溻渍法可治疗常见皮肤病

□周 蜜 周 敏 李 斌

溻渍法是具有中医特色的皮肤病常用外治方法之一。元代齐德之的《外科精义》卷上载："溻渍法，疮疡初生经一二日不退须用汤水淋射之。在四肢者，溻渍之。"溻渍疗法历史悠久，简便易行，疗效可靠，久用无不良反应，患者乐于接受，时至今日仍广泛应用于中医皮肤科临床。

溻渍法可分为溻法和渍法。溻法是将饱含中药液的纱布或棉絮湿敷患处，渍法是将患处浸泡在中药液中。溻法分为冷溻、热溻和罨敷，渍法分为淋洗、冲洗和浸泡。四肢远端能浸泡的病变部位适用渍法，不能浸泡的部位适用溻法。因两法往往同时进行，故合称为溻渍法。

溻渍法的操作流程

溻法是指用6~8层纱布浸透药液，轻拧至不滴水，湿敷患处。

冷溻 待药液凉后湿敷患处，30分钟更换1次。冷溻适用于皮肤焮红或糜烂，或溃疡脓水较多，疮口难敛者。

热溻 药液煎成后，趁热湿敷患处，稍凉即换，适用于急性渗出性皮肤病及多种慢性瘙痒性皮肤病。

罨敷 在冷溻或热溻的同时，外用油纸或塑料薄膜包扎，可减缓药液挥发，延长药效。

渍法分为淋洗、冲洗和浸泡。

淋洗 淋洗多用于溃疡脓水较多，发生在躯干部者。

冲洗 冲洗适用于腔隙间感染，如窦道、瘘管等。

浸泡 浸泡适用于手足部及会阴部的皮肤病，亦可用于全身淋浴、药浴美容、浸足保健防病等。

溻渍的作用机制

溻渍的作用机理是由低浓度组织液向高浓度药液的流动，使皮损渗液减少或停止渗出，炎症得以消退。通过湿敷的传导与辐射作用，使局部因炎症引起的灼热感得以减轻，并抑制末梢神经的病理性冲动，减轻自觉症状，从而发挥消炎、镇痛、止痒和抑制渗出的作用。湿敷垫可吸收皮损表面的浆液和脓汁，软化并清除痂皮或其他附着物，也起到了洗涤、清洁和保护皮肤的作用。

现代研究表明，溻渍法可使药液直接作用于病变部位，通过湿热理疗作用，调整植物神经，改变局部血流和血管、淋巴管的通透性，同时还可作用于免疫系统，提高机体免疫力，达到扶正祛邪的目的。

溻渍法治疗皮肤病的常用方

急性渗出性皮肤病 急性渗出性皮肤病症见皮损潮红、水肿、水疱、糜烂、渗液，部分化脓结痂、流黄水，如急性湿疹、接触性皮炎、天疱疮、大疱性药疹、下肢溃疡、手足癣、足癣继发感染等。方用复方野菊花汤：野菊花30克，土茯苓15克，黄柏30克，苦参10克，栀子12克，海桐皮15克，生甘草3克。以上药物加水适量，水煎滤渣，待皮肤能耐受时进行局部湿热敷或蒸发罨包。

慢性瘙痒性皮肤病 慢性瘙痒性皮肤病症见皮肤干燥、肥厚、脱屑、瘙痒，如神经性皮炎、慢性湿疹、结节性痒疹等。药用蛇床子、地肤子、苍耳子各30克，苦参、白矾各20克，花椒15克，对于皮肤顽厚者加透骨草60克。以上药物水煎滤渣后，先熏后洗，每天两三次，每次溻洗30分钟。

红斑鳞屑性皮肤病 红斑鳞屑性皮肤病症见皮肤红斑、干燥、浸润、脱屑、皮损局限、瘙痒明显，如银屑病、玫瑰糠疹、毛发红糠疹及扁平苔癣等。方用顽癣洗方：芒硝60克，透骨草、蛇床子、地肤子各30克，苦参、大黄各20克，花椒15克；二黄煎：黄柏30克，黄连15克。水煎，温洗患处，1次/天，每次30分钟。

病毒疣类皮肤病 病毒疣类皮肤病症见皮肤丘疹扁平、颗粒状、刺状、花蕊状及半球形，如扁平疣、传染性软疣、跖疣等病。方用复方木贼汤：木贼30克，生薏苡仁30克，板蓝根30克，连翘15克，香附15克。煎水约500毫升，外洗，洗时用温纱布浸药液摩擦患部，使皮肤发红充血为度。

动物性皮肤病 动物性皮肤病症见皮肤丘疹、水疱、抓痕及化脓、结痂，剧烈瘙痒，夜间尤甚，如疥疮、虫咬性皮炎等。方用雄黄洗剂：雄黄60克，苦参、百部、硼砂各30克，蛇床子、川椒各20克。以上药物水煎，外洗，1次/天。

溻渍法是中医学的重要组成部分，通过湿敷、淋洗、浸泡对患处的物理作用，使药物经肌腠、毛孔、脏腑，通经贯络，作用全身，从而疏通气血、软坚散结、祛风止痒。方药组成及应用突出了"简、便、验、廉"的特点，不但可以配合内治以提高疗效，有时还可以专用外治，宜于推广应用。

（作者供职于上海中医药大学附属岳阳医院）

实用验方

头痛验方八则

头痛是指以头部疼痛为主要症状的一种痛证，是临床上比较常见的症状之一，多因感受外邪、情志失调、久病体虚及饮食不节，影响头部络脉或脑髓失养所致。

方一：荆芥12克，羌活6克，防风9克，白芷10克，川芎15克，细辛1.5克。水煎，每日1剂，分两次温服。该方疏散风寒，治疗外感风寒之头痛。

方二：黄芩12克，连翘10克，当归15克，蔓荆子18克，薄荷9克，桑叶10克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方疏风清热，治疗外感风热之头痛。

方三：羌活24克，防风12克，川芎18克，藁本15克，白芷12克，蔓荆子15克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方祛风胜湿，治疗外感风湿之头痛。

方四：党参15克，黄芪24克，白术12克，陈皮10克，当归21克，川芎30克，白芍药24克，白芷15克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方补气止痛，治疗气虚所致头痛。

方五：熟地黄24克，黄精15克，当归21克，白芍药18克，川芎24克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方养血止痛，治疗血虚所致头痛。

方六：半夏12克，白术15克，天麻10克了，川芎30克，茯苓24克，陈皮15克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方健脾化痰止痛，治疗痰浊所致头痛。

方七：天麻10克，夏枯草15克，钩藤18克，黄芩10克，当归21克，川芎30克，地龙10克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方平肝潜阳，治疗肝阳上亢所致头痛。

方八：当归24克，川芎30克，赤芍药15克，郁金12克，菖蒲12克，丝瓜络24克，全蝎6克。水煎，每日1剂，分两次服用。该方通络活血止痛，治疗瘀血所致头痛。

（李燕梅 刘洪峰）

（以上验方仅供医师参考）

病例札记

男科疾病验案两则

遗精案

刘某，男，20岁，遗精2月余，手淫史3年。刻诊：遗精，每周四五次，严重时心中淫想即遗精。潮热盗汗，腰膝酸软，口干舌燥，心烦失眠，小便黄涩，大便干结，舌红少苔，脉细数。

处方：黄连阿胶汤加味，黄连12克，黄芩10克，白芍药10克，阿胶12克（烊化），鸡子黄2枚（冲服），熟地黄18克，炒山药18克，沙苑子15克。10剂，水煎服。

二诊：服药后一周，遗精2次，潮热盗汗、腰膝酸软等症状改善。继续服用14剂。

三诊：诸症好转，两周遗精1次，睡眠质量尚可。四诊，形如常人。为了巩固疗效，继续服用7剂。随访半年，未复发。

按：遗精的诊断依据是男子梦中遗精，每周超过两次，或清醒时，不因性生活而排泄精液者；常伴有头昏、精神萎靡、腰膝酸软、失眠等症状；本病患者常有恣情纵欲、情志内伤、久嗜醇酒厚味等病史。

本案患者因恣情纵欲，长期手淫，致使阴虚阳亢，水火不济，心肾不交而致病。运用黄连阿胶汤交通心肾，使肾阴得滋，心火得除，同时加入熟地黄、炒山药、沙苑子补肾益精止遗，标本兼治，故疗效确切。亦有临床报道表明，应用滋阴降火法治疗男科疾病，疗效较佳。本案亦是滋阴降火法治疗男科病的一个典型案例。

阴痒案

朱某，男，46岁，阴部瘙痒3个月余。刻诊：阴部瘙痒，阴囊附近尤甚，时有灼热感，夜晚加重，心烦不寐，咽喉干燥，大小便尚可，舌红少津，少苔，脉细数。

处方：黄连12克，黄芩9克，白芍药12克，阿胶9克（烊化），鸡子黄2枚（冲服），牡丹皮12克，白蒺藜12克，白鲜皮12克。7剂，水煎服。

二诊：患者自述服药后阴部瘙痒大减，夜晚得寐，咽喉得润。继服7剂。

三诊：偶有阴囊部瘙痒，无其他不适症状。继服10剂。

四诊：疾病得愈，随访半年，未再发。

按：阴痒是一个症状，亦是中医病名。本病发病女多于男。男子阴痒是指阴茎、阴囊等阴部近处瘙痒不适。本案患者病机为肝肾阴虚，阴虚血亏，水不涵木，而阴器为肝经所绕，阴血不足，外阴失其所养，加之阴虚日久化热，热邪内灼脉络，故痒。运用黄连阿胶汤滋阴清热，加牡丹皮、白蒺藜、白鲜皮清热凉血，祛风止痒，故疗效显著。

（李鹏超）

技术分享

小儿厌食的调理

□申建科

首先了解一下什么是小儿厌食，现代医学认为，厌食是指长期（至少两个月）缺乏食欲、以见食不贪或食量减少为主要症状，多见于1~6岁的孩子。长时间厌食会导致孩子的身高、体重、发育落后并且会造成免疫力低下。这种症状被称为厌食症。

在厌食症中，只有9%是因为某些疾病，如消化性溃疡、急慢性肝炎、药物性胃炎、全身慢性病、结核病、贫血、尿毒症、心功能不全、慢性感染等，而大多数厌食是由于不良的饮食习惯、不合理的饮食制度、不佳的进食环境造成的。

既然知道了孩子厌食的原因，那么该如何纠正孩子厌食呢？

第一，应给孩子选择易消化又有营养价值的食物，如鱼类、豆制品、奶类等。另外，还要控制孩子的进食量。我国自古就有"要想小儿安，三分饥和寒"的明训，意思是不让孩子吃得太饱、穿得过暖，适当的时候饿一饿孩子，让孩子明白食物不是唾手可得的。

第二，逐渐纠正孩子偏食、吃零食、吃冷饮的不良习惯。方法很简单，家里不要贮备冷饮、汽水等营养价值低又伤害脾胃的食品。当然，在饮食状态良好的情况下，偶尔吃一次这些东西，也没什么。

第三，每次吃饭，给孩子规定合理的时间、合理的饭量，让孩子高高兴兴吃饭。切记不要在孩子吃饭问题上对孩子打、骂、诱、罚，不要强迫孩子吃饭。家长可以这样做：给孩子商量吃饭时间，吃饭期间不说话，过了吃饭时间就把食物拿走，吃多少算多少，下一顿饭之前，不给孩子吃任何零食和食物。只要家长有原则，坚持一个月，孩子吃饭就会正常了。此外，家长需要努力提高饭菜质量，经常变换菜肴，让孩子有新鲜感，从而喜欢上吃饭。

第四，要纠正孩子的便秘，保证其消化道的畅通，这对增加食欲非常有益。如果孩子便秘，除了让其吃些火龙果、香蕉等富含纤维的食物外，还应让其养成早睡和早起排便的习惯。如果孩子厌食严重，每次都吃得特别少，不足同龄孩子三分之一的饭量，持续1个月左右，并且出现头发黄、成缕状，脸色黄且无光泽，皮肤干枯，无精打采等，则应该给孩子检查一下，排除缺锌、贫血或其他疾病。

纠正厌食需要一个漫长的过程，不仅需要时间，还需要足够的耐心，千万不能着急。

（作者供职于新郑市军李村卫生所）

骨关节炎的疗法

□高文香

骨关节炎俗称老年性关节炎，很多医生也会称其骨刺、增生、退化等，这都是这种疾病的某一种表现。很多老年人，尤其是老年女性都会患这种疾病。

骨关节炎的成因及征象

经过多年的负重，膝关节和髋关节是会磨损的。

关节的表面覆盖着一层软骨，并且关节腔是有类似润滑油的关节液进行润滑的。软骨和关节液可以使关节活动和光滑，并可以承受冲击力。但随着年龄的增大，软骨的修复再生能力不断减弱，关节润滑液也越来越少，这时关节软骨就会发生明显的磨损，直到软骨下的骨质裸露出来。这就是骨关节炎。这个过程是不可逆的。

髋关节骨关节炎的第一个征象就是腹股沟或者大腿的僵硬。

运动过后，你可能会感觉到腹股沟、大腿或者半边臀部酸痛，尤其是清晨，活动后稍有缓解。早期的骨关节炎可以通过休息缓解。

膝关节骨关节炎的第一个征象是关节痛和僵硬。

晨起关节僵硬疼痛，走路时膝关节有响声，上下楼梯或者下蹲变得困难。

骨关节炎的治疗方法

1.得了关节炎，疼痛时要让关节得到足够的休息，并在医生的指导下服用镇痛药物，可以有效缓解轻度至中度疼痛。

2.减肥可以减轻疼痛和僵硬。超重会给膝关节和髋关节很大的额外的压力，如果可以减少5千克体重，关节疼痛可以减轻20%。

3.锻炼可以改善关节状况。低负荷的运动如游泳和骑行可以伸展关节，保持关节活动范围。针对髋关节与膝关节周围肌肉的锻炼，可以增加关节的稳定性和耐久性，改善关节炎，并避免关节损伤。

4.膝关节或髋关节骨关节炎使走路变得困难。如果关节表面没有足够的软骨覆盖，走路时关节会很痛。同时关节会变得很不灵活，屈膝和髋关节活动变得困难。关节炎严重时需要拄拐杖。

5.如果不进行正确治疗，关节炎会变得更严重。如果不治疗，关节软骨会被不断磨损，直到关节难以支撑。一些严重的患者，关节内骨头直接和骨头摩擦，走路甚至休息时都痛，稍微活动关节就会肿胀。

6.关节置换可以彻底解决疼痛。如果休息、减肥药物都无法有效减轻关节痛，那么就需要做手术了。手术可以以人造组件更换整个或者部分关节，康复后，患者可以轻松走路，不会再痛。

7.关节置换后的康复极其重要。术后，专业的康复可以使新的关节和人体关节周围的肌肉重新匹配，达到关节应有的活动范围和灵活性。坚持专业的康复会获得更好的关节功能和生活质量。

（作者为河南省洛阳正骨医院郑州医院骨关节病科主任）

临床提醒

合用肠胃药时的一些禁忌

□孙美洲

治疗消化系统疾病的药物种类较多，常用药物包括抑酸药、抗酸药、胃黏膜保护剂、肠道微生态制剂、止泻剂、胃肠动力药等。有时应用这些药物时常常涉及联合用药的情况，但一些医生由于不了解药物之间的相互作用，或者对药物的作用特点不熟悉，常常造成不合理的联合使用。

抗生素与微生态活菌制剂不宜合用

肠道微生态制剂 肠道微生态制剂是利用正常微生物或促进微生物生长的物质制成的活的微生态制剂。也就是说，一切能促进正常微生物群生长繁殖及抑制致病菌生长繁殖的制剂都称为微生态制剂。微生态制剂具有调节肠道的功效，可快速构建肠道微生态平衡，防止和治疗腹泻、便秘。

常用的微生态制剂有两类：一类制剂可以用需氧菌大量消耗肠道内氧，造成厌氧环境，促使厌氧菌生长，以利于恢复菌群平衡，包括地衣芽孢杆菌活菌制剂、醋酸菌、蜡样芽孢杆菌活菌制剂等；另一类则直接补充肠道正常菌，如双歧杆菌活菌制剂，包括双歧杆菌、肠球菌三联活菌制剂等药物。

联合用药禁忌 活菌制剂原则上不与抗生素合用，以免影响疗效。若需要同时应用抗生素以控制严重感染，可错开服药时间，或考虑应用死菌制剂，如嗜酸乳杆菌制剂、乳酸菌素等。该类药物不受抗生素的影响。

抗生素与止泻剂（蒙脱石散）不宜合用

蒙脱石散 蒙脱石散是天然蒙脱石微粒粉剂，具有层纹状结构和非均匀性电荷分布，对消化道内的病毒、病菌及其产生的毒素、气体等有极强的固定、抑制作用，能使其失去致病作用。此外，蒙脱石散对消化道黏膜具有很强的覆盖保护能力，能够修复、提高黏膜屏障对攻击因子的防御功能，具有平衡正常菌群和局部止痛的作用。它还能减少肠细胞的运动失调，恢复肠蠕动的正常节律，是目前临床上治疗各种急慢性腹泻的常用药物。

联合用药禁忌 抗生素与蒙脱石散同时口服，可被蒙脱石散吸附而排出体外。同时，蒙脱石散在肠道内可以形成保护膜，影响抗生素的疗效。若必须同时应用，应相隔两小时以上。

抗生素与柳氮磺吡啶不宜合用

柳氮磺吡啶 柳氮磺吡啶为磺胺类抗菌药，属于口服不易吸收的磺胺药，主要用于炎症性肠病，即克罗恩病和溃疡性结肠炎。口服后，少部分药物在胃和上部肠道吸收。大部分药物进入远端小肠和结肠，在肠微生物作用下分解成5-氨基水杨酸和磺胺吡啶。5-氨基水杨酸与肠壁结缔组织结合后较长时间停留在肠壁组织中，起到抗菌消炎和免疫抑制作用。

联合用药禁忌 该药治病机制主要是通过5-氨基水杨酸抑制前列腺素的合成而发挥作用。若同时应用抗生素将会使肠道细菌量减少，影响药物的分解，降低疗效。

抗酸药与喹诺酮类药物不宜合用

抗酸药 抗酸药是降低胃内酸度从而降低胃蛋白酶的活性和减弱胃液消化作用的药物。按其效应分类：吸收性抗酸药，如碳酸氢钠等；非吸收性抗酸药，如碳酸钙、氧化镁、氢氧化铝（片剂或凝胶）、三硅酸镁等。

联合用药禁忌 喹诺酮类是主要作用于革兰阴性菌的抗菌药物，是肠道感染的首选口服用药。碱性药物、抗胆碱药、H_2受体拮抗剂均可降低胃液酸度而使本类药物的吸收减少，应避免同服。

（本版图片均为资料图片）

稿约

为了更好地为乡村医生的日常诊疗工作提供帮助，本版对内容进行了调整，设置了一些栏目，请您关注，并提供稿件或建议。这些栏目是：《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：wsbxcyszk@163.com
联系电话：(0371)85967002
联系人：刘静娜
QQ：570342417
来信地址：郑州市郑东新区博学路与学理路交叉口向东30米医药卫生报社编辑部
邮政编码：450000