功为一名5个月大的复杂先天性心脏病患儿实施了心脏手术，再创低体重患儿先天性心脏病手术的新纪录。

这名患儿仅5个月大，体重为5千克。患儿浑身紫绀，在当地医院进行心脏彩超检查，结果提示为先天性心脏病：法洛四联症，主动脉骑跨60%，房间隔缺损约10毫米，双向分流，右心室流出道狭窄，右心室肥厚。

患儿在当地频繁出现缺氧发作，多次住院治疗。在该科主任杨侃的带领下，以副主任医师张壮为主管的麻醉小组首先对患儿进行术前麻醉系统评估。为了保证术中安全，体外循环师也做了充分的术前准备工作。他们为患儿制订了严密的术后管理、护理方案，并由杨侃主刀，进行了心脏大血管外科有史以来最低体重复杂先天性心脏病手术，其中包括房间隔缺损修补、右室流出道狭窄疏通并补片扩宽术，整个手术历时90分钟。

术后，患儿状况平稳，恢复良好。

病例札记

急性滤泡性咽炎案

王某，女，1岁8个月，3月27日初诊。

主诉：口腔咽部疱疹3天，伴发热、疼痛，不断哭闹，不能进食。曾到某市医院诊治，医生动员其赶快住院，因患者家庭经济较困难，故不愿入院，遂转来中医治疗。

刻诊：患儿呈急性病容，体温39.3摄氏度，面红，烦躁哭闹，咽部红，有7个滤泡，腹部灼热胀硬，苔黄，脉浮。

病机与治则：风热结咽，肺胃蕴热；治宜疏风散结，清泻肺胃。

处方：生黄芪10克，蒲公英

12克，金银花10克，芦根10克，天花粉6克，苍术4克，石膏30克，知母10克，白茅根15克，人参12克，大黄4克(另包后下)。水煎服，3剂，2日服完，少量频服。

方解：本方以生黄芪、蒲公英、金银花、芦根、天花粉益气清肺，疏风散结利咽；苍术、石膏、知母、白茅根、人参、大黄清泻胃热，通利二便，上药合奏疏风散结、清泻肺胃、通利二便之效。

3月29日复诊：服上药大便秘，当晚半夜热退身凉，安然入睡。第二日哭闹减轻，已能进食。就诊时安静，咽部滤泡

已消失，腹稍热，已不胀硬，微咳，苔薄黄，脉浮。以健脾清热导滞为主，2剂，巩固疗效。病愈。

按：该小儿急性滤泡性咽炎伴高热，病情很重，应尽快控制病情以扭转态势。该病虽然病在咽，但已影响到肺胃，造成表里皆热，故治疗应全身着眼，表里同治，以促使邪退热清。因此，治疗当晚就使疼痛减轻，热退身凉，3剂药而愈。该病例不仅说明全身与局部结合治疗的重要性，也说明中医对许多急性热性病都有很好的疗效。(雷昌林)

稿约

为了更好地为乡村医生的日常诊疗工作提供帮助，本版对内容进行调整，设置以下栏目，期望得到您的关注，提供稿件或建议：

《专家连线》《实用验方》《误诊误治》《经验之谈》《技术分享》《临床提醒》《急救技巧》《病例札记》

投稿邮箱：wsbcxycszk@163.com

联系电话：(0371)65589229

联系人：刘静娜

QQ:570342417

来信地址：郑州市纬五路47号医药卫生报社

邮政编码：450003

误诊误治

最易被误诊的11种病

有很多疾病的症状比较相似，所以在诊断中，稍微有一点点不够细心就会被误诊，这对身体是非常不负责任的。哪些疾病最容易被误诊呢？

肠易激综合征

这种病是一种影响肠道的慢性疾病，症状包括腹痛、痉挛、腹胀、腹泻或便秘等。根据肠易激诊断标准，首次诊断前，病人症状至少已经持续6个月，近3个月以来病人不适症状至少每月发生3天。

偏头痛

偏头痛发作时，头部剧烈疼痛并可伴有恶心、呕吐或对声音及光过敏。

然而，有些偏头痛病人会头晕眼花，有些患者病情则较轻。后者更容易被诊断为其他

类型头痛。神经学专家可排除其他情况，更准确地诊断偏头痛，对症治疗。

类风湿关节炎

该病早期阶段与多种疾病症状相似——关节疼痛或僵硬，病因具有多样性。血检可测出体内是否存在炎症。

另外，确诊类风湿关节炎还必须依靠患者既往病史，以及医生对患者的细心检查。

糖尿病

很多2型糖尿病患者发病多年之后，直到出现视觉问题、手脚麻木等症状，才被确诊。原因是很多人对血糖偏高重视不足，不定期看医生，更没有定期检查。口渴、饥饿、多尿、体重突然减轻和疲劳都是糖尿病早期症状，值得关注。

甲减

在早期阶段，甲减(甲状腺功能减退)症状很轻微，包括疲劳、体重增加、皮肤干燥、肌肉疼痛和记忆受损，容易误诊为抑郁症或纤维肌痛等疾病。由于甲减在60岁以上人群中(尤其是女性)中最常见，所以很容易被简单地归咎于衰老所致。

多囊卵巢综合征

除了月经不规律、不明原因体重增加和怀孕困难等症状外，多囊卵巢综合征(PCOS)的症状还包括卵巢多处长小囊肿。

然而，并非所有卵巢囊肿都是PCOS，也并非所有PCOS患者都会发生卵巢多处长小囊肿。诊断中还应考虑月经紊乱或周期延长，以及雌激素水平升高等因素。

阑尾炎

阑尾炎的典型症状包括恶心、疼痛、脐周压痛或伴有低热。然而，有些病人阑尾朝后，位置不同，症状不一。有时病人感觉疼痛，但随后阑尾破裂，疼痛缓解，病人感觉好转。其实阑尾破裂容易导致腹腔感染，甚至会危及生命。

子宫内腺异位

该病很容易被误诊为痛经不适。然而，子宫内腺异位患者常出现骨盆疼痛、痉挛以及大量出血等症状，时间越长，症状越重。骨盆检查、超声波或腹腔镜检查有助明确诊断。

纤维肌痛

该病的特点是广泛性肌肉骨骼疼痛。风湿病专家常将此类病人诊断为纤维肌痛，而胃肠病学

专家则容易将其误诊为肠易激综合征。

多发性硬化症

多发性硬化症的初始症状通常包括四肢中一个或多个出现麻木、乏力或刺痛。然而，由于患者病情严重程度大不相同，该病实际诊断过程中情况更加复杂。一旦医生怀疑患者可能罹患多发性硬化症，最好进行脊椎穿刺或核磁共振确认。

红斑狼疮

这种慢性炎症性疾病最具特色的标志是病人脸颊上的蝴蝶状皮疹，但并非所有病人都会出现皮疹。红斑狼疮的病症呈现多样性，可影响到关节、肾脏、大脑、皮肤、肺脏等多个组织，症状也可能与多种疾病相似。该病诊断过程中常涉及血检、尿检及完整查体。

实用验方

治咽炎验方

玄参24克，桔梗15克，甘草10克，胖大海9克，锦灯笼6克，陈皮4.5克，乌梅3克，冰糖10克。每日1剂，每次用水1500~2000毫升煎服，过滤取液，代茶饮亦可。(刘洪峰)

威灵仙验方

痔疮：威灵仙60克，芒硝30克，水煎，熏洗、坐浴。每日1剂，每日2次，连用5天。

慢性咽炎：威灵仙30克，水煎，去渣，加醋、蜂蜜各10克。水煎服，每日1剂，分2次服用，连用7天。

外伤性神经损伤：威灵仙20克，当归15克，地龙10克，鸡血藤30克，伸筋草10克，水煎服，每日1剂，每日2次，连用7天。

面神经麻痹：威灵仙、防风各30克，水煎服，每日1剂，每日2次，连用7天。(刘露)

樱桃治病验方

冻疮、烧烫伤：鲜樱桃数千克，装入瓷坛内封闭，埋入土中，深约1米，7~10天后取出，坛中樱桃已化为水。将果核除去，留取清汁温炖后内服或外涂。

风湿性关节炎：鲜樱桃1000克，洗净晾干后浸泡入2000毫升高粱酒中，10天后开始服用，每天2次，每次30毫升。一般服用3天后，症状开始减轻。

贫血：鸡蛋1个，大红樱桃20枚，红糖、米酒各适量。

将樱桃与酒加水入锅内煎煮，煮开后10分钟左右，加入打散的鸡蛋和红糖，搅匀，糖化蛋熟，即可食用，每日1次。

痛经：樱桃15克，白玫瑰花瓣5克，糯米、白糖各100克。先用糯米煮粥，再下樱桃、玫瑰花、白糖，稍煮即可佐早餐食用。

皮肤暗疮疤痕：樱桃80克，冷开水1杯。樱桃洗净后去核，放入果汁机中加凉开水榨樱桃汁，不拘时频饮。(郭旭光)

(以上验方仅供医师参考)

技术分享

祛除瘙痒有三法

戴女士几个月前出现周身瘙痒症状，尤其是腋下、耳部、眼窝等处瘙痒较重，但皮肤表层无明显过敏特征，先后按照荨麻疹以及血液湿毒等治疗，疗效仍不明显。一位老中医经过检查，诊断戴女士是患了过敏性皮炎及神经性皮炎，向她推荐使用以下验方。

上述验法，两个疗程仍不见症状减轻，应及时寻求其他方法。采用熏蒸法时，尽可能避免室内封闭太严，出现缺氧甚至窒息，当温度适当后，将煮烂后的榕树叶连同消过毒的优质海绵浸入榕树叶水，一同包入一块医用棉纱布内，针对周身擦洗，尤其是特别痒处反复擦拭，确保榕树叶水完全被痒痒皮肤吸收。一周为一个疗程。

二、圆筒熏蒸法。用双层床单自制一个直径为1米以内的圆筒，高约1.4米，用粗铁丝自

小儿盗汗有妙方

近年来，盗汗的小儿越来越多，可能与饮食结构的改变有一定关系，比如喝牛奶、奶妈，牛奶是温性的，喝得多了，也容易盗汗。在治疗上不可一概而论，但是以阴虚为多见。

还有一个外治法治小儿汗出，疗效很好，即五倍子研粉敷肚脐。此法来源于明朝龚信《古今医鉴》中所介绍的简便方。其以“五倍子末，津调填满脐中，以绢帛缚定，一宿即止；或加枯矾末尤妙”。用此方治疗各种汗证，不论盗汗、自汗，药手即出汗。尤其是小儿服药困难，用此法更方便些。此外，本方可治疗小儿久泻不止。凡是小儿久泻不止、查看肛门不红者，此法屡用屡效。

还有，《古今单验方选评》介绍了泥鳅治疗小儿盗汗的方法。取泥鳅三四两(1两等于50克)，用热水洗去黏液，剖腹取出内脏，用适量油煎至黄褐色，加水一碗半，煮汤至大半碗，可用盐调味，服汤即可。年龄小者可分次服，每天1次，连服3天。肉也可同时服用。凡属小儿缺钙、营养不良、佝偻病、植物神经功能紊乱等原因引起的盗汗效果较好，而对结核病及大脑发育不全引起的盗汗无效。

糯稻根也是常用的止汗草药，许多人喜欢用它熬水止汗，也有一定效果。还可以用质量上好的西洋参一两片泡水，部分小儿可以缓解，太子参适量也可。(孙成力)



(本版图片均为资料图片)