儿科疑难疾病辨治三则

□杨之藻

案例一

刘某，女，12岁，因反复双下肢出现瘀点、瘀斑1个多月就诊。患儿1个多月前患感冒后双下肢出现瘀点、瘀斑，在附近医院就诊，血常规检查、尿常规检查均无异常，被诊断为过敏性紫癜，口服泼尼松片、维生素C及抗过敏药等进行治疗；但患儿双下肢皮肤瘀点瘀斑仍反复发作，发病以来无腹痛及关节肿痛，无尿血等。

诊见 双下肢皮肤有瘀点、瘀斑，无腹痛及关节肿痛，纳可，二便尚可，精神尚可。查体：双下肢皮肤瘀点、瘀斑，小如米粒，甚者融合成片，颜色鲜红，压之不褪色，双侧对称分布；咽部略有充血，心肺听诊无异常，腹部无压痛；舌质红、苔黄，脉数有力；血常规和尿常规检查均无异常，凝血四项检查无异常。

中医诊断 紫癜病（血热妄行证）。

西医诊断 过敏性紫癜。

处方 生地黄10克，牡丹皮10克，赤芍10克，丹参12克，大蓟10克，小蓟10克，白茅根15克，紫草8克，黄芩10克，炙甘草6克。每天1剂。水煎，取药液300毫升，分早、晚温服。

二诊 患儿服药1周后皮肤瘀点、瘀斑基本消退，无新出皮疹，无腹痛及关节肿痛，大便略稀，小便尚可，精神尚可。查体：舌质红、苔黄腻，脉数；双下肢瘀点瘀斑基本消退，咽无充血；心肺听诊无异常，腹无异常；查尿常规无异常，粪常规加潜血试验无异常。

处方 生地黄10克，牡丹皮10克，赤芍10克，丹参12克，大蓟10克，小蓟10克，白茅根15克，紫草8克，黄芩10克，炙甘草6克，生黄芪15克。每天1剂，水煎，取药液300毫升，分早、晚温服。

三诊 患儿无新出皮疹，原皮肤紫癜已消退，无色素沉着；无腹痛及关节肿痛，二便尚可，精神尚可。继续服药1个月，其间略有加减，患儿皮肤紫癜无反复，查尿常规无异常，粪常规加潜血试验无异常。

按语 过敏性紫癜，中医称之为“葡萄疫、肌衄、紫斑”等，属于血证范畴，瘀血是过敏性紫癜的病理产物，又是过敏性紫癜反复发作的主要病因，瘀血留滞则血行不畅，血不归经，变为离经之血、加重出血。该病初期多属风热伤络，继则热毒迫血妄行，均为实热证。笔者认为，该病的病机早期为风热伤络，热毒内盛，迫血妄行，血液溢于脉外，留而为瘀，瘀血又可致血行不畅，血不归经，变为离经之血、加重出血，治疗以清热凉血为法；后期则以气不摄血及阴虚火旺为主，治疗以健脾益气、滋阴降火为法，而活血化瘀法应贯穿该病治疗的始终。患儿双下肢皮肤瘀点、瘀斑，颜色鲜红，小如米粒，甚者融合成片；辨证属血热妄行证。方中以生地黄、牡丹皮、白茅根清热凉血，以大小蓟、紫草凉血活血，赤芍、丹参活血，佐以黄芩清热，炙甘草调和诸药；全方共奏清热泻火、凉血活血之功效。服药1周后，患儿大便略稀，加生黄芪健脾补中益气后痊愈。

案例二

王某，男，2岁，因反复皮肤瘀点、瘀斑7个多月就诊。患儿7个多月前因感冒后周身皮肤出现瘀点、瘀斑，伴鼻出血，在本地医院查血常规显示：血小板8×10^9/升，凝血四项检查均无异常，骨髓穿刺符合特发性血小板减少性紫癜诊断，给予丙球蛋白、地塞米松等进行治疗。治疗后，患儿血小板恢复正常水平，改为口服泼尼松。在泼尼松减量至1毫克/千克后，患儿再次出现双下肢反复青紫瘀斑，血小板维持在$(40\sim60)\times10^9$/升，泼尼松维持在1毫克/千克，未再减量。西医建议患儿服中药进行治疗，遂来笔者所在医院就诊。

诊见 患儿面部及双下肢伸侧见少量青紫瘀斑，无鼻出血，无腹痛及关节肿痛，无发热及咳嗽，夜间多汗，常不盖被，纳差，大便稀溏，日行2次~3次，小便尚可，精神欠佳。查体：舌质淡、苔白腻，指纹淡红。查血常规：血小板60×10^9/升，凝血四项检查无异常。

中医诊断 紫癜病（气不摄血证）。

西医诊断 特发性血小板减少性紫癜（慢性）。

处方 生黄芪15克，白术8克，党参8克，茯苓8克，当归8克，酸枣仁10克，玄参10克，炙甘草3克。每天1剂，水煎，取药液200毫升，分早、晚温服（泼尼松原量继服用，暂不减量）。

二诊 患儿服药后精神较前明显好转，纳食增加；大便略稀，每天1次，小便尚可；未再出现新发皮肤瘀斑，原皮肤瘀斑较前明显减轻；查血常规，血小板86×10^9/升。

处方 生黄芪15克，白术8克，党参8克，茯苓8克，酸枣仁10克，当归8克，玄参10克，丹参8克，炙甘草3克。每天1剂，水煎，取药液200毫升，分早、晚温服。

三诊 患儿皮肤瘀斑已消退，无明显不适，查血小板123×10^9/升。继续服药2周后，患儿复查血小板189×10^9/升，泼尼松逐渐减量至停用，中药守上方继续服用2个月，激素减量期间每周复查1次血常规和血小板（均在正常范围）。此后随访半年，患儿血小板无异常，症状无反复。

按语 特发性血小板减少性紫癜是小儿常见的出血性疾病，临床特点是皮肤、黏膜自发性出血和束臂试验为阳性，血小板减少，出血时间延长和血块收缩不良。该病属于中医血证范畴，发病原因有虚实之分。笔者认为，血小板减少性紫癜急性期实证居多，慢性期虚证居多。实证为外感风热时邪，热蕴肌表，迫血妄行所致；虚证为脾不统血，络脉失固，血不归经所致；病久不愈，加之长期或大剂量使用肾上腺皮质激素，耗伤阴液，常出现阴虚火旺的表现。在病程中，常由实转虚，或虚实夹杂。该患儿病程7个月有余，属慢性血小板减少性紫癜，纳差，大便稀溏，日行2次~3次，舌质淡，苔白腻，属脾气虚证，长期服用糖皮质激素治疗，夜间多汗，常不盖被，又有阴虚表现。方中以生黄芪、白术、党参、茯苓健脾益气，当归补血，酸枣仁宁心安神，玄参养阴清热，炙甘草调和诸药。离经之血，留而为瘀，患儿反复皮肤青紫瘀斑，后期加丹参活血，皮肤瘀斑很快消退。

案例三

尉某，女，11岁。

初诊 患儿于4天前无明显诱因出现发热，体温在38摄氏度左右，最高体温达39.6摄氏度，热型不规则，初为干咳，于2天前呈阵发性痉挛性咳嗽，咳嗽完后喉间无吸气样吼声，咯痰不爽，伴头痛、鼻塞、咽痛，舌红、苔薄黄、脉浮数。患儿精神不振，咽喉充血，双肺听诊发现呼吸音粗糙，可闻及少量湿啰音，心率为88次/分，心音低钝，各瓣膜听诊区未闻及杂音。胸片显示：两肺下部各有一个状阴影，以右肺为重。咽拭子试验：支原体（++）。

诊断 支原体肺炎、心肌损伤。

辨证 风热犯肺证。

治则 辛凉解表、宣肺化痰。

处方 麻杏石甘汤加味。麻黄6克，杏仁10克，生石膏30克，连翘10克，金银花10克，桑叶10克，桑白皮10克，桔梗6克，芦根10克，竹叶10克，大黄10克，甘草3克。每天1剂，水煎服。静脉滴注阿奇霉素0.375克，炎琥宁80毫克，三磷酸腺苷20毫克，辅酶A注射剂100单位，维生素C用量为5克，维生素B_6用量为0.1克/天。

二诊 用药2天后，患儿精神好转，体温正常，咳嗽、头痛、咽痛均减轻。继续按上方治疗5天，患儿咳嗽明显减轻，头痛、咽痛消失。治疗第7天，患儿精神佳，咳嗽基本消失，头痛、咽痛及鼻塞症状消失，舌红、苔黄，脉滑。心电图检查结果正常，心肌酶指标正常。

处方 芦根10克，桃仁10克，薏苡仁10克，冬瓜仁10克，杏仁10克，桔梗10克，竹叶10克，生石膏15克，大黄6克，甘草3克。共3剂。每天1剂，水煎服。口服阿奇霉素0.375克（顿服），连续服用3天停2天，再连续服用3天后停药。

随访至今，患儿精神良好，未复发。

按语 该患儿证属风热犯肺，风热袭表，正邪相争，故发热、头痛、咽痛、鼻塞等。内舍于肺，肺失宣肃，气机上逆而咳嗽；舌红、苔薄黄，脉浮为风热犯肺之证，用方为什么不单用桑菊饮而联合麻杏石甘汤，主要是考虑加强清肺泻肺之功效，此乃笔者用药之经验。

（作者为全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师）

治疗子宫肌瘤不妨试试中医方法

□张翠翠

中医治疗子宫肌瘤，可以追溯到古代。中医理论认为，子宫肌瘤主要与气滞、血瘀、湿阻、虚寒等因素有关。中医将子宫肌瘤归为肿块类疾病，常将其归类为“癥瘤”，属于一种病理性肿块。中医认为，子宫肌瘤的发生与多种因素有关，包括情志不畅、饮食不节、气血运行不畅、经络阻塞等。

在中医的理论体系中，中药被广泛应用于调节身体的阴阳平衡、疏通经络、活血化瘀，以及调理脏腑功能。根据中医的辨证施治原则，对子宫肌瘤的具体治疗方法，应根据患者的病情、体质和病因进行个体化治疗。常用的中医治疗方法包括温经活血法、疏肝理气法、调理气血法和清热解毒法等。

中医在治疗子宫肌瘤方面有一定的辅助作用。常用的中医治疗方法有以下几种：

温经活血法

温经活血法是中医治疗子宫肌瘤常用的一种方法。该方法主要通过温通经络、活血化瘀的作用，促进血液循环，减少炎症反应，缓解症状，从而达到缩小子宫肌瘤的目的。

常用中药 当归，能调节血液循环，活血化瘀，对缓解疼痛和改善月经不调有一定效果；川芎，具有温经活血的作用，有助于改善经血不畅、缓解疼痛；赤芍，能活血化瘀、舒经理气，对子宫内膜增生和子宫肌瘤等病变有一定疗效；丹参，有活血化瘀的作用，能改善子宫肌瘤引起的症状，如痛经、月经不调等；肉桂，有温经活血的功效，能促进血液循环、缓解症状。

疏肝理气法

疏肝理气法是中医治疗子宫肌瘤的常用方法之一，主要通过调节肝气、消散气滞，达到舒缓子宫肌瘤症状的目的。

中药 柴胡，有疏肝解郁、理气和胸、利胆排石的作用；木香，可以疏肝健胃、理气消积，还有一定的活血化瘀作用；陈皮，能够健脾理气、燥湿散郁，常用于调节消化不良的症状。

方剂 柴胡疏肝散由柴胡、白芍、川芎等组成，适用于肝气郁结、经闭腹痛等。小柴胡汤由柴胡、生姜、黄芩等组成，适用于肝气郁结、胸闷胁痛等。

调理气血法

常用的中药有党参、黄芪、当归等。这些中药可以调理气血，增强体质，促进子宫肌瘤的吸收和缩小。

清热解毒法

常用的中药有黄连、大黄、金银花等。这些中药可以清热解毒，减少炎症反应，有助于消除子宫肌瘤的炎症和纤维化。

值得注意的是，中医治疗子宫肌瘤，需要根据个体情况，结合中医诊断，由中医师制定合理的治疗方案。同时，中医治疗需要坚持长期使用，并在中医师的指导下规范用药。患者在接受中医治疗时，还需要培养良好的饮食习惯和生活方式，保持心情舒畅，有助于加速康复。

（作者供职于唐山市中医医院）

孕期怎么合理进行食物搭配

□韦东玲

合理的食物搭配，对维持孕期营养均衡至关重要。孕妇除了要尽量减少维生素的损失，还需要确保良好的营养状况。有关研究表明，胎儿在生命初期的营养状况将在很大程度上影响其成年后的健康。对父母而言，我们无法改变胎儿的基因，但可以通过一些方法，努力为孩子未来的健康打下坚实的基础。那么，孕期怎样合理进行食物搭配？

饮食规律

怀孕1个月~2个月 此时胚胎处于发育的早期阶段，并不需要补充大量营养。孕妇多吃新鲜的水果、蔬菜和五谷杂粮，对身体健康非常有益。这些食物富含维生素、矿物质和纤维，可以提供身体所需的营养，促进胚胎健康发育。同时，孕妇应避免摄入油腻和辛辣的食物，保持合理饮食，注重营养摄入的多样性，有助于确保胚胎的健康发育。

怀孕3个月~4个月 此时胎儿已经成形。孕妇摄入足够的营养变得更为重要。孕妇摄入适量的主食是很有必要的，如大米和粳米等谷类食物，它们是提供能量和碳水化合物的重要来源。此外，带壳类食物，如全谷类、糙米等也是不错的选择，它们富含膳食纤维、维生素和矿物质。另外，孕妇可以多食用一些鱼类、瘦肉和动物肝脏等，补充优质蛋白质和脂肪酸。鱼类富含欧米伽3脂肪酸，对胎儿的神经系统发育有益。瘦肉和动物肝脏富含铁、锌和维生素B_{12}等元素，有助于补充孕妇身体所需的营养。

怀孕5个月~6个月 此时胎儿生长迅速。孕妇需要注意饮食合理搭配，摄入各种不同的食物，补充蛋白质。牛羊肉羹是很好的补充蛋白质的食物，但要注意烹饪方式，选择清淡的烹调方法，避免油腻或过于辛辣。孕妇要摄入足够的维生素和矿物质。

怀孕7个月~8个月 此时，孕妇要注意防止便秘，可以增加含粗纤维的食物的摄入量。如南瓜、玉米等富含膳食纤维的食物，促进肠道蠕动，预防便秘；增加饮水量，保持摄入足够的水分，有助于软化大便。

怀孕9个月~10个月 此时，孕妇需要避免摄入过多的盐。如果食盐的摄入量过，就有可能导致水肿等不良反应。同时，食用一些益肾养血，如黑芝麻、黑豆和黑枣，具有滋补肾脏、补充营养的作用。黑芝麻富含蛋白质、脂肪、维生素E和钙等营养成分，黑豆含有丰富的蛋白质、纤维素和矿物质，黑枣则富含铁、维生素C和维生素B等。这些食物可以作为均衡饮食的一部分，提供必要的营养支持。

饮食搭配

摄入粗粮 粗粮中含有丰富的维生素B、钾、钙和生物类黄酮等营养元素，能够为机体提供能量，有助于“三大营养素”（碳水化合物、脂肪和蛋白质）的代谢和维持正常的新陈代谢功能，对孕妇的身体健康和胎儿的发育都非常重要，增加胃内容物容积，有利于控制体重，预防孕期肥胖症，延缓糖的吸收，改善糖耐量及妊娠期糖尿病的血糖控制。

主食、副食均衡搭配 主食包括谷类和薯类，它们富含碳水化合物，是人体主要的能量来源。常见的主食有米饭、馒头、大饼、面条等，提供了丰富的能量，为人体提供持久的饱腹感。副食则是指除主食以外的其他食物，在人体健康中起到了重要的作用。副食种类繁多，包括肉类、蛋类、奶类、禽类、豆类和蔬菜等。这些食物提供了丰富的蛋白质、脂肪、维生素和无机盐等营养物质。

干稀搭配 在饮食中合理搭配干燥和稀腻的食物。干粮如米饭、面食等，可以与汤类食物搭配食用，既能提供主食的能量和碳水化合物，又能增加汤类食物的水分和营养，或搭配富含维生素和水分的鲜果，二者搭配食用可以增加营养的多样性和口感的丰富性。

饮食禁忌

忌生食 生肉和生鱼可能携带细菌、寄生虫或其他致病微生物，容易导致食物中毒或感染。而生蛋和及其制品可能携带沙门氏菌等，容易引发食物中毒。

忌饮咖啡、酒 过量摄入咖啡因可能增加流产、早产和出生低体重儿的风险。酒精对胎儿的发育有害，可能导致胎儿脑部和身体畸形，以及智力和行为问题。

注意高汞含量的鱼类 某些鱼类（如鲨鱼、旗鱼、金枪鱼等）可能富含汞，过量摄入汞可能对胎儿的神经系统发育造成损害。

总而言之，在妊娠期间，合理搭配饮食是非常重要的，将直接关系到胎儿的健康成长。在选择食物时，孕妇应该尽量避免摄入对身体不好的食物，防止食源性疾病的传播。

（作者供职于河池市宜州区中医医院）

经验之谈

慢阻肺的日常饮食调理

□马 华

慢性阻塞性肺疾病（简称慢阻肺）是一种常见的肺部疾病，通常与吸烟或长期吸入有毒气体、颗粒有关。虽然慢阻肺不能完全治愈，但是通过合理的饮食和生活方式的调整，患者可以显著减轻症状，提高生活质量。

慢阻肺的危害

心血管疾病风险增加 慢阻肺患者较为常见的死因是心血管疾病。除了慢性肺源性心脏病外，患者动脉粥样硬化的风险也明显增加。肺部持续性炎症还增加了患心血管疾病的风险。

骨质疏松症 慢阻肺患者普遍容易患上骨质疏松症。这可能与吸烟、缺乏运动、营养不良、炎症因子和皮质激素治疗有关。

神经系统影响 慢阻肺患者长期缺氧可能导致记忆力下降和脑卒中风险增加。此外，慢阻肺相关的缺氧也可能导致肺性脑病。

睡眠问题 在正常情况下，人在睡眠时呼吸会稍微减少，但阻塞性肺气肿患者在睡眠时通气量显著减少。这会导致睡眠质量下降，甚至出现心律失常和肺动脉高压。

合理饮食对慢阻肺的重要性

清淡饮食 慢阻肺患者常常食欲不振，尤其是病程较长者，可能伴随肝脏和胃肠道问题，从而影响消化功能。因此，患者应摄入易于消化和清淡的食物，比如面条、馒头和小米粥，避免食用辛辣食物和高脂肪食物。少食多餐可以减轻胃肠道负担。

补充优质蛋白质 慢阻肺患者能量消耗较大，应选择富含优质蛋白质的食物，如鸡肉、鸡蛋、瘦肉、牛羊肉、牛奶、豆制品等，以帮助机体修复受损的组织。

不要挑食 慢阻肺患者不应挑食，饮食应多样化，科学烹饪，以确保食物容易消化。

热量需求 慢阻肺患者每天摄入的总热量应在2500千卡以上。患者可以多次进食，避免每餐摄入食物过多影响消化。另外，蔬菜和水果也要定量补充。

注意事项

除了以上建议外，还需要特别注意控制盐的摄入量。摄取过多的盐可能导致体内储水增加，加重慢阻肺症状。因此，患者要尽量减少高盐食物的摄入量，选择低钠食品，不要额外添加盐。

慢阻肺并不可怕，只要我们对该疾病有足够的认识，并积极改变不良的生活习惯，养成合理的饮食习惯：患者要坚持清淡饮食，控制体重，摄取足够的蛋白质，限制盐的摄入量等，可以减轻症状，提高生活质量。

（作者供职于开封市中心医院全科医学科）

常见病的中药应用

□宋 慧

中医药文化博大精深，具有数千年的历史沉淀，同时也为防治常见病提供了宝贵经验。在日常生活中，人体难免出现一些小问题，一些人并不会直接选择到医院就诊，而是根据经验进行药物治疗。下面，为大家分享几种常见病的中药应用。

金银花 清热解毒。

金银花是一种比较常用的药物，比如，风热感冒、上火引起的咽喉肿痛等。

大黄 治疗积滞便秘。

大黄苦寒而沉，具有良好的通下功效，是治疗积滞便秘的要药，通常适用于肠结、大便不通等。

苍术 治疗湿阻中焦证。

苍术具有燥湿健脾的功效，用于中焦湿困、运化失常导致的脘腹胀满、食欲不振、恶心呕吐、倦怠乏力、舌苔厚腻等。

肉桂 治疗下元虚冷。

肉桂性甘、纯阳，可温中焦，益阳燥、是治疗阴虚内伤的重要药物，适用于肾虚、命门火衰、畏寒肢冷、腰膝酸软、阳痿、尿频、脾肾阳虚等。

山楂 消油腻肉食积滞。

山楂味道酸甜可口、温和而不燥，具有健脾益气、助消化的功效，是治疗油腻肉类的重要药物，对消化不良、脘腹胀满、腹痛腹泻等有良好的治疗作用。

五灵脂 治疗血滞诸痛。

五灵脂具有活血化瘀、消肿止痛的功效，也是临床中用于治疗瘀血、疼痛等疾病的重要药物。适用于因瘀阻而引起的痛经、闭经、产后瘀阻、胸脘痛等。

阿胶 止血。

《千金翼方》中以阿胶为主药，配伍蒲黄、生地黄治呕血，对其佐使，可治吐血、出血、便血、衄血、崩漏等。以此为主要成分的胶艾汤，用于治疗崩漏、经血、妇人带下、产后出血等。因此，阿胶不仅是一种补血的药物，更是止血的药物。

白芷、木瓜、枸杞、细辛、川芎 治疗肩颈酸痛。

这些药物共同使用，具有活血化瘀、舒筋活络等功效，可以制作成外用药膏，也可以用水浸泡熏洗。

山楂、陈皮、香附、草果、甘草 治疗消化不良、胃痛。

这些药物共同使用，具有健脾益胃、消食之功效，可以减轻胃部疼痛和不适症状。可以用于泡茶，也可以煎汤。

苦参、地黄、连翘、黄柏、地榆 治疗湿疹、皮肤瘙痒。

这些药物共同使用具，有清热解毒、止痒祛湿的功效。常用药物有汤剂、油膏等。

天麻、菊花、连翘、桃仁、丹参 治疗高血压病。

这些药物共同使用，具有降血压、舒张血管的功效。

需要注意的是，在使用中药进行治疗时，要严格按照合理的剂量和方法，或在中医师的指导下服用；如果症状持续或恶化，应立即寻求医疗帮助。中药虽然有一定的治疗效果，但是并非包治百病，需要慎重选用。患者在应用这些药物治疗的同时，更应养成健康的生活习惯。

（作者供职于山东省济宁市梁山县小安山卫生院）

本版药方需要在专业医生指导下使用