

如何培养中医临床思维

□韦绪性

掌握疾病规律 抓住核心病机

病机,即疾病发生、发展、变化的机理,包括病性、病位、病势、病传及预后等。病机是用中医理论分析疾病的现象,从而得出对疾病内在本质、规律性的认识,清晰分析病机是认识疾病本质的关键,也是进行正确诊断和恰当治疗的重要前提。每一种疾病都有其发生、发展、演变、预后的规律,其中的关键因素是其特有的病理机制,即核心病机。抓住核心病机才是辨证施治的根本所在,核心病机是真正推动疾病发生、发展的内在因素。核心病机也称为基本病机。疾病某一阶段的病机称之为证。证是对疾病过程中一定阶段的病因、病位、病性、病势等病机本质的概括,是对疾病某一阶段的病机的概括,所反映的是疾病某一阶段的本质。比如,胃痛的核心病机是胃气郁滞,胃失和降,不通则痛;胃

痞的核心病机是气机阻滞,胃失和降。因七情(喜、怒、忧、思、悲、恐、惊)不和导致肝气郁结、肝胃不和、胃失和降者,该患者辨证为肝胃不和;因暴饮暴食、饮食不节导致的胃失和降、胃气上逆者,辨证为饮食停滞。

总之,对一个疾病的认识,既要有对疾病核心病机的认识,又要有对疾病的某一阶段的病机——证的认识。

辨证思维与逻辑思维相结合

中医临床思维的特点体现在整体观和辩证论治,而后者正是中医临床思维的核心。在中医辩证论治的过程中,存在着大量的非逻辑思维活动,非逻辑思维是指不受固定的逻辑规则约束直接根据事物所提供的信息进行综合判断的一种思维方式,包括想象、直觉、顿悟等。非逻辑思维是中医思维的重要组成部分,是逻辑思维的补充。对于治法等的创新有着一定的积极作用。

中医思维的逻辑思维与非逻辑思维是密不可分的,前者是后者的基础,后者又是前者的补充。逻辑思维与非逻辑思维在激烈的辩论中可以得到一定程度的融会贯通。没有严谨缜密的逻辑关系,中医学将变成诡辩医学,不能客观地反映疾病的发生发展过程,更不能辩证地、有效地治疗疾病;没有灵活机变的辩证思维,中医学将变得僵化、呆板,不能正确反映人体千变万化的生理病理变化规律,也不能针对疾病的变化发展有效地治疗疾病。

以意象、应象为特征和法则来类推事物发展变化规律,从而认知生命、健康和疾病的。最经典的就是阴阳五行学说,用阴阳、五行来类比人体的生理病理现象,阐述疾病的发生发展变化规律。但是,以后衍生出来的病因病机、诊断辨证、预防治法则是逻辑非常严谨缜密的。比如,理法方药、环环相扣,方从法出,法随证立,联系紧密,逻辑性强。所以,辩证思维与逻辑思维一定要紧密结合,既要圆机活法,随机应变,也要思路清楚、逻辑清晰。

辨病与辨证相结合 宏观与微观相结合

从《黄帝内经》开始,就已经有了辨病论治及辩证论治的雏形。关于辨病论治,《灵枢·五阅五使》记载:“肺病者,喘息鼻张;肝病者,眦青;脾病者,唇黄;心病者,舌卷短,颧赤;肾病者,颧与颊黑。”关于治法,《素问·五脏别论》记载:“凡治病,察其形气色泽,脉之盛衰,病之新故,乃治之,无后其时。”关于治病的原则,《灵枢·逆顺》中有“上工治未病,不治已病”的文字记载,《素问·疏五过论》中有“治病之道,气内为宝”“治病必求于本”的文字记载。关于辨证,《素问·脏气法时论》中有“气虚则少气不能以报息”的文字记载,这说明肺气虚则气息短促。《灵枢·决气》中

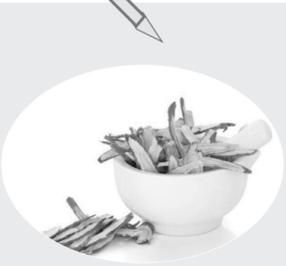
有“津脱者,腠理开,汗大泄”“液脱者,骨属屈伸不利,色天,脑髓消,胫酸,耳数鸣”的文字记载,这充分说明了津液脱证的临床表现。对于辨证施治的原则,《素问·阴阳应象大论》指出:“因其轻而扬之,因其重而减之,因其衰而彰之。形不足者,温之以气;精不足者,补之以味。”到了东汉时期,著名医学家张仲景在辨病的基础上,用六经辩证治疗疾病,开辩证施治之先河。比如太阳病,风寒表实证用麻黄汤治之;太阳中风证,用桂枝汤治之。阳明病,阳明经证用白虎汤治之,阳明腑证用承气汤治之。少阴病,寒化证用四逆汤,热化证用黄连阿胶汤等治疗。中医学

勤求古训 传承经典 守正创新

中国工程院院士、中医内科学和神经内科学专家王永炎关于中医临床人才的培养曾经说:“中医治学当溯本求源,古为今用,继承是基础,创新是归宿,认真继承中医经典理论与临床诊疗经验,做到中医不能丢,进而才是中医现代化的实施。”厚积薄发,厚古薄今为治学常理。所谓勤求古训,融会新知,即是运用科学的临床思维方法,将理论与实践紧密联系起来,以显著的疗效诠释、求证前贤之理论,寓继承之中求创新发展,从理论层面阐发古训之未备,以推进学科之进

步。因此,我们要学习中医经典著作,学习古今中医名家学术思想、临证经验,以阴阳五行学说为基础,正确运用八纲辨证、脏腑辨证、六经辨证、卫气营血、三焦辨证、气血津液辨证等辨证施治方法,与现代医学检查紧密联系起来,中西并重,提高临床疗效。同时运用现代科学手段进行科学研究,守正创新,推动中医药事业进一步发展。

王永炎院士认为中医需要悟性。悟性体现在理论联系实际,提高思想、思考、思辨的能力,破解疑难病例获得良好疗效



中医临床思维是中医在整个医疗过程中,对患者、病证及相关事物和现象进行一系列调查研究、分析判断,形成决策、实施和验证,以探求疾病本质与治疗规律的思维活动过程。中医临床思维体现在整个辩证施治过程中,包括对通过四诊合参得来的临床资料进行思考分析,确立疾病的病因、病位、病性、病势、正邪双方的对比情况,正确地诊断、辨证、立法、处方用药。中医临床思维建立的好坏直接影响对疾病的诊疗水平。因此,培养中医临床思维对于中医临床人才培养至关重要。怎样提高中医临床思维呢?笔者认为应从以下几方面入手。

掌握患者资料 实施网格化管理

应该全面掌握患者的临床资料,“望、闻、问、切”,四诊合参。不仅详细询问患者发病的原因、此次发作(或反复)加重的诱因,患病后检查、诊断以及治疗过程、疗效如何,现在的情况,既往史、个人史、妇女的经带胎产史等,还应对患者的工作情况、生活状况、教育背景、家庭背景、心理状况,甚至兴趣爱好等有所了解,对患者所有资料进行网格化管理。这样,对患者发病的原因基本就心中有数了。弄清楚病因,对病机的探究也就更接近本质规律了。比如,一个反复胃胀的患者,检查胃镜、上消化道造影、B超以及生化等均无异常发现,经常餐后发作,多食加重,早饱暖气、嗝腐吞酸,纳差,排气臭秽,舌苔白腻,脉滑。看到这里,也许一般医生会辨证为饮食停滞。但是追问病史,了解到患者最近工作压力大,夫妻关系紧张,心情抑郁,这时候,我们也许恍然大悟,这其实是由于肝气郁结,横逆犯胃,导致肝胃不和、胃气上逆的胃痞,辨证为肝胃不和证。

中医人语



中医科普须严谨规范

□尹国育

突如其来的新冠肺炎疫情打乱了人们的生活、工作节奏,中医在治疗新冠肺炎疫情中的特色和优势,让人们重新审视了中医的治疗保健作用,随之而来的是自我保健意识增强,兴起了中医热,中医科普市场逐步繁荣起来。然而,在繁荣的背后存在一些隐忧,伪中医、伪科学事件时有发生,误导了广大群众。笔者认为,要使中医科普健康有序发展,必须做到严谨规范。严谨是基础,抬高不可取,规范很重要。

严谨是基础

中医科普作品是传播中医药保健知识的重要方式之一,事关疾病与健康,必须以严谨为基础,做到内容正确、取材可靠、数据准确,来不得半点马虎,如果讲述的内容是偏颇的,甚至是错误的,后果将不堪设想。比如针对六味地黄丸,中医科普讲的内容比较多,有一部分说法并不严谨,给人的印象是肾虚必用六味地黄丸,所以很多人长期服用,殊不知它的功效是滋阴补肾,只适用于肾阴不足的患者。中医认为,肾虚有肾阴虚、肾阳虚、肾气虚、肾精虚等,如果乱用药,会适得其反。比如肾阳虚者服用六味地黄丸,用的时间长了会出现燥热过盛、滋腻碍胃等问题,是药三分毒,用药须有度。笔者参加工作后,一直从事中医临床工作,主编出版了《中医调治答疑系列》《中医治法调养常见病系列》《这样做肝火不旺不虚》《祛除身体湿和寒,这样养生能延年》等中医科普书籍,还在报纸上发表了一些中医科普文章,我深知医生说的每一句话,在报纸杂志、书上交代的每一个问题,都会给患者、读者留下深刻印象,切记信息一定要做到严谨、可靠。

抬高不可取

大家都知道,某种中药具有某方面的功效,适用于治疗某种病症,并不代表一用就能治好这种病;某个食疗方具有扶助正气、强身健体的功效,不是食用后身体就一定强健。然而,在一些中医科普讲座、科普文章中,为了吸引眼球,把疗效任意抬高,用一用就好、包治百病的说法,误导群众的情况屡见不鲜。笔者曾经看过一期电视讲座,有一养生“大家”讲一种叫益肾强身粥的食疗方,把这种食疗粥说得特别好,不论是肾虚腰痛、慢性肾炎,还是肾结石、腰肌劳损,只要坚持服用一段时间,十有八九就能治愈。如此一用就好,您相信吗?比如,日常生活中人们常食之绿豆,中医认为它具有清热解毒、祛暑止渴之功效,是夏季常用的消暑佳品,也是内热失眠、胃肠积热便秘患者的保健食品,但它不能代替药物,食用的作用在于通过适当的饮食对疾病进行调养,以增强体质,辅助药物发挥疗效。中医科普内容是很严谨的,要实事求是,做到客观、准确,任意抬高疗效是不可取的。

规范很重要

近年来,各种中医保健以及食疗养生节目充斥银屏,中医科普文章不断见于报端和网站,养生方面的书籍更是层出不穷,学中文的、学历史的在电视讲座上大谈中医药保健养生知识与方法,没有中医药知识、没有中医师资格、没有临床经验的“三无”人员到处讲授中医治病的“绝招”,甚至一些出版社受经济利益驱动,也争相出版中医科普保健方面的书籍,打着中医科普的幌子宣传“伪中医”“伪科学”,以此诈骗钱财。可见,中医科普保健市场规范化管理很重要,它是中医科普健康有序发展的基础。近几年,为满足广大群众的保健、防病需要,国家及省、市卫生健康主管部门也相继推出中医保健养生专家,进行中医科普知识宣传,但离广大群众对中医药保健知识的需求还有一定距离。为此,狠抓中医科普保健的规范工作,规范中医保健养生主讲人的条件和资质,划定编写中医科普书籍和文章作者的准入门槛和责任编辑的条件,对普及中医药知识,促进中医科普健康有序发展,为广大群众提供准确、可靠的中医科普知识,指导建立健康、文明、科学的生活方式,提高群众的健康素养,是十分必要的。

(作者供职于遂平县人民医院)

河南省疾控中心携手郑州公交二公司 推出“艾心号”公交宣传车

本报记者 杨须 通讯员 刘占峰 梁研 文/图



“加入防艾志愿者队伍,是助人也是助己,多一个人了解防艾知识,就能进一步减少艾滋病病毒传播。今后,我们在远离艾滋病病毒的同时,会主动向身边人宣传艾滋病防治知识,带领更多的人共同远离艾滋病病毒。”11月29日上午,在郑州航空工业管理学院举办的第33个“世界艾滋病日”宣传活动现场,一些学生陆续来到河南省疾病预防控制中心和郑州公交二公司携手推出的“艾心号”公交宣传车前,通过扫码加入“河南省疾病预防控制中心百万艾滋病宣传志愿者服务队(如图)”。

自当日起,31辆9路公交车投

入艾滋病宣传月活动

“艾滋病防治重在预防,警示教育是最有效的预防措施之一,在艾滋病预防工作中,高校大学生是艾滋病防治宣传的重点人群,学校应积极发挥学生社团、青年志愿者作用,提升对个人健康和群体健康的社会责任感。”河南省疾病预防控制中心主任郭万申说,近几年的艾滋病防治主题宣传日都在各大高校开展,主要是呼吁青年学生提升防治艾滋病意识,做自己健康的第一责任人,同时也借助高校人才优势,向社会广泛宣传艾滋病防治知识。

在疫情防控常态化的大背景下,绷紧疫情防控安全弦的同时,我们要携手防疫抗疫,共担健康责任。郭万申说,“新冠肺炎、艾滋病都是重大传染性疾病,普及科普预防知识,是抵御重大传染病及重点传染病的“社会疫苗”。郭万申期待更多青年学生加入艾滋病预防志愿服务队,通过积极参与艾滋病预防宣传活动,扩大艾滋病防治知识宣传教育的广度和深度,让越来越多的人了解艾滋病预防知识,正确认识艾滋病,预防和减少艾滋病

病毒的危害。

据了解,在今年12月艾滋病防治知识宣传月期间,河南省疾病预防控制中心和郑州公交二公司将联合推出31辆9路“艾心号”公交宣传车,作为流动的艾滋病知识宣传载体,通过在车内张贴艾滋病防治宣传画,发放艾滋病防治宣传册等方式,宣传艾滋病防治知识。

高危行为后服用阻断药是预防艾滋病的“最后一道防线”

2020年1月~10月,河南省新报告了4132例艾滋病病毒感染者和艾滋病患者,同比往年减少17.5%。目前,性传播已成为艾滋病的主要传播途径,艾滋病病毒感染者人群呈多样化,从高危人群向普通人群快速扩散的风险加大。

“随着治疗药物的不断增多,艾滋病已经从致命性流行病变为可管理的慢性病。但目前,艾滋病依然没有治愈药物,也没有有效的预防疫苗。因此,阻断传染源,切断传播途径,保护易感人群,普及宣传防治艾滋病知识,是做好艾滋病预防的主要手段。”郭万申说,针对目前性传播已成为艾滋病的主要传播途径,特别是没有采取任何

保护措施的高危性行为,存在极大的感染风险。“面对这种情况,有一项紧急预防阻断措施公众应知晓,那就是采取艾滋病暴露后预防,及时服用抗艾阻断药。”郭万申说。

“艾滋病暴露后预防为高危性行为人群提供了紧急阻断的机会,可以说是预防艾滋病的“最后一道防线”。目前,有关研究表明,艾滋病发生暴露后,72小时内尽早服用阻断药物,可以有效阻断艾滋病病毒传播。”河南省疾病预防控制中心性病艾滋病防治研究所所长张国龙介绍,今年河南省已在10个试点地区建立了艾滋病暴露后预防咨询门诊,开展艾滋病暴露后预防咨询、转介、阻断、随访、健康教育等一体化工作,明年试点地区将覆盖全省。

此外,对于艾滋病的“早防早治”,群众也可自行购买快速检测试剂进行尿液检测。一旦发现异常,要及时到正规医疗机构或疾控中心进行确诊及治疗。在张国龙看来,没有高危人群,只有高危行为,正确使用安全套,减少高危性行为,改变自身行为是最好的防护措施。而事后预防是实在没办法的最后一步。

征稿

您可以谈谈自己的看法,说说您对中医药发展和中医教育的建议和意见,写一写关于中医药现状与问题的文字……《中医人语》《中医院的故事》《关注中医改革》《中医药在海外》等栏目真诚期待您参与!

联系人:李云
联系电话:(0371)85967078
投稿邮箱:619865060@qq.com