补气祛瘀止血治疗青春期功血

□丁世芹

王某，女，17岁，学生。

初诊 患者月经来潮60多天未净。

现病史 患者初潮13岁，2个月~3个月一次，量不多，无腹痛，近1年来，因学习紧张，已有5个月未来潮，就诊于当地某医院妇产科，服用雌孕激素后来潮，至今64天月经未停。患者曾在外院服用清热凉血、固冲止血中药6剂，血未止，且小腹隐痛，有下坠感，故到笔者所在医院就诊。患者全身乏力，贫血状，经色暗红，血块少许，脉微滑，舌暗红、有瘀点。B超检查结果显示：子宫大小正常，内膜厚约12毫米，双侧卵巢大小正常。

诊断 青春期功能性子宫出血（脾虚血瘀型）。

治法 祛瘀止血，益气健脾。

处方 炒蒲黄10克，三七6克，炒五灵脂15克，升麻6克，白术15克，山药15克，煅牡蛎15克，枣仁20克，元胡10克。共4剂。每天服用1剂。同时，嘱咐患者注意测量基础体温。

二诊 服上方2剂后，患者阴道出血量微增，小腹疼痛加重，当即排出烂肉状组织一块后，腹痛消失，出血明显减少；服药3剂后，出血停止，但头晕，乏力，无食欲，脉沉细，舌暗红有瘀点。治宜补益心脾，养血调经。

处方 归脾汤加味。白术15克，山药15克，酸枣仁20克，党参15克，黄芪15克，当归15克，茯苓20克，阿胶15克，五味子15克，升麻6克，木香6克，煅牡蛎15克。共6剂。1天半1剂。

三诊 患者服前药头晕、乏力、纳差均有所改善，无排卵迹象，脉沉细，舌暗淡、苔黄。治宜补气养血，疏肝调经。

处方 八珍汤加味。当归15克，川芎10克，赤芍15克，熟地黄15克，党参15克，白术15克，茯苓15克，柴胡10克，香附15克，桃仁15克，菟丝子15克，川牛膝10克，黄芩15克。共5剂。1天半1剂。同时，嘱咐患者口服甲羟孕酮片10毫克，每天1次，连续服用5天。

四诊 全部药服完后，患者基础体温高温9天，月经来潮，小腹微痛，月经量较少，血块少许，脉微滑，舌淡红。应用首诊方加五味子15克，阿胶15克。共3剂。

五诊 本次月经来潮5天，量色如常，无痛感，头晕、乏力、纳差未再发生，脉沉细、舌淡。继续服用健脾益肾调经的中成药六味地黄丸、归脾丸善后，月经第20天加服甲羟孕酮6毫克，每天1次，连续服用5天。

4个月后随访，患者说服完药后月经正常，未再服药，目前身体良好。

按语 该患者以阴道持续出血60多天未净，小腹微痛，舌暗红有瘀斑，B超检查结果提示子宫内膜12毫米为依据，诊断为脾虚血瘀型崩漏（青春期功能性子宫出血）。笔者采用“急则治其标、缓则治其本”的治疗原则，首选炒蒲黄、炒五灵脂、三七祛瘀止血为君药；枣仁养血宁心安神，健脾固本为臣药；升麻、白术、煅牡蛎益气升举，统血归经为佐药；牡丹皮滋阴凉血，引血归经为使药。血止则应用补益心脾固本调经的归脾汤，以及补益气血、益肾疏肝调经的八珍汤加仙灵脾、菟丝子、柴胡、香附等，为了恢复胞宫藏泻功能，适当服用孕激素诱发月经来潮，建立药物人工周期，有利于患者康复。一方立愈散不仅适用于青春期功血，同时对更年期功血，育龄期功能失调也有同样的祛瘀止血效果。青春期功血的治疗经验在于“止血、固本、调经”疗法的随证灵活应用。出血期本着“急则治其标”的原则，实施止血方案，关键在于出血的量、色、质，有无腹痛及B超下子宫内膜厚度为其诊断依据。若内膜大于6毫米，可诊断为血瘀证，首选一方立愈散；若小于4毫米，有可能是脾虚证或肾虚证，可选用归脾汤、养阴调经汤、固本止崩汤等方剂加三七、炒蒲黄、煅牡蛎等祛瘀止血剂。非经期是恢复月经周期的治疗关键，除选用对症治疗的中药外，适量加用孕激素对恢复月经周期很有意义。现代医学认为，青春期功血是垂体对雌激素的正反馈刺激缺乏反应，而无孕激素的作用，使子宫内膜不易脱落完全，导致不规则出血，故月经19天口服甲羟孕酮片，使内膜脱落完全，促进月经来潮，较单纯应用中药治疗更快速有效。

（作者为全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师）

常见重要穴位的功能

□赵明星

尺泽穴 急性胃肠炎：在尺泽穴附近的静脉进行放血治疗。方法：暴露肘窝静脉，用碘酒消毒，再用酒精脱碘后，让患者掌心向上握拳，医者用手掌由患者腕部向肘推3次~5次，最后1次手要停在距静脉三横指处，捏紧前臂，使静脉怒张，另一只手持三棱针对准静脉，缓慢刺入，以穿透血管壁为限，再缓慢出针、血即流出，操作完毕后，患者屈肘止血。如果患者出现腹痛或恶心，立即停止治疗。膝关节病：直刺，有适当针感时，边捻针边让患者活动膝关节，也可起针后让患者活动膝关节。

孔最穴 外感时可发汗（用远红外线照射该穴7分钟~8分钟），或针刺捻转使周身微热。鼻衄：直刺0.3寸（此为同身寸）~0.5寸，针感酸胀至鼻衄止。

列缺穴 阴茎、睾丸、尿道病：弹拨或用针斜刺，使针感向肘方向传导。慢性咽炎：配照海穴（针刺列缺穴时斜向肘部，使局部酸胀；针刺照海穴要直刺0.3寸~0.5寸，使局部酸胀、每隔5分钟捻针1次）。

太渊穴 膈肌痉挛（呃逆）：避开动脉直刺0.3寸~0.5寸，使局部酸胀。脉管堵塞：针法同上。

鱼际穴 支气管哮喘：用1寸（25毫米）针向掌心方向刺入0.3寸~0.5寸，使局部酸胀，哮喘会迅速平复，肺部哮鸣音消失，体表压痛消失。岔气：针法同上。

少商穴 咽喉肿痛：应用三棱针点刺放血。方法：消毒穴位，医者用拇指由患者的大鱼际穴向指端推3次~5次，最后1次停在指关节处，捏紧拇指，另一只手持三棱针对准穴位快速刺入，针孔要大，挤出血液10滴~15滴，使血液颜色由暗红变淡为宜。外感身痛无汗：用0.5寸（15毫米）针刺该穴，捻转使局部刺痛。中风急救：配商阳穴、中冲穴、关冲穴、少冲穴、少泽穴，双手均刺，强刺激，或点刺放血。

合谷穴 冷嗽：受寒后咳嗽日久不愈，胸闷憋气，咽喉不爽，针之用补法（得气后拇指向前用力，操作5分钟，可迅速理气宽胸）。配穴：三阴交穴用泻法，疗效佳。牙痛：强刺激止痛较好。止汗，发汗：配合复溜穴，汗多可止，无汗可发，合谷穴、复溜穴双侧均用针，以出现针感为度。

手三里穴 消除针刺不当引起的后遗感。方法：弹拨，如弹拨患者右侧之手三里穴时，医者与患者对面而立，用右手握住患者右手，使肘屈成90度，用左手拇指弹拨患者右侧手三里穴处的肱桡肌，同时让患者活动不适之处，当即症状可得到缓解或消失。

曲池穴 降血压：直刺，得气后提插捻转数次，患者感觉头脑清爽可出针。上肢要穴，可治半身不遂，肩周炎：直刺，得气后提插捻转、留针30分钟，每过5分钟行针1次或针刺曲池穴得气后起针，让患者活动。丘疹及面部痤疮：直刺得气后留针30分钟，5分钟行针1次，常搭配合谷穴、血海穴、三阴交穴，疗效更佳。

内迎香穴 治红眼病。取穴：在鼻孔内上方的鼻中隔处。针法：清洁鼻孔，用三棱针由鼻孔外下方向内上方刺入，有阻力时即出针，血即流出。

四白穴 治近视：用1.5寸（40毫米）针先直刺入皮下，再将针身放平，沿皮向内眼角方向刺入，有酸胀感时加大捻转力度，使眼流泪时出针。

地仓穴 面瘫：向地仓穴方向平刺，使面部酸胀。

颊车穴 夜眠流口水：向颊车穴方向斜刺，得气后出针。面瘫：向颊车穴方向用2寸（60毫米）针平刺，使局部酸胀。

天枢穴 胃肠病：直刺，使酸胀感向下放射，留针30分钟，5分钟行针1次。

（作者供职于郑州大学第一附属医院中医科）

肺心病的中医辨证治疗

□周朝伟

肺心病是一种心脏疾病，是由心脏负荷过大或心肌病变等原因引起的肺部疾病，通常表现为呼吸困难、乏力、胸闷等症状。针对患者的病情不同，中医可进行辨证施治。其中，肺气虚、肺痰湿、肝郁气滞是肺心病的常见证候。

中药和物理疗法

中药治疗可以解决各种肺部问题。党参、黄芪和白术能够增强体内气血运行，提高肺功能，从而减轻气短、胸闷、乏力等症状。此外，针灸和推拿等物理疗法也有助于气血流通，缓解肺气虚症状。

肺痰湿是常见症状，通常表现为咳嗽、痰多、胸闷等，严重影响患者的生活质量。枇杷叶、杏仁、茯苓等具有清热化痰、润肺祛湿的功效，可以有效缓解肺痰湿。这些中药可以促进气道通畅，使痰液更容易排出体外，从而减轻咳嗽、胸闷等不适感。除了中药治疗外，艾灸和推拿也可以作为治疗肺痰湿的方法。艾灸可以刺激经络、促进气血流通，改善肺部状况，从而缓解肺痰湿症状。推拿则可以促进淋巴循环，增强免疫力，能有效预防肺痰湿发作。

此外，肝郁气滞是另一种常见问题，应用中药进行疏肝解郁是常用方法。柴胡、香附和枳实具有调理肝脏功能，缓解心理压力，改善心脏病变的功效，能够缓解胸闷、心烦易怒、胁肋胀痛等症状。此外，针灸和推拿等物理疗法也可以调节身体平衡，缓解肝郁气滞症状。

总之，中药能够增强体内气血运行，增强肺功能，从而缓解各种症状。此外，物理疗法，如针灸和推拿等也可以促进气血流通，缓解肺部问题的症状。在治疗前，应咨询医生，以获得最佳治疗效果。

饮食和生活疗法

除了中药和物理疗法外，中医还非常重视对患者的饮食和生活习惯进行调理。在治疗肺心病的过程中，患者饮食应清淡，少食油腻和辛辣的食物，以免增加心脏负担。同时，饮食应营养均衡，多摄入富含维生素和蛋白质的食物，如鱼、蛋、豆类等，有助于增强身体免疫力，促进身体康复。

此外，适当的运动对预防和治疗肺心病也非常重要。运动可以促进血液循环，有助于增强心脏和肺部功能。但需要注意的是，运动强度和方式应根据患者的身体状况而定，不能过度疲劳或过于剧烈，以免加重心脏负担。

中医还强调心理治疗的重要性。肺心病患者往往会面临心理压力和抑郁等问题，这不仅影响患者的身体康复，还会加重病情。因此，在治疗肺心病的过程中，应注意对患者进行心理疏导，让患者积极面对疾病，树立信心，增强免疫力，促进身体康复。

综上所述，中医辨证施治是治疗肺心病的有效方法。通过中药治疗、物理疗法、饮食调理、运动、心理治疗等综合手段，可以达到缓解症状、提高身体免疫力、预防疾病复发的目的。需要注意的是，中医辨证施治，需要针对患者的具体病情制定个体化治疗方案，要严格遵循中医治疗原则，以免对患者造成不良影响。

（作者供职于新密市中医院）

胃炎的中医疗法

□张金河

当胃黏膜受到损伤或发生炎症时，就会引起胃炎。胃炎是常见的消化系统疾病，发病率较高。中医治疗可以有效缓解胃炎症状，但需要根据患者的病情制定个体化治疗方案。

胃炎的原因

细菌感染 胃炎常见的原因是细菌感染。幽门螺杆菌是常见的胃肠道细菌，感染幽门螺杆菌可能导致胃炎和消化性溃疡。幽门螺杆菌感染通常通过食物或饮用水进行传播，也可以通过密切接触等方式进行传播。此外，如大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等也可能引起胃炎。

自身免疫因素 自身免疫性胃炎是一种严重的罕见疾病，是由于身体免疫系统攻击胃黏膜细胞导致的。自身免疫性胃炎多发生在年龄较大的人身上，且女性发病率较高。

药物刺激 药物刺激也是引起胃炎的常见原因。常用的药物，如阿司匹林、布洛芬等，可能会刺激胃黏膜，导致胃炎。此外，一些化学物质，如酒精、尼古丁等也可能对胃黏膜产生刺激作用。

饮食习惯 饮食习惯是引起胃炎的重要原因。饮食中过度摄入辛辣、油腻、酸性食物等可能会刺激胃黏膜，引起胃炎。此外，不良的饮食习惯，如饥饿、暴饮暴食、饮食不规律等可能导致胃黏膜受损，从而引起胃炎。

胃炎的分类

急性胃炎 急性胃炎的症状为急性发作，表现为上腹部疼痛、恶心、呕吐、腹泻等，部分患者还会有发热等症状。这些症状多与饮食有关，如食用变质食物、饮食过量、饮酒等。

慢性胃炎 慢性胃炎的症状相对较轻，表现为上腹部不适、食欲不振、腹胀、打嗝等，可能伴有泛酸等症状。慢性胃炎病程较长，常常由急性胃炎发展而来，但也可能是饮食不当、生活习惯不规律等原因引起的。

自身免疫性胃炎 自身免疫性胃炎的症状与慢性胃炎相似，表现为上腹部不适、食欲不振、腹胀等，可能伴有贫血、乏力、消瘦等症状，该病常常与贫血相关。

化学性胃炎 化学性胃炎通常由于长期使用某些药物，如布洛芬、阿司匹林、阿莫西林等引起。症状包括上腹部不适、恶心、呕吐、食欲不振等。如果停药后症状得到缓解，则支持化学性胃炎的诊断。

胃炎的中医治疗

中医治疗胃炎的方法，包括中药汤剂、针灸、艾灸等。其中，中药汤剂是治疗胃炎常用的方法，根据患者病情和症状，采用不同的中药组合进行调配，以达到治疗和调理胃炎的目的。针灸和艾灸也是中医治疗胃炎的有效方法，可以调理人体气血运行，促进胃肠蠕动，改善胃炎症状。

治疗胃炎，常用的中药有黄连、黄柏、半夏、茯苓等。这些中药具有清热解毒、调理胃肠、增强消化功能等功效，对于胃炎有一定疗效。此外，中医常用一些具有消食化滞、健脾胃等作用的中药治疗胃炎，如山楂、六神曲等。

值得注意的是，中医治疗胃炎需要针对具体情况进行个体化调理，因此不同的人群在治疗方法和药物使用上可能存在差异，需要在专业中医医师指导下进行。同时，在接受中医治疗期间，患者应避免过度疲劳、暴饮暴食和情绪波动，这些因素都可能对治疗效果产生影响。

（作者供职于滕州市东郭中心卫生院）

中西合璧

中西医结合治疗脑梗死

□王少锋

西医治疗脑梗死的方法和原理

西医的药物治疗 西医治疗脑梗死的常用药物，如抗血小板药物、溶栓药物等，解释它们的作用原理和治疗效果。

抗血小板药物 常用于预防和治疗脑梗死，通过抑制血小板聚集和凝血过程，降低血栓形成的风险，保护脑血管通畅。

溶栓药物 溶栓药物可以溶解血栓，恢复脑血管血流，减轻脑组织缺血缺氧的损伤。该类药物通常在脑梗死早期使用，以尽快恢复大脑血液供应。

康复训练 康复训练在脑梗死的康复过程中起着重要作用。物理治疗、语言治疗、认知训练等，可以帮助患者恢复受损的神经功能，提高生活质量和自理能力。

中医治疗脑梗死的方法和原理

辨证施治 中医治疗脑梗死患者注重辨证施治，根据患者的具体病情和体质，采用个体化治疗方案。

中药治疗 中药治疗脑梗死，主要通过平肝熄风、化痰祛瘀通络、豁痰开窍、回阳益气固脱，改善脑血液循环，恢复受损的神经功能。常用的中药有天麻、钩藤、半夏、当归、川芎、丹参、黄芪等，具有熄风化痰、益气活血、祛瘀通络的作用。

针灸 针灸是中医的重要疗法之一，通过在特定的穴位上刺入毫针来调节人体气血运行，以达到治疗脑梗死的目的。针灸可以舒筋通络、熄风化痰、活血祛瘀，促进神经功能恢复。

理疗 通过按摩、推拿等手法，刺激机体穴位和经络，促进气血运行，加速康复过程。常用的方法有推拿、拔罐、刮痧等。

养生和饮食调理 中医养生和饮食调理，在脑梗死康复过程中的重要性。通过调整饮食结构，适当选用具有活血化瘀、补肾健脑作用的食物，如黑豆、核桃、鱼类等，可以帮助恢复脑功能，预防脑血管再次受损。

中西医结合治疗的优势

综合疗效 中西医结合治疗脑梗死，可以充分发挥中西医各自的优势，综合运用不同的治疗方法，提高疗效。西医通过药物治疗和康复训练可以快速控制脑梗死，促进患者康复；中医通过调理阴阳、活血化瘀等方法，改善脑血液循环和神经功能。两者结合可以达到治疗的全面性和个体化。

个体化治疗 中西医结合治疗脑梗死，可以根据患者的具体情况进行个体化治疗。中医根据辨证施治的原则，结合患者的体质、病情和病因等进行针对性治疗；西医通过精确诊断，可以针对不同类型和程度的脑梗死患者采取相应的治疗策略。

提高康复效果 中西医结合治疗脑梗死，可以有效促进患者康复。中医强调整体调理，通过中药调理、针灸等方法来改善气血运行和脑功能；西医通过药物治疗和康复训练，帮助恢复受损神经功能和日常生活能力。综合应用两种治疗方法，可以提高康复的速度和效果。

综合考虑风险和副作用 中西医结合治疗脑梗死，可以综合考虑治疗的风险和副作用。中医强调整体观念，减少药物不良反应和副作用；西医通过精确的药物治疗和监测，控制用药风险。两者结合，可以平衡治疗效果和安全性。

（作者供职于郑州阳城医院神经内科）

中医如何治疗头痛头晕

□宋世超

头痛、头晕是指由于外感与内伤，致使脉络拘急或失养，清窍不利所引起的以头部疼痛为主要临床特征的疾病。那么，中医如何治疗头痛、头晕呢？

针灸

风热头痛

症状：发热恶风，口渴心烦，鼻塞头痛，喜凉畏热，舌苔薄黄，脉浮数。

针灸：主穴，风府穴、风池穴、外关穴、太阳穴；配穴，前头痛取上星穴、印堂穴。

风寒头痛

症状：发热恶寒，鼻塞流涕，无汗不渴，脊背酸痛，偏头痛、正头痛或后头痛，喜热畏寒，舌苔白滑，脉浮滑。

针灸：大椎穴、风府穴、列缺穴，头痛配昆仑穴。

风湿头痛

症状：微热恶风，肢节酸痛，头痛身重，一身尽痛，遇风益甚，小便赤涩，舌苔腻，脉浮缓。

针灸：主穴，选取风府穴、大椎穴、丰隆穴、头维穴；配穴，选取三阴交穴、阴陵泉穴。

穴位按摩

头为诸阳之会，人体的多条静脉均上行于头部。按摩头部可以疏通经络，调和气血，镇静安神，清脑明目，活血止痛。通过按摩头部诸穴，可以改善头部血液循环，减轻头痛、头晕症状。

适应证：神经性头痛、眩晕、失眠、感冒、视疲劳等。

头部按摩的方法：头部按摩的方法有指擦法、掌擦法，按法、捏法等。

指擦法：一般用两手拇指在头部眉弓以上由中间往两边平行直推，也可由两眉间的印堂穴往发际线直推。

掌擦法：用两手掌根由太阳穴往下直到下颌部位直推，至局部皮肤发红发热。

按法：运用最多的手法，可用拇指或其他四指点按，也可以用掌根揉按，在头部的百会穴、风池穴、风府穴、迎香穴、颊车穴等部位操作。

捏法：作用于头部皮肤比较疏松的部位，如两颊部或额部，食指与拇指相对，轻轻捏起穴位部位皮肤，然后缓慢向上拉。

刮拭

一般头痛用砭石刮痧板或砭石刮痧器，以面刮法刮拭全头，先刮侧头部，将刮痧板竖放在发际头维穴至耳上处，从前向后刮至侧头部下面发际边缘处。

刺络放血

三棱针点刺太阳：太阳穴怒张青筋处，用三棱针顺着青筋由下向上刺络，出针后使血液自行流出，待不流动时加拔火罐或抽气罐，直至瘀血流尽。

三棱针点刺大椎穴、阳陵泉穴：点刺后加拔火罐5分钟~15分钟，起罐后若还有出血，可再拔1次火罐，直至无出血。

三棱针点刺阿是穴、百会穴、风池穴：用三棱针点刺数下，使其自行出血，待瘀血出尽即可。

在日常生活中，尽量减少熬夜，保证充足的睡眠，适当放松心情，减少压力，经常按摩头部穴位，促进血液循环，避免受凉、受风引起头痛。

（作者供职于汝州市人民医院康复医学科）

本版药方需要在专业医生指导下使用