

经验分享

放血疗法在基层的应用

□闫金才

用三棱针或注射器针头刺破皮肤浅表可见的血管(血络)或穴位,放出适量血液或挤出少量液体,是治疗疾病的一种方法,又称刺络法或刺血法。关于中医放血疗法的最早文字记载见于《黄帝内经》,如“刺络者,刺小络之血脉也”和“宛陈则除之,出恶血也”;它认为刺络放血可以治疗癫狂、头痛、暴暗、热喘、衄血等。

六、镇吐作用。急性呕吐多由于胃热炽盛或肝气横逆犯胃或食滞停留而致,放血疗法能泻热平肝逆,并有疏导肠胃积滞下行的作用,故能镇吐止呕。

针刺方法

点刺法:针刺前,在预定针刺部位用左手拇指、食指向针刺处推按,使血液积聚于针刺部位,消毒针刺部位,左手拇指、食指、中指三指捏紧被刺部位,右手持针,拇指、食指两指捏住针柄,中指指腹紧靠针身下端,指尖露出三五毫米。对准部位刺入三五毫米深,随即针退出,轻轻挤压针孔周围,使出血少许,然后用消毒棉球按压针孔。此法可用于指、趾末端的十宣穴、十二井穴和耳尖、攒竹穴、上星穴、太阳穴。

速刺法:对病变周围进行点刺的一种方法。根据病变部位大小不同,可刺一二十针,由外缘环行向中心点刺,以促进瘀血或毒肿得以排除,达到祛瘀生新、通经活络目的。可用于局部瘀血、血肿或水肿、顽癣等。

散刺法:先用带子或橡皮管结扎在针刺部位上端。左手拇指压在针刺部位下端,右手持三棱

针对准针刺部位的静脉刺入脉中两毫米,立即退针,使其流出少量血液。出血停止后,用消毒棉球按压。此法可用于曲泽穴和委中穴等,可以治疗急性呕吐、中暑、发热。

挑刺法:用左手按压针刺部位两侧或捏起皮肤,固定。右手迅速刺入皮肤一两毫米,后将针倾斜挑破皮肤,使其出少量血液或黏液。也有刺入5毫米左右,将针倾斜并轻轻挑起,挑断皮下部分纤维组织,退针,覆盖敷药。可用于肩周炎、胃痛、颈椎综合征、失眠、支气管哮喘、血管神经性头痛。

常用穴位

太阳穴:主治头痛、眼红病。
十宣穴:主治昏迷、癫痫、瘧症、乳蛾、小儿惊风、中暑。

四缝穴:主治小儿疳积、百日咳。
曲泽穴:主治烦热、胃痛、呕吐。

少商穴:主治急性咽喉肿痛、急性扁桃体肿大、鼻衄、发热、昏迷。
商阳穴:主治咽喉肿痛、齿痛、手指麻木、昏迷。
委中穴:主治腹痛、吐泻、腰痛(对急性扭伤疗效较好)。

注意事项

- 一、对患者做好必要的解释工作,以消除其思想顾虑。
- 二、严格消毒,防止感染。
- 三、手法宜轻、稳、准、快,不可用力过猛,防止刺入过深、创面过大,损害其他组织。出血不宜过多,勿伤及动脉。

病例

患者王某,62岁,因脑供血不足经常头晕。首先选用双侧委中穴附近瘀滞的浅静脉,用三棱针点刺出血约40毫升,又在双侧太阳穴、大椎穴、曲泽穴以及腰背的肾俞穴进行点刺,总共刺出大约80毫升的紫黑色瘀血。刺血完毕,嘱咐其女儿回去后用清艾条熏灸刺血点,每个穴位20分钟,1天1次,连熏1周。患者半个月后再来进行第2次治疗。患者复诊时诉说经过针灸刺血治疗后,临床症状已经消失。

放血疗法对治疗难治性高热不退效果也非常好。紫雪散1.5克搭配黄酒,调和后敷神阙穴,每次贴一两天;同时,可以配合针灸印堂穴、大椎穴,或大椎穴放血,疗效显著。

(作者供职于开封市鼓楼区南苑办事处丰收岗村卫生室)



放血疗法的适应证:一些瘀证、寒证、痹证、痿证、腰痛证、坐骨神经痛、中风、头痛、眼痛、咽喉肿痛、痤疮、湿疹、银屑病等都可以用放血疗法。从古至今,很多临床病例都可以证明放血疗法可靠,效果好。

六大作用

一、退热作用。发热原因有阳盛发热和阴虚发热。放血的退热作用适用于阳盛发热。因为阳气盛必然会血盛,放血可以减少血盛,从而减少血中的邪热,使机体的气血趋于正常。

二、止痛作用。中医认为“通则不痛,痛则不通”。意思是内有疼痛症状的疾病,在其经络中必有闭塞不通的地方。放血疗法可以直接带走经中瘀滞的病邪,调整闭塞壅阻的局面,经络畅通了,疼痛立即可止。在临床上,许多急性病,如咽喉疼痛及偏头痛等,应用放血疗法,能迅速收到良

好的效果。
三、解毒作用。机体在病理状态下,由于自身机能障碍不能抵抗毒邪而出现一些证候,如因毒火亢盛而致的“血丝疔”,以及毒邪浸淫而生的疮疡痈疽。放血疗法不仅能使人侵入机体的毒邪随血排出,更重要的是通过“理血调气”的作用使人体机能恢复正常,以抑制病邪扩展与再生。

四、泻火作用。中医认为,火热内扰,可致多种病证,常表现为心烦不安、口舌生疮、肢体疼痛肿胀、急躁易怒,甚至发热、神昏、谵语等。放血疗法可以直接使火热之邪随血而泻,适用于多种热证。

五、消肿作用。水肿多由于气滞血湿,使经络瘀滞而造成。放血疗法能直接排除局部经中瘀滞的气血与病邪,促使经络畅通无阻,从而达到消肿的目的。

实用验方

治脚癣验方

取鲜鱼腥草、土大黄、黄荆叶各一撮,切碎后共同捣烂,用纱布包紧,用药包揉擦患部,擦至发热,痒止为度。用此法治疗手癣有同样效果。

治湿疹验方

取鲜鱼腥草、松树内层皮各半,切碎后共同捣烂,纱布包紧,将药包加热后揉擦患处,每天两次。药包越热,效果越明显,以不烫伤皮肤为度。

(以上验方由胡佑志提供)

本版药方需要在专业医生指导下使用

降脂、降压 中医有妙招

□杨丽萍

取菊花10克,决明子15克,粳米50克,冰糖适量。先把决明子炒制微有香气,待冷后与菊花共同煎煮15分钟,去药渣,取药液,将药液和粳米共同煮粥。粥将熟时,加入冰糖,再煮沸即可食用。

功效:每天1次,连续服用5~7天。适用于高血压、高血脂血症,以及习惯性便秘患者(需要注意的是,大便泄泻者忌服)。

(作者供职于河南省中医院健康体检中心)

经验之谈

小儿奶癣防治攻略

□王会娟

奶癣症状

奶癣多见于婴儿脸部,慢慢会延伸到额头、眉毛等处,甚至头皮,并反复频繁发作。更严重的患儿,会蔓延至颈部、背部的三角形扁骨(肩胛骨),甚至全身。开始时会长米粒般大小或是分散开的红色斑点,如果用手抓挠,会掉落白色粉屑。奶癣发病时间基本上是在婴儿出生后两三个月;患儿周岁之后,奶癣会自然消退。奶癣患儿常会心烦意乱,夜不能寐,时间一长,皮肤会出现苔藓样变化。通过调理,患儿苔藓会逐渐好转。

奶癣的种类:有干、湿两种,若挠破后不流脓水,则为干型,由风热引起;若挠破后流脓水,则为湿型,由湿热引起,临床上湿型较多。

奶癣防治

- 一、应该涂抹具有保湿功效的滋润膏,例如维生素E软膏。
- 二、可用中药湿敷。中药湿敷每天两次,湿敷后再涂抹治疗性的外用软膏,比如湿疹膏等。

三、如果母乳喂养,可以让医生开些口服中药,妈妈吃药,患儿受益;也可以给患儿开些口服药。

四、药浴:把熬好的中药按比例配好水,给患儿洗澡,要平时洗澡时间稍长一些,但也不宜时间过长。

五、查找致敏原:条件允许的可以带患儿到正规医院检查致敏原,这样就可避免患儿过多接触病原,可降低发病率。

六、饮食:吃母乳或奶粉的患儿,添加辅食后应多补充富含维生素的食物。比如胡萝卜、西红柿、水果打成的汁、泥等,不吃刺激性食物;禁吃鱼和海鲜类或鸡、牛、羊肉等发物。

日常注意

父母应避免用刺激性药物、水、酒精等擦洗患儿的皮肤受损处,肥皂水也是禁止使用的;病情较严重的患儿,切忌注射疫苗;剧痒难忍时,可用被生理盐水泡过的无菌布敷在伤口处,以减轻患儿痛苦。

(作者供职于河南省中医院)

天气炎热,小心“情绪中暑”

□席娜

近期,在郑州市第八人民医院心理门诊就诊的患者有所增多。据该院主任医师胡雄提醒,在高温天,如果出现情绪烦躁、易发脾气、记忆力下降等情况,有可能是“情绪中暑”。在就诊的患者中,多数是城市中的上班族。

李某在一家知名公司做销售经理,平时工作压力大,精神高度紧张。随着天气持续高温,他越来越烦躁,每天感到疲惫不堪,食欲不振,头痛失眠,有时说话的口气都带着呛人的“火药味”,经常莫名其妙地与人发生小摩擦,甚至与人发生小摩擦。就在前几天,李某开车上班,因与对面的车互不相让发生了摩擦,把那辆车上的司

机打得头破血流。李某说,天气一热,好像控制不住情绪。经朋友建议,他来到郑州市第八人民医院就诊。

炎炎夏日,不仅人的身体容易“中暑”,情绪同样会“中暑”。胡雄说,李某就是“情绪中暑”惹的祸。人的情绪和天气有着密切的关系,特别是炎热的夏天,会有10%的人莫名其妙地出现情绪和行为异常。“情绪中暑”的主要症状是心情烦躁,情绪低落,乱发脾气,精神萎靡,思维紊乱,行为异常,对事物缺乏兴趣等。还有一些人追求完美,一旦工作中出现失误,就盲目自责。这种情绪如长期存在持续,这些人很容易出现心血管和心理等方面的疾病。“这主要是由于高温天气

影响了人体下丘脑的情绪调节中枢。有的人即使所处环境并不热,也会因为看到窗外强烈的光照等而产生烦躁情绪。”胡雄说,除了气温变化外,出汗较多、睡眠缺乏和饮食不足等不良因素也会导致人体电解质代谢障碍,从而影响大脑神经活动,致使人们发生情绪和行为方面的种种异常。另外,夏季,人的自主神经系统容易出现紊乱,会使人多梦,降低人的睡眠质量。

如何才能远离“情绪中暑”?胡雄说,造成“情绪中暑”的内因,主要是人体对环境适应性差。人应该顺应夏季昼长夜短的特点,及时调整自己的工作节奏和生活节奏,并明确目标,适当地放缓工作进度。

另外,在生活上要定时起居,如果条件许可应睡个午觉,以保证充足的睡眠。同时,在封闭的房间里不要待得过长,居室内要注意通风,并尽可能地使室内收拾得干净整洁,以避免出现压抑感。

在保证营养的前提下应少吃油腻食物;平时多饮水,

以调节体温,改善血液循环;多吃蔬菜,少吃辛辣刺激性食物,避免饮酒;还可以找朋友诉说心中的烦恼,多做自己内要注意通风,并尽可能地使室内收拾得干净整洁,以避免出现压抑感。

(作者供职于郑州市第八人民医院)



协办:郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院
心理热线:(0371) 68953120



寻医问药

Xun Yi Wen Yao

专家团队 答疑解惑

专家:阜外华中心血管病医院 张静



网友:

您好,今年1月份我做了心脏支架植入手术,请问术后药物治疗要持续多久?其间多长时间复查1次?

张静医师:

您好,做完心脏支架植入手术后,有些药物是需要长期服用的,比如阿司匹林等。因为不清楚您所说的药物有哪一种,所以不能告知您具体药物治疗需要多长时间。需要在冠状动脉支架植入术后1个月、3个月、6个月、12个月定期复查。



张静

专家:河南省人民医院 王广科



网友:

3年前,家人做过鼻窦炎手术,现在有时候头晕,复查时医生说没有大问题。请问,头晕是不是跟鼻炎有关。

王广科医师:

您好,如果患者有鼻部症状的话,可能会与头晕有关。既然来院复查没有大碍,那就应该以预防为主,对症处理。



王广科

《寻医问药》栏目旨在为广大患者与医生、医生与医生之间搭建起咨询交流的平台。该栏目专家团队由全省各科专家组成。如果您想寻医问药,我们可以邀请相关专家在栏目中为您一对一答疑解惑。欢迎读者朋友联系我们,积极参与该栏目的互动交流。同时,请关注“医药卫生报”官方微信公众账号,可以在线咨询专家,也可以加QQ(一种流行的中文网络即时通信软件)进行咨询。

微信公众号:yyjyaweishengbao QQ:5615865

河南省人民医院 乳腺外科主任医师刘慧: 乳腺结节会癌变吗?



扫码看视频

专家名片:

刘慧,河南省人民医院乳腺外科主任医师,医学博士,郑州大学硕士研究生导师;从事乳腺肿瘤诊治工作30年,曾赴挪威国立奥斯陆大学肿瘤医院研修1年,具有扎实的理论基础和丰富的临床经验;任中国医药教育协会乳腺疾病专业委员会副主任委员,中国医师协会乳腺疾病培训专家委员会常务委员,中国抗癌协会乳腺癌专业委员会委员,河南省抗癌协会乳腺癌专业委员会副主任委员,河南省抗癌协会乳腺癌专业青年委员会主任委员,郑州市抗癌协会副理事长。

擅长领域:

刘慧擅长乳腺癌的早期诊断和综合治疗,以及乳腺肿瘤整形修复和乳腺良性肿瘤的微创治疗。

征稿

为了更好地为基层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《专家连线》《实用验方》《误诊误治》《经验之谈》《临床提醒》《急救技巧》等栏目。请您关注,并提供稿件或建议。

稿件要求:尽量原创,言之有物,具体可行;需要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