

益气化痰、健脾燥湿治疗皮肌炎

□郑启仲

朱某,女,11岁。患者于2年前全身皮肤出现红斑,双下肢无力,在某医院被诊断为皮肌炎住院治疗。3个月后患者病情缓解出院,每天服用泼尼松20毫克维持治疗。近半年来,患者病情出现反复,红斑增多,双下肢无力加重,故寻至笔者处就医。

初诊 患者面部及全身遍布红斑,色紫暗,双下肢浮肿,四肢无力以下肢为重,行走迟缓,下蹲后不能起立,大小便靠家人帮扶,大便溏,小便清,舌体胖,质淡红略紫,苔白腻,脉沉细。

中医诊断 痿证。

西医诊断 皮肌炎。

辨证 气虚血瘀,脾虚湿注。

治法 益气化痰,健脾燥湿。

处方 补阳还五汤合四妙丸加减。黄芪30克,当归6克,赤芍6克,川芎6克,红花6克,鸡血藤10克,苍术15克,怀牛膝10克,黄柏6克,炒薏苡仁15克,桂枝10克,蜈蚣1条。每天1剂,水煎,分早、晚两次服用。

二诊 上方连服28剂后,患者自觉四肢较前有力,红斑紫暗转红,下肢水肿减轻,皮下结节无明显缩小,饮食可,二便调,舌质淡紫,苔薄白,脉沉缓。守上方加化痰、软坚、散结之品再行调整。

处方 黄芪60克,当归10克,赤芍10克,红花10克,川芎10克,鸡血藤15克,苍术30克,怀牛膝15克,炒薏苡仁15克,桂枝10克,夏枯草15克,昆布10克,海藻10克,生牡蛎15克,半夏6克,陈皮6克。每天1剂,水煎,分早、晚两次温服。

三诊 上方连续服用35剂

后,患者病情进一步好转,下蹲后可自行起立,红斑开始消退,硬块变软变小,下肢水肿明显减轻,舌质淡红,苔薄白,脉较前有力,自行停用泼尼松。效不更方,在上方基础上黄芪加至90克。

四诊 上方服用105剂后,症状趋平,全身红斑大部分消退,硬结大部分消失,四肢肌力进一步增强,已能自行下蹲起立及走路。经检查患者的血清肌酸磷酸激酶、醛缩酶等基本恢复正常。患者继续服用中药治疗,家长及患儿信心倍增。

处方 黄芪90克,当归10克,丹参15克,鸡血藤15克,苍术15克,怀牛膝15克,炒薏苡仁15克,桑寄生15克,续断15克,生牡蛎15克,昆布10克,海藻10克,半夏10克,陈皮10克。每天1剂,水煎,分两次服用。

“痿证”“肌痿”范畴。该患者临床表现一派气虚血瘀、脾虚湿注之证,故投补阳还五汤合四妙丸加化痰、软坚、散结之品而奏效,守法重剂再进,诸症消退,后期加入补肾强筋之味而收全功。虽然患者仅有11岁,但是方中黄芪用量至90克时并无寒中碍胃之弊,看来,辨证准确,大虚还必以重剂补之。

(作者为全国老中医专家学术经验继承工作指导老师) 按语 皮肌炎属祖国医学



面神经炎的针灸治疗

□高恒

面神经炎又称贝尔麻痹或面瘫,是茎乳孔内面神经非特异性炎症,以急性起病的周围性面瘫为主要表现的神经疾病。面神经炎发病急速,多为单侧,可发生于任何年龄,无明显的季节性,临床表现为口角歪斜,患侧额纹、鼻唇沟变浅或消失,眼裂增宽,闭合不全,口角向健侧,伴迎风流泪,舌前2/3区域出现味觉障碍,面部皮肤感觉麻木,少数患者伴有耳鸣,听觉过敏或耳部疱疹等。

中医将面神经炎分为早期风寒型及风热型,恢复期或病程较长的正虚型。风寒型主要有风寒表证,多有面部受凉史;风热型有风热表证,多继发于感冒发热。正虚型多面色淡白,身疲头晕等。

针灸在治疗面神经炎有明显的优势,可根据患者的接受程度予以针灸治疗。对于面神经炎的针灸治疗,最佳治疗期为发病后1周内,尽早就医,针灸可协助获得最佳治疗效果。在面神经炎急性期,针灸可有效减轻面神经水肿,改善面部血液循环,可选择远端的穴位(如风池穴、合谷穴和太冲穴等),也可在耳尖、手指远端穴位进行刺络放血治疗,待局部炎症水肿稳定后再进行面部穴位治疗。疾病恢复后期除了常规针刺治疗外,患者还可配合艾灸、面部闪罐、刮痧、梅花针等治疗方法。

针灸主要是祛风通络、疏通经络。以面部局部和阳明经、少阳经腧穴为主。穴位有阳白穴、四白穴、太阳穴、迎香穴、地仓穴、颊车穴、牵正穴、颧髻穴、颞颥穴、合谷穴等。具体操作为阳白穴透刺鱼腰穴、攒竹穴、丝竹空穴;地仓穴透刺颊车穴或牵正穴;迎香穴透刺上迎香穴或四白穴;颊车穴、牵正穴透刺太阳穴或迎香穴;四白穴、太阳穴、牵正穴进行直刺;颞颥穴、颞颥穴、合谷穴以直刺为主。风寒型可加风池穴、外关穴;风热型可加风池穴、曲池穴;抬眉困难加攒竹穴;鼻唇沟变浅加迎香穴;人中沟歪斜加水沟穴;颊唇沟歪斜加承浆穴。体虚者加足三里穴、三阴交穴。

温灸法可用于风寒型及正虚型,取颞颥穴、下关穴、曲池穴、外关穴、合谷穴等,可进行温灸或悬灸面部,要注意防止烫伤皮肤。

此外,还有穴位药物注射疗法,一般取患侧阳白穴、四白穴、颊车穴、地仓穴、太阳穴、牵正穴、外关穴、颞颥穴、曲池穴等,选维生素B₁₂或加兰他敏注射液,面穴0.2毫升~0.3毫升/穴,体穴1毫升~2毫升/穴。每次取两三个穴进行注射,隔天1次。此法适用于各种类型的面神经炎。

针灸时要注意以下情况,比如初期应轻刺浅刺,手法不宜过重,可配合温灸、悬灸、梅花针,慎用点刺;恢复期可取透穴刺法,手法柔和,可加灸法、穴位注射、梅花针等。手法多行平补平泻法;后期可酌情使用电针、刺络拔罐、穴位注射等。

针灸疗程因人而异,病情较轻者10天左右即可恢复,病情较重者需要针灸一两个月。面神经炎患者在日常生活中要注意避风寒,出门要戴口罩,必要时戴上围巾,平时用温水洗脸,保证充足的睡眠,不要过度焦虑等。

(作者供职于郑州市第十五人民医院康复科)

按摩在肿瘤康复中的重要性

□郭娜

传统中医学中,按摩疗法被认为是一种有效的治疗手段,可以帮助患者维持体内经络通畅,调和气血,从而提升免疫力,减轻症状,促进患者康复。本文将探讨按摩在肿瘤康复中的重要性,强调其专业性和正确应用方法。

什么是肿瘤

肿瘤是由体内的异常细胞不受正常生长和调控机制的控制而过度增殖的一种异常组织。肿瘤可以分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类。

良性肿瘤 良性肿瘤生长相对较为温和,通常不会扩散到周围组织或其他部位。这些肿瘤通常有较完整的包膜,一般不对身体的正常功能产生重大影响,除非是压迫到周围器官或组织。一些常见的良性肿瘤包括脂肪瘤、囊肿、息肉等。

恶性肿瘤 恶性肿瘤也称为癌症,由恶性细胞组成的肿块,

生长通常更具有侵袭性,具有扩散到身体其他部位的能力,这一过程被称为转移。恶性肿瘤可能会对身体的正常结构和功能产生严重影响,并对患者的生命构成威胁。常见的恶性肿瘤包括乳腺癌、肺癌、结肠癌等。

按摩的作用

肿瘤是一种严重的疾病,对患者来说常常伴随着许多身体和心理的困扰。按摩在肿瘤治疗和康复过程中可以发挥一定的积极作用。

减轻治疗不良反应 在治疗肿瘤过程中,患者可能会出现不良反应,如恶心、呕吐、疲劳、焦虑等。按摩有助于减轻这些不适感,使患者更容易接受治疗。

缓解疼痛 肿瘤可以导致各种类型的疼痛,包括肿瘤本身的疼痛、手术后的疼痛、化疗或放疗引起的疼痛,以及与肿瘤相关的疼痛症状,如神经痛或淋巴结肿大引起的疼痛。这些疼痛可能对患者的生活造成明显的影响。按摩可以通过调整气血流动、缓解肌肉紧张,对于与化疗或放疗相关的疼痛,按摩可以帮助患者减轻治疗后的不适感,提高患者的生活质量。

促进淋巴排毒 按摩可以促进淋巴液流动,帮助排出体内废物和毒素,有助于减轻肿瘤治疗过程中的不适感。

增强免疫力 在肿瘤治疗过程中,患者的免疫系统可能会受到一定程度抑制。按摩有助于平衡体内气血,提高免疫细胞活性,增强免疫系统的功能,有助于抵抗感染和恢复健康。

按摩的方法

按摩的具体方法包括推、拉、按、揉等手法,需要由专业的按摩师来执行。以下是一些常见的按摩技术。

按摩穴位 按摩师会按照患

病情和体质,选择特定的穴位进行按摩。这些穴位通常位于经络之上,刺激这些穴位可以促进气血流动。

推拿手法 推拿是按摩的核心手法之一,包括了用手掌、指腹等部位施加适当的力量来按摩患者的身体。该方法可以用于放松肌肉、改善血液循环等。

拔、拉手法 拔和拉手法主要用于改善气血流动,通过不同的手法,可以刺激经络,解除阻塞。

按摩油 按摩油的使用可以减少皮肤摩擦,使按摩更加顺滑,同时也有助于滋养皮肤。

按摩的注意事项

在进行按摩时,需要特别注意以下事项。

专业从业者 按摩应该由受过专业培训的按摩师来执行,避免因专业技术问题引发不良后果。

中医推拿的作用与功效

□覃建康

推拿作为一种传统的中医疗法,历史悠久且被广泛应用于生活当中。推拿以手法施加压力、拉伸和按摩等方法,通过调理人体经络系统,达到调理身体功能、促进健康的目的。随着现代医学发展和人们对健康方面的关注度增加,推拿作为一种非药物、非侵入性的治疗方式,逐渐受到人们的关注。

推拿起源于中国,在古代就有相关记载。最早的推拿技术可以追溯到大约3000年前的商朝时期。在我国古籍《黄帝内经》中就已经有了对推拿的描述和运用的记载。后来,随着医学的发展,推拿逐渐完善并形成了自己的理论体系。在古代,推拿主要用来治疗疾病和保健。在中国各个历史时期,推拿的技术不断进步,并逐渐传播到其他国家。在日本,推拿被称为按摩,已经成为当地传统医学的重要组成部分。

推拿的理论基础 是中医学的经络理论。根据中医学的观点,人体内部存在着的一套复杂的经络系统,通过这些经络,气血得以流动,维持身体的正常功能。推拿通过揉、按、推、拿等手法刺激经络,调整阴阳平衡,促进气血流动,从而达到治疗疾病和保健的目的。推拿还借鉴了人体解剖学、生理学和神经科学等现代医学知识。通过对人体结构和功能进行深入研究,推拿技术广泛应用于临床实践。

推拿在康复领域的应用 范围广泛,涵盖了各种疾病和损伤的康复治疗。以下是一些常见的应用领域。

运动损伤康复 推拿在运动损伤康复治疗中具有重要作用,可以通过放松肌肉、缓解肌肉疼痛和紧张感,促进受伤部位血液循环,加速损伤组织修复和再生。此外,推拿还可以增强肌肉力量和灵活性,帮助患者恢复正常运动功能。

骨折康复 推拿对于骨折康复也有积极影响,可以通过调理气血,加速骨折愈合;通过刺激穴位和经络,促进骨骼再生和重塑。同时,推拿还可以缓解骨折局部疼痛和肿胀,提高患者的舒适度和康复效果。

骨骼和关节疾病 骨质疏松症是一种常见的骨骼问题,特点是骨密度减少、易发生骨折。推拿可以通过按摩和刺激相应穴位,促进气血运行,帮助骨细胞生成,从而达到预防和治理骨质疏松症的目的。关节炎是关节组织发生炎症导致的关节功能障碍,通过揉、按等手法,可以改善局部血液循环,缓解关节肿痛,增强关节周围肌肉的支撑力,减轻关节炎患者的症状。关节僵硬是关节炎活动

也非常显著,通过调理气血运行,增强机体免疫力,从而改善妇科炎症。其常用手法包括腹部推拿、膝关节推拿和合谷穴按摩等。这些手法能够促进局部血液循环,缓解炎症症状,同时还能够增加产生抗炎细胞,提高自身免疫力。

推拿作为一种传统的中医疗法,通过手法的刺激和调理,调节人体的经络和脏腑功能,以达到治疗疾病、保健养生的目的。推拿具有丰富的手法和疗效,适用范围广,是一种安全、有效、经济的自然疗法。然而,推拿也需要专业的推拿师和合适的操作技巧,以确保疗效和安全性。希望推拿这一传统疗法能够得到更多人的认可和运用,为人民的健康和幸福做出更大贡献。

(作者供职于南宁市第一人民医院)

范围受限的一种情况。推拿可以通过舒筋活络和扩张关节周围的软组织,改善关节的灵活性和运动范围,从而缓解关节僵硬症状。

妇科疾病 近年来,推拿在妇科疾病中的应用越来越受到关注和重视。有关研究表明,推拿对月经失调有一定的效果,通过调理气血运行,平衡内分泌系统,从而改善月经不调。具体手法包括腹部推拿、腰部推拿和足三里穴按摩等。这些手法能够刺激子宫和卵巢,促进血液循环,调整月经周期,减少月经痛等症。推拿还可以通过调整自主神经系统功能,改善更年期综合征的症状,手法主要包括头部按摩、颈部推拿和足三里穴按摩等。这些手法能够促进血液循环,缓解潮热、出汗等不适感,同时还能够调整情绪,改善失眠等问题。推拿对妇科炎症的疗效

也非常显著,通过调理气血运行,增强机体免疫力,从而改善妇科炎症。其常用手法包括腹部推拿、膝关节推拿和合谷穴按摩等。这些手法能够促进局部血液循环,缓解炎症症状,同时还能够增加产生抗炎细胞,提高自身免疫力。

中医理论与哮喘 中医学认为,哮喘是由于外邪入侵、内伤肺气、肺肾不交等多种因素共同作用所致。首先,外邪入侵是指气道受到风寒、风热等外邪侵袭,导致气道痉挛和炎症反应。其次,内伤肺气是指体内情志失调、饮食不节等因素引起的肺气不足,使气道无法正常扩张和收缩。最后,肺肾不交是指肺脏与肾脏功能失调,导致肺气不固,易受外邪侵袭。

中医治疗哮喘的核心理念 是清肺护气,即通过清热解毒、益气固表的方法来调理体内阴阳平衡,从而缓解哮喘症状。

辨证施治 中医治疗哮喘首先要进行辨证施治,即根据患者的具体症状和体质特点制定个性化的治疗方案。根据中医辨证,哮喘可以分为风寒哮喘、风热哮喘、痰湿哮喘等不同类型,每种类型分别需要不同的治疗方法。

中药治疗 中药治疗是中医治疗哮喘的重要方法之一。常用的中药包括麻黄、杏仁、桔梗等。这些中药具有清热解痉、化痰止咳、益气固表的作用,可以帮助患者缓解哮喘症状。

针灸治疗 针灸是一种古老而有效的中医疗法,对哮喘也有一定的疗效。通过针灸可以调整体内气血流动,促进气道扩张和舒张,从而缓解哮喘症状。

情绪波动 会影响身体的健康,保持积极、愉快的心情对改善症状有一定帮助。

需要强调的是,如果出现视神经萎缩并伴有神经系统等严重症状,应及时就医,避免漏诊、误诊、误治。

中医在视神经萎缩治疗中有着独特的优势与贡献。其理论基础与治疗方法,强调整体观念与辨证施治,为患者提供了一种综合性的治疗选择。然而,每个人的病情不同,治疗方法应当因人而异,患者在接受治疗时应由专业医生指导下进行,综合运用中西和西医的优势,保护视力,提升生活质量。

(作者供职于濮阳市中医院眼科)

备屏幕容易导致眼部疲劳,增加视神经负担,建议定时休息眼睛。

饮食与生活方式 中医强调饮食与生活方式对于健康的影响。中医可以提供一些饮食与生活方式调理来帮助缓解症状。

饮食调理 保护视神经。中医强调气血平衡对身体健康的重要性。建议多食用具有益气补血作用的食物,如红枣、枸杞、山药等。

增加视觉营养。某些食物含有丰富的抗氧化物质、维生素和矿物质,对于保护视神经有帮助。比如食用富含维生素A、维生素C和维生素E的食物(如胡萝卜、绿叶蔬菜等)。

注意脂肪摄入量。避免摄入过多的饱和脂肪,选择更为健康的不饱和脂肪类食物(如鱼类、橄榄油等),有助于维护眼部健康。

生活方式调整 中医认为眼部按摩和保健操可以促进眼部血液循环,缓解眼部疲劳,比如尝试揉太阳穴、按摩睛明穴和眼周穴等。

良好的睡眠有助于促进身体恢复健康,对于维护视觉健康至关重要。长时间看电子设备屏幕容易导致眼部疲劳,增加视神经负担,建议定时休息眼睛。

情绪波动 会影响身体的健康,保持积极、愉快的心情对改善症状有一定帮助。

需要强调的是,如果出现视神经萎缩并伴有神经系统等严重症状,应及时就医,避免漏诊、误诊、误治。

中医在视神经萎缩治疗中有着独特的优势与贡献。其理论基础与治疗方法,强调整体观念与辨证施治,为患者提供了一种综合性的治疗选择。然而,每个人的病情不同,治疗方法应当因人而异,患者在接受治疗时应由专业医生指导下进行,综合运用中西和西医的优势,保护视力,提升生活质量。

(作者供职于濮阳市中医院眼科)

备屏幕容易导致眼部疲劳,增加视神经负担,建议定时休息眼睛。

情绪波动 会影响身体的健康,保持积极、愉快的心情对改善症状有一定帮助。

需要强调的是,如果出现视神经萎缩并伴有神经系统等严重症状,应及时就医,避免漏诊、误诊、误治。

中医在视神经萎缩治疗中有着独特的优势与贡献。其理论基础与治疗方法,强调整体观念与辨证施治,为患者提供了一种综合性的治疗选择。然而,每个人的病情不同,治疗方法应当因人而异,患者在接受治疗时应由专业医生指导下进行,综合运用中西和西医的优势,保护视力,提升生活质量。

(作者供职于濮阳市中医院眼科)

中医治疗哮喘的方法与技巧

□包阔

哮喘是一种常见的慢性呼吸系统疾病,患者常常面临喘息、咳嗽、呼吸急促等症状,这些症状可能在哮喘急性时加重,可能危及患者生命。

艾灸疗法 艾灸疗法是一种通过燃烧艾草产生热量,刺激特定穴位的疗法。对哮喘患者,艾灸可以通过热力作用来舒缓气道痉挛,改善气息,减轻症状。艾灸通常在背部和胸部特定穴位上进行,需要专业中医师进行操作。

中药膏剂 除了内服中药,外用中药膏剂也是治疗哮喘的有效方法。一些中药可以制成膏剂,患者可以在胸部或背部涂抹,以缓解气道痉挛和炎症,适用于需要快速缓解症状的患者。

调整饮食 中医治疗疾病强调饮食调整,以帮助改善体内阴阳平衡。哮喘患者应避免食用辛辣、油腻、生冷等食物,多食用温和、清淡的食物(如米粥、蔬菜、水果等)。此外,一些水果(如苹果、梨等)也被认为对缓解哮喘有一定的帮助。

气功锻炼 气功锻炼是一种通过调整呼吸和身体姿势,促进气血流通的方法。哮喘患者可以学习一些简单的气功,如深呼吸、腹式呼吸等,以帮助缓解哮喘症状。气功锻炼还可以增强体质,提高免疫力,减少哮喘发作频率等。

情志调理 中医认为情志失调是导致哮喘发作的重要因素之一。哮喘患者应学会积极应对不良情绪,避免过度焦虑、愤怒、忧虑等消极情绪的影响。患者可以通过冥想、打太极拳等方法来调理情志,保持心情愉快。

(作者供职于唐河县中医院急诊内科)

视神经萎缩的中医疗法

□巨磊

视神经负责将眼睛接收到的视觉信息传递到大脑,使我们能够看到影像。然而,一些因素如炎症、创伤、退行性疾病等,可能导致视神经萎缩,从而引发视觉问题,甚至失明。中医作为独特的医学体系,在视神经萎缩治疗中也有着独到的治疗方法。

中医理论与视神经萎缩 中医认为,人体的健康取决于阴阳平衡,而疾病则是由于阴阳平衡被打断所产生的。在中医理论中,视神经萎缩与肝肾不足、气血不和、经络阻滞等因素密切相关。肝肾为人体重要脏腑,与眼睛紧密相连。因此,中医强调肝肾健康对于维护视力至关重要。

中医治疗方法 中医根据患者的具体病情

配制中药,以达到平衡体内阴阳、调理气血、通络明目的效果。比如一些有滋补肝肾作用的中药(枸杞子、当归等)可以用于视神经萎缩的治疗,以提升肝肾功能,改善视力。

针灸 是中医的重要治疗方法之一,通过在特定穴位刺激,可以调整体内气血流动,提升身体自我修复能力。在视神经萎缩治疗中,针灸通过刺激相关穴位,调节脏腑功能,促进气血流通,从而改善视神经状态。

眼部按摩、穴位埋线、耳针等,可以刺激相关经络和穴位,促进血液循环,缓解眼部疲劳,

有助于改善视神经萎缩引起的视力问题。

饮食与生活方式 中医强调饮食与生活方式对于健康的影响。中医可以提供一些饮食与生活方式调理来帮助缓解症状。

饮食调理 保护视神经。中医强调气血平衡对身体健康的重要性。建议多食用具有益气补血作用的食物,如红枣、枸杞、山药等。

增加视觉营养。某些食物含有丰富的抗氧化物质、维生素和矿物质,对于保护视神经有帮助。比如食用富含维生素A、维生素C和维生素E的食物(如胡萝卜、绿叶蔬菜等)。

注意脂肪摄入量。避免摄入过多的饱和脂肪,选择更为健康的不饱和脂肪类食物(如鱼类、橄榄油等),有助于维护眼部健康。

生活方式调整 中医认为眼部按摩和保健操可以促进眼部血液循环,缓解眼部疲劳,比如尝试揉太阳穴、按摩睛明穴和眼周穴等。

良好的睡眠有助于促进身体恢复健康,对于维护视觉健康至关重要。长时间看电子设备屏幕容易导致眼部疲劳,增加视神经负担,建议定时休息眼睛。

(作者供职于濮阳市中医院眼科)