

# 辨证治疗肝阳上亢型眩晕

□马云枝

眩晕是指患者感觉到自身旋转,或自身感觉不动,但周围物体在动。多因脏腑功能失调,清窍失养所致,轻者闭目可止,重者如坐车船,旋转不定,不能站立或伴有恶心、呕吐、汗出、面色苍白等症。据统计,眩晕的患病率为5%,占耳鼻喉科门诊的5%,占老年门诊的81%~91%,生活在家中的老人50%~60%有眩晕症状,绝大多数人一生中均经历过此症。

## 验案举隅



## 逍遥散加减治疗口疮验案

□刘洪峰 吴利超

患者王某,男,40岁,自2020年始,唇舌及颊黏膜部位反复出现一个或多个溃疡面,大小不等,时轻时重,烧灼样疼痛,甚则影响进食,每当工作紧张或心情不舒畅时病情加重。经多方治疗,效果不佳。患者下唇及左颊黏膜上分别有一直径约2毫米和4毫米的溃疡,边缘整齐,底面凹陷,周围有红晕,疼痛难忍,质红苔白微腻,脉弦细。

辨证:郁火上炎。  
治法:逍遥散加减。

方药:柴胡20克,薄荷9克,白芍30克,当归12克,赤芍15克,茯苓24克,白术18克,黄芩15克,通草6克,蒲公英30克,连翘15克,大青叶15克,丹皮10克,甘草6克。水煎服。

患者服药7剂后,疼痛减轻,溃疡面渐平。效不更方,患者继续服药半个月,溃疡全部平复,又服用10剂以巩固疗效,至今未见复发。

按语:患者每次发病,多因心情不舒畅或工作紧张而起,说明该病与肝郁有关。患者素有郁火,每因心情不佳时,肝气郁滞,循经上炎,则郁火更甚,发为口疮。该病历代医家多责之于心脾,分虚实二类。实者为心脾积热,用凉膈散、牛黄上清之类;虚者为虚火上炎,应用六味地黄丸之类,但患者应用上述中药均未奏效。若郁火不散,口疮难愈。方用逍遥散祛郁火,疏肝木,理脾土,养阴血,以治其本;加清热凉血解毒之品,以治其标,使肝木条达,郁火得散,健运脾土,毒热得清,口疮逐渐自然平复。

(作者供职于郑州市金水区总医院)

## 单方验方

### 蛤蚧党参膏

主要成分:党参膏和蛤蚧。

适应证:健脾胃,补肺肾,补中益气,益精助阳,止咳定喘。

功效:适用于脾胃虚弱,肺气不足,体倦乏力及虚劳喘咳等症的辅助治疗。

用法用量:一次10克~15克,每天2次。

### 益气补血汤

备用材料:猪脊骨250克,党参20克,红枣3颗,桂圆肉8颗(不喜甜可以少放),枸杞子20颗,芡实40颗,盐适量。

制作方法:

- 1.猪脊骨斩大块洗净,放入开水锅内焯烫至出血水,捞起用冷水冲洗干净。
- 2.锅内放入洗净的党参、芡实,加入红枣、桂圆肉,注入清水1500毫升。
- 3.加盖大火煲开后,转小火慢炖,煲至剩750毫升,加入枸杞子再煲10分钟,最后加适量盐调味即可。

功效:补中益气,健脾益肺。适用于脾肺虚弱所导致的气短心悸、食少便溏、虚喘咳嗽、内热消渴之人。另外,此汤益肺,故对于吸烟男士及雾霾城市人群皆有益,女士常喝亦可使气色更为红润。

(以上验方由徐宏伟提供)

## 巧治老年性便秘

方药组成:黄芪20克,紫苏子15克,酒大黄10克,炙甘草3克。

该方具有补气健脾,润肠通便之功效。

主治:年老体弱,中气不足,推动乏力,有便意,难以排出,大便初硬后溏,神疲倦怠,肢体乏力。

黄芪,炙甘草补气,增加气的推动作用;紫苏子降气,润肠通便,使“上道开,则下窍泄,开天气以通地道。”数日未大便者,急者治其标;酒大黄气味苦寒,泻下通便。通常患者连续服用3剂即可排出大便,可去除酒大黄,继续服用半个月疗效更佳。

(作者牛凤景为全国基层老中医专家传承工作室指导老师,本文由刘建英整理)

## 经验之谈

### 梨药膳:滋阴润肺解秋燥

□李武强

入秋以后天气渐渐干燥,人们出现的咽干鼻燥、唇干口渴、咳嗽无痰、皮肤干涩等现象被称为秋燥,而被誉为“百果之宗”的梨,鲜嫩多汁,酸甜适口,对秋燥有很好的改善作用。

李时珍撰写的《本草纲目》中记载,梨“气味甘微酸寒,无毒。多食令人寒中萎困,金疮乳妇血虚者尤不可服……润肺凉心消痰降火,解疫毒酒毒”,就是告诉人们这种酸甜味的无毒水果,性质

平和,尤其不适合外伤手术后的患者和产后处于哺乳期的女性食用。梨的主要功效是润肺化痰,降心火,还能解疫毒和酒毒。梨生吃和熟食的功效也不一样。“生者清六腑之热,熟者滋五脏之阴”,生吃清热,熟食滋阴,因此民间常用蒸梨治疗秋冬季无痰的燥咳症状,效果明显。

下面,笔者介绍两款以梨为主料的药膳。

猪肉雪梨汤:雪梨2个,猪肉150克左右,大枣4枚。雪梨切成4块,与大枣一起加两碗水先煲,

水开后加入猪肉,煲至剩大半碗水时,加入食盐调味,就可以吃肉喝汤了。该方有滋阴润燥,消痰降火的功效,治疗肺阴虚引起的咳嗽、喉干、便秘等。

雪梨香蕉汤:雪梨250克,香蕉75克,冰糖适量。将雪梨、香蕉去皮切块,放入清水,水开煮沸5分钟即可。该方的功效具有生津润燥,清热化痰,醒酒解毒的功效,特别适合作为酒后次日早晨的醒酒佳肴。

(作者供职于三门峡武强中医院)

## 产后抑郁症莫忽视

□杨洋

32岁的患者陈某,产后3个月出现情绪低落,1个月后因换工作岗位不适应出现敏感多疑,总担心别人说自己工作不好,自卑,认为自己不如别人,胡思乱想,失眠,觉得活着没意思,有想死的念头。在郑州市第八人民医院,陈某被诊断为产后抑郁症。

产后抑郁症是指发生于产褥期的抑郁,是介于产后精神病与孕产妇抑郁之间的精神疾患。妊娠女性焦虑、抑郁的主要诱发因素为不良分娩结局、分娩创伤、性别歧视、角色转换及其负面因素等,一旦某些改变的程度和性质超过了正常的变异界限,则成为病理性改变。

产后抑郁症主要表现为孕产妇产后情绪低落、孤僻、爱哭、失眠或嗜睡、注意力不集中、感觉到生活无趣、食欲不振、常因一些小事而生闷气或吵闹,严重者还可出现自责、拒食,甚至有自杀意念或企图。

产后抑郁症主要的原因是孕产妇分娩的生理、心理、社

会和婴儿等因素引起的改变超过了正常的变异界限,成为病理性改变,隐蔽性强,危害性大,但是通过对孕产妇和家庭进行一系列健康教育为主的护理干预后,可有效降低产后抑郁症的发病率,使孕产妇建立自信,减少压力及生活事件的负面影响。

那么,怎样预防产后抑郁症呢?

### 放下思想上的包袱

医学界认为,有些产后抑郁症是孕产妇性格造成的,如对周围一切的疑虑。因此,有时会发生于丈夫探望时言语不当、周围人谈话中无意的刺激而引起孕产妇自责、多疑,最终导致产后抑郁。如果你就是这样的孕产妇,那么一定要放下思想包袱,把一切看得淡一些。这样就会轻松很多。

### 消除不必要的担心

有些孕产妇由于新生儿容易出现问题,而自身又没有育儿经验又怕家人埋怨,或因没有生育出男孩等而引发抑

郁症。其实,新生儿体质虚弱属于正常现象,至于没有育儿经验可以慢慢学习,不必过于担心。

### 家人多关心孕产妇心理变化

有的孕产妇心理变化大,甚至产生一种矛盾的念头,又爱又恨自己的婴儿;有些母亲甚至会拒绝喂食自己的孩子,或对婴儿显得不关心。家人对孕产妇及新生儿无微不至的关怀,可以减轻孕产妇精神上的负担,避免产后抑郁症的发生。

### 接受胎儿性别,遵从自然规律

对孩子的性别问题,应采取顺其自然的态度,要随遇而安。强行人为干涉胎儿性别,是不人道的。过于重视胎儿性别,还会对孩子的心理健康及性格的形成产生负面影响。家庭中要想得到一个健康的孩子,孕产妇及家人对胎儿要有博大的爱,用宽大的胸怀迎接家庭新成员的到来。

### 加强夫妻亲密关系

孕产妇应迅速认识到,每

一对伴侣都是凡人,都有自己的缺陷和毛病。把人们对亲密关系的期望值调整到现实的水平,重新点燃夫妻爱情的火花,使爱情在彼此宽容中扩大,凝聚成亲情。夫妻之间情投意合,家庭生活才会稳定、幸福。

### 注重心理健康

著名心理学家沃尔斯坦说:“当你满怀激情地开始新生活,当你走进婚姻登记处时,要摆脱一切旧日的负担。只有那些完全告别童年和旧的家庭创伤的情侣,其婚姻的起点才是成功的。”怀孕是一个重要的生活事件,除了生理改变以外,还

容易激活其他人格问题。在一定的时期,这种对爱的缺失感和不安全感,会变成一种病态的依赖心理,对夫妻关系起着破坏作用,严重影响孕产妇的情绪健康。

对于患有产后抑郁症的孕产妇如能及时发现问题,并尽早进行健康教育,积极进行心理护理,可有效降低产后抑郁症的发病率,使孕产妇建立自信,减少压力及生活事件的负面影响,生活在一个温馨、祥和和充满关爱的家庭气氛中,更有利于身心的康复。

(以上内容由本报记者王婷综合整理)



协办:郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院  
疫情防控心理援助热线(0371) 55622625

郑州市中医院  
主任医师苗治国:  
**这四种体质的眩晕  
中医治疗效果更好** 扫码看视频



苗治国,郑州市中医院脑病二科主任,副主任医师,医学博士;河南省卒中学会中西医结合分会副主任委员;擅长中医治疗头痛、失眠、面瘫、面肌痉挛、痴呆等神经内科疑难杂症。

## 征稿

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”,内设《名医堂》《中西合璧》《中医特色技术》《中医外治》《针推治验》《四诊合参》《临证心语》《中药用法》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求:一定是原创,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:13783596707  
投稿邮箱:5615865@qq.com

本版方药需要在专业医生指导下使用