



自汗、盗汗中医六大验方

不因外界环境的影响而白昼时时汗出,称为自汗。自汗、盗汗既可单独出现,也可作为症状而伴见于其他疾病的过程中。单独出现的自汗、盗汗,一般预后较好;伴见于其他疾病过程中的自汗、盗汗,病情较重,需原发病好转、治愈,自汗、盗汗才会减轻或消失。中医学认为,自汗多属于气虚不固,盗汗多属于阴虚为热,治疗以分虚实、调营卫为大法。

敛汗固表汤

组成:炙黄芪皮15克,党参15克,煅牡蛎15克,麻黄根10,瘪桃干10克,浮小麦10克,五味子7克,炙甘草7克。
功能:益气固表、敛汗。
主治:自汗,盗汗。
用法:每天1剂,水煎分2次服。盗汗者加细生地10克,炒白芍7克。
疗效:治疗46例,治愈41例。
注意事项:服药期间,忌食辛辣油腻、虾、浓茶、萝卜等物。
分析:本方用煅牡蛎、五味子收涩敛汗,党参、黄芪补中益气以止汗,浮小麦、麻黄根固表止汗,瘪桃干以益肾固涩、止汗、止血,炙甘草调和药性。
验方来源:《广西中医药》。

黄芪羊肉汤

组成:黄芪15克,羊肉90克,桂圆肉10克,淮山药15克。
功能:益气止汗。
主治:病后体虚盗汗。
用法:将羊肉用沸水先煮片刻,捞出后用冷水浸泡以除腥味。用砂锅将水烧开,将羊肉和3味中药同煮汤。食时调好味,可饮汤食肉。如果小儿无力咀嚼,可煮成浓汤食用。
注意事项:服药期间,忌食辛辣油腻、虾、浓茶、萝卜等物。
分析:本方用桂圆肉益心脾、补气血,治疗病后之体虚;淮山药、黄芪补中益气以止汗;羊肉调理肠胃、养肝、补肾、明目。
验方来源:《偏方大全》。

山茱萸饮

组成:山茱萸15克,地骨皮5克,黄芪5克,桑叶5克。
功能:固表止汗、清热凉血。
主治:自汗。
用法:将4味药放入水杯中,开水冲,代茶饮,每日1剂,10天为1个疗程,可连续服用。
注意事项:服药期间,忌食辛辣、油腻、生冷等物。此方不适合阳虚体质的人服用。
应用小结:临床表现以自汗、口渴、心烦、发热为主。消渴病人以自汗、舌质偏红、苔薄白或少苔、脉弦细或细数为主。用本方治疗自汗,一般5剂后显效,一二十剂后病痊愈。对有的消渴病人的自汗治疗也较为满意,但服用时间较长,宜服1~3个月,无明显毒副作用。
验方来源:《民间验方与特色疗法》。

加味生脉散

组成:生地、党参、麦冬、大枣各9克,炙甘草3克,地骨皮8克,五味子6克,煅龙骨、煅牡蛎各15克。
功能:益气止汗。
主治:小儿自汗。
用法:每天1剂,水煎分2次服,药量视患儿大小而定。
分析:本方用生地、党参、麦冬益气滋阴以止汗,五味子、煅龙骨、煅牡蛎收敛固涩以止汗,地骨皮滋阴清热,甘草调和诸药。
验方来源:《百病奇效良方妙法精选》。

(开封市中医院徐艳芬、庞国明整理)

加味牡蛎散

组成:煅牡蛎100克,生黄芪100克,麻黄根50克,五味子50克。
功能:益气固表、止汗。
主治:身体常自汗,易感冒者;夜寐盗汗,醒则汗止,气短身疲者;气虚衰弱,卫阳不固者。
用法:上药研粗末,装瓶备用。每次一二十克,用浮小麦15克同煎,滤渣热服,每天2次。久病气虚加入参须6克;阴虚燥热加生地10克,白芍10克;心悸失眠加酸枣仁10克,麦冬10克。
注意事项:适寒温,加强锻炼。
分析:煅牡蛎、五味子收涩敛汗,黄芪益气止汗,麻黄根固表止汗。
验方来源:《陈树森医疗经验集锦》。

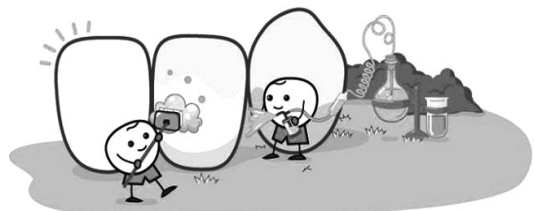
外敷止汗散

组成:郁金粉0.24克,煅牡蛎粉0.06克。
功能:敛阴止汗。
主治:因小儿各种疾病(不包括肺结核)而出现的盗汗。
用法:以米汤适量调匀,分2份敷于患儿左右乳中穴,每日更换1次。
注意事项:用药期间,如果出现皮肤过敏者,可隔天使用1次。
验方来源:《中医杂志》。

验案举隅

拔牙后出血三天不止案例

□李凡成



刘某,男,26岁,近日拔牙后牙槽渗血3天不止。刘某拔牙后牙槽一直渗血,曾经压迫止血,口服止血药物,均无效,仍频频出血不停。患者平日身体健康,无出血史。
诊见:面色淡白,左下第六牙槽内有血凝块,舌淡嫩,脉虚缓,诊断为拔牙后牙槽渗血。
辨证:证属虚寒,乃寒凝血瘀,血不归经而外溢。
治疗:温阳益气,散寒解凝,化瘀止血。
处方:桂枝汤加减。
处方成分:侧柏叶、艾叶、阿胶、白术各10克,党参12克,三七粉、干姜各3克,炙甘草5克。
患者服用1剂后渗血减轻,2剂后血止,痊愈。
按:本例为中气虚寒、气不摄血所致拔牙后牙槽渗血不止,用《金匮要略方论》柏叶汤加减,取侧柏叶之清降,折其逆上之势而止血;干姜、艾叶、党参、白术、炙甘草温阳守中;阿胶补血助凝;三七粉化瘀止血。诸药合用,共奏温阳益气、摄血止血、散寒解凝化瘀之功效,使血循经运行而不外溢,故渗血自止而病愈。
(作者供职于湖南中医药大学第一附属医院)

心悸失眠或因心血不足

本报记者 卜俊成 通讯员 李艳华

在临床上,如果患者出现心悸失眠的症状,同时伴有面色淡白或萎黄、唇舌色淡等表现,多半是由于劳神过度等造成的虚劳所引的。专家表示,由心血不足引起的心悸失眠,用药重在滋补心血,安神固本。中医学认为,血液不足,心失濡养,心动失常,故见心悸;心神失养,神不守舍,则失眠、多梦;血虚不能上荣头面,故见头晕眼花、健忘、面色淡白或萎黄,唇、舌色淡;血少脉道失充,故脉细无力。因此,此类患者多以心悸、失眠、多梦及血虚为主要表现。专家表示,治疗因心血不足而导致的心悸失眠,可以选择信心牌安神补心丸。由河南信心药业有限公司生产的信心牌安神补心丸,源自明代中医专著《古今医鉴》,由丹参、五味子(蒸)、石菖蒲、安神膏等组成,其中安神膏里含有

合欢皮、菟丝子、墨旱莲、首乌藤、地黄、珍珠母、女贞子(蒸)等。信心牌安神补心丸属于中医经方。方中含有滋养肝肾、宁心安神的安神膏,而安神膏中的墨旱莲、女贞子两味药组成二至丸,具有补益肝肾、滋阴止血作用。由此看来,信心牌安神补心丸可谓“中医经典组方,方中有方”。据介绍,就方中单味中药的功效而言,信心牌安神补心丸中的丹参能养血、活血、凉血,清心除烦;五味子可补肾宁心,益气生津;石菖蒲能开窍聪耳,宁神定志;首乌藤、地黄、墨旱莲、女贞子、菟丝子可滋养肝肾,补益精血,凉血除烦,宁心安神;合欢皮能解郁,安神;珍珠母可平肝,镇心,定悸。诸药合用,养心安神作用,可用于因心血不足而导致的心悸失眠等。同时,现代医学研究结果

显示,信心牌安神补心丸对中枢神经系统有抑制作用,可使大脑皮层兴奋过程和抑制过程趋于平衡,并能促进其神经活动正常化,镇静、催眠等作用明显;还能对抗戊四氮引起的小鼠惊厥;能改善人的智力,提高工作效率,还可调节注意力,协调精细动作,增加灵活性和耐力,可用于治疗神经衰弱、失眠兼有肝肾阴虚型血压增高疾病。专家表示,防止虚劳是预防由于心血虚所致的心悸失眠等临床症状的根本措施。此类患者在日常生活中要注意意冷、避风寒,适寒温,尽量减少伤风感冒,防止外邪入侵;要调饮食,戒烟酒,饮食要富有营养,易于消化,以不伤脾胃为原则;生活起居要有规律,做到动静结合,劳逸适度,适当节制房事;保持情绪稳定,舒畅乐观。

□王美红

喝酒易脸红的人注意啦!

亲朋好友聚会,不少人认为,喝酒易脸红的人表示体内酒精散得快,越红说明越能喝。但与普通人相比,喝酒易脸红的人更要注意一些。因为喝酒脸红的人主要是体内缺乏乙醛脱氢酶,体内的乙醛无法及时代谢成乙酸,从而堆积在体内,引起血管扩张、脸发红、心跳加快、头晕等症。其实,这类人是不适合喝酒的。有研究表明,乙醛是一种易

致癌物质。乙醛脱氢酶缺乏者,也就是喝酒易脸红的人,长期大量饮酒,使得体内的乙醛长时间堆积,容易引发胃癌、肝癌和食管癌等的发生。还有一类人越喝酒脸越白。这类人是乙醛脱氢酶和乙醛脱氢酶都缺乏,开始喝酒时没多大反应,但喝到体内乙醇达到一定程度,便突然烂醉如泥。由于两种酶都缺乏,体内

的酒精不能代谢,积累太多时会加重肝脏的负担,导致酒精性肝脏损伤。如果体内的乙醛脱氢酶和乙醛脱氢酶活性都很高,那就是真正能喝酒的人。真正能喝酒的人喝酒时易出汗、小便可,因为身体代谢快,酒精排出快。医生提示:喝酒前最好吃些食物,或在喝酒的同时摄入瘦肉、豆类、蛋类、牛奶等富含蛋白质的食物及新鲜蔬菜,能

起到延缓酒精的吸收、保护胃黏膜的作用。另外,饮酒要适度,切勿跟风,千万别拿生命开玩笑。

(作者供职于驻马店市精神病医院)



心灵家园

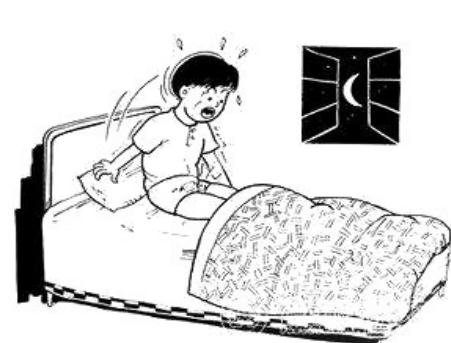
协办:驻马店市精神病医院(豫南精神卫生中心)
地址:驻马店市雪松路东段 电话:(0396)3826052 3826008

经验之谈

遗精是指不因性生活而出现精液遗泄的现象。其中梦中遗精称“梦遗”;无梦而遗精,甚至清醒状态下精液流出称“滑精”。男子到了青春期以后便会有梦遗现象,即《黄帝内经》所言“天癸至”。一般初次梦遗的年龄为十一二岁到十五六岁。遗精分为生理性和病理性两种。本文主要从遗精频率、遗精伴随症状、遗精时的状态等来进行鉴别。

什么样的遗精不正常

□王祖龙



生理性

凡是未成年的未婚男子,或婚后分居,长期无性生活者(亦无手淫者),一个月遗精一两次属于生理现象,是正常的。这种情况,中医解释为“精满必自溢”。将身体比作水杯,水杯里的水满了,自然会流出来。

病理性

遗精次数过多,平均每周两次以上,或清醒时流精,并有头昏、精神萎靡、腰腿酸软、失眠等症状,则属于病理性遗精,属于不正常情况。中医讲疾病“本于阴阳”,这种病理性遗精,可解释为“阴阳失衡”。同样将身体比作水杯,水未满,杯却倒,水也会洒出来。中医将病理性遗精分为以下证型。君相火旺证:梦而遗精,少寐多梦,阳事易举,心中烦热,头昏目眩,口苦胁痛,小便短赤,舌红,苔薄黄,脉弦数。治宜:清心泻肝。湿热下注证:遗精时作,伴小便黄赤,热涩不畅,口苦而腻,舌质红,苔黄腻,脉濡数。治宜:清热利湿。劳伤心脾证:劳则遗精,失眠健忘,心悸不宁,面色萎黄,神疲乏力,纳差便溏,舌淡苔薄,脉弱。治宜:调补心脾,益气固精。肾气不固证:多为无梦而遗,甚则滑泄不禁,精液清稀而冷,形寒肢冷,面色白,头昏目眩,腰膝酸软,阳痿早泄,夜尿清长,舌淡胖,苔白滑,脉沉细。治宜:补肾固精。上文介绍了什么样的遗精是不正常的,这样就不至于再出现遗精时过度慌乱,盲目用药等。

总结

笔者提醒男性朋友们,在出现不正常遗精时,不必惊慌!务必到正规医院就诊,找专科大夫治疗,按照医嘱规范用药。

(作者供职于河南省中医院)

河南整形美容医院 脂肪整形科主任刘乾坤: 抽脂等于减肥吗?



扫码看视频

专家名片:
刘乾坤,硕士,主治医师,河南整形美容医院脂肪整形科主任。
擅长领域:
刘乾坤擅长形体雕塑,自体脂肪面部填充,自体脂肪隆乳,年轻化抗衰等。

本版未署名图片为资料图片

稿约

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”,内设《中西合璧》《慧眼识真》《针推治验》《四诊合参》《临证心语》《名医堂》《膏方制用》《验案举隅》等栏目。稿件要求:尽量原创,言之有物,具体可行;1000字以内;可以用小故事开头,以增加趣味性。联系人:朱忱飞 电话:(0371)85967338 投稿邮箱:5615865@qq.com 邮政编码:450000 地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生计生委8楼医药卫生报社编辑部