

益

气

化

瘀

、

温

阳

行

水

治

疗

胸

痹

□袁海波

刘某,女,52岁。
主诉 患者出现阵发性胸闷、胸痛伴心慌3年有余,下肢水肿3个月。
初诊 患者首次出现胸闷、胸痛、心慌、气短,在某医院被诊断为心肌梗死,服用硝酸异山梨酯片等药物及输液治疗后好转。本次患者因劳累过度,病情加重,并且心慌、胸闷、气短、乏力、下肢水肿,被诊断为陈旧性心肌梗死、心功能不全,到医院进行治疗。
现症 患者体形肥胖,喜食肥甘厚味,心慌胸闷,气短乏力,不得平卧,双下肢水肿,纳差腹胀,畏寒肢冷,面色苍白,神疲倦怠,声音无力,舌质暗淡、偏大,舌苔白滑厚腻,脉象沉细无力,血压130/95毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕),心率95次/分,心律齐。心电图检查结果显示:陈旧性下壁、正后壁心肌梗死。
中医诊断 胸痹心水(气虚血瘀、阳虚水泛型)。
治则 益气化瘀、温阳行水。

处方 人参10克(另包先煎)、黄芪20克,丹参20克,檀香10克,仙灵脾15克,干姜10克,炒葶苈子15克,白茅根30克,制香附15克。共7剂,每天1剂。水煎,分早、晚两次温服。笔者嘱咐患者要避免风寒、畅情志、勿劳累,饮食应“低糖盐,限肥甘,少辛辣”。
二诊 患者服上药7剂后,双下肢水肿减轻,心慌胸闷、气短乏力、不得平卧明显好转,神疲倦怠、纳差腹胀等有所改善,畏寒肢冷有所好转。
现症 患者面色苍白,神疲倦怠,声音无力,舌质暗淡,舌体偏大,舌苔白滑厚腻,脉象沉细无力,血压120/70毫米汞柱,心率88次/分,心电图检查结果同前。方证相符,上方加桂枝6克,生麦芽20克,以温经通脉、疏肝和胃、利水消肿。共7剂,每天1剂。水煎,分早、晚两次温服。医嘱同前。
三诊 患者服上药14剂后,面色稍红润,精神体力有所恢

复,双下肢水肿明显减轻,心慌胸闷、气短乏力、不得平卧明显好转,神疲倦怠、纳差腹胀明显改善,四肢逐渐转温和。
现症 患者面色黄(稍红),神志清楚,声音有力,舌质暗淡、舌体偏大,舌苔薄白腻,脉象沉细缓和,血压118/70毫米汞柱,心率70次/分,心电图检查结果同前。方中人参改为党参15克,以代人参补气,仙灵脾的用量改为10克,干姜的用量改为6克。共7剂,每天1剂。水煎,分早、晚两次温服。医嘱同前。
四诊 患者服上药21剂后,面色红润,精神体力恢复,双下肢水肿基本消退,心慌胸闷、气短乏力明显好转,神疲倦怠明显好转,食量增,腹胀消,四肢温暖。
现症 患者面色红润,神志清楚,声音有力,舌质淡红、舌体偏大,舌苔薄白,脉象沉细缓和,血压118/70毫米汞柱,心率70次/分,心电图检查结果同前。方证相符,疗效显著,按上方继

续服药10剂,隔天1剂,分早、晚两次温服,以巩固疗效。笔者嘱咐患者要避免风寒,畅情志,勿劳累,通二便。
按语 患者体形肥胖,喜食肥甘厚味,故痰湿脂高壅积;原患心肌梗死,心脏严重损害,加之劳累过度,心脾损伤,心气不足,心血失养,水湿属阴,阻遏胸阳,气机壅滞,故心慌、胸闷、气短、乏力,不得平卧;脾气虚弱,水湿不运,水瘀互结,积留体内,故下肢水肿;心气不足,心血失养,脾阳失温,升降失司,面色苍白;神疲倦怠,纳差腹胀;脾阳虚弱,水湿不化,故畏寒肢冷;舌暗体大,苔白滑厚腻,辨证其病

机为气虚血瘀、阳虚水泛。
该患者为胸痹,病位在心,病因为水瘀互结,心主血脉,血脉不畅,血不行水亦不得行,心属火,而畏水,故水乘火位,必致心水诸证。该患者虽然病位在心,但与肺、脾、肾脏功能失调密切相关,在心水病机中,也起到重要作用。肺之输布,脾之运化、肾之蒸腾,至关重要。在治疗中,“益肺气、健脾胃、温肾阳”贯彻治疗始终。在治疗过程中,根据病情转归,适时调整方剂,温药不可久用,补阳亦要顾阴,兼调气机,方能取得良好疗效。
(作者为全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师)

经验之谈

如何用中医药调理痛经

□梁晓童

中医称痛经为经期腹痛或经行腹痛,症状包括经期及行经前后出现的下腹部疼痛、腰部酸痛等。痛经是许多女性在月经期间经常遇到的问题。那么,造成痛经的原因有哪些?中医又是如何认识经行腹痛的呢?

痛经的成因

中医认为,产生痛经的原因主要基于两大类:虚证与实证。

虚证 不荣则痛。
实证 不通则痛。
气血不足 由于脾胃虚弱、饮食不节等导致气血生化不足,胞宫失养,引发痛经。
肝气郁结 情绪不良、压力

过大等,导致肝气郁结、气滞血瘀,引发痛经。
寒凝血瘀 腹部受凉、饮食生冷等,导致寒凝血瘀,经行不畅,引发痛经。
湿热蕴结 饮食不节、情志不畅等,导致湿热内蕴,影响经血排出,引发痛经。
现代医学对痛经的研究也取得了一些成果。比如,内分泌失调、子宫颈管狭窄、子宫位置异常,以及心理压力过大、不良的生活习惯等都会引起痛经。

如何调理

针对痛经,中医药调理方法主要包括以下几个方面。

药浴 采用中药药浴的方法,可以促进血液循环,缓解痛经症状。比如,用艾叶、生姜、红花等药物煮水后进行药浴,或使用温经散寒的中药包进行泡脚。
针灸 采用针灸的方法刺激相关穴位,调和气血,缓解痛经症状。需要注意的是,针灸调理需要由专业的针灸医师进行操作。
按摩 通过穴位按摩,疏通经络、调和气血,缓解痛经症状。比如,点按三阴交穴、足三里穴、气海穴等,可以促进气血流通,缓解疼痛。
饮食 坚持合理饮食,调理

脾胃气血,可以逐步改善体质状况,缓解痛经症状。比如,痛经患者平时多吃一些补益气血的食物,如红枣、桂圆、羊肉等;经期适当饮用姜茶、红糖水,同时避免食用生冷、油腻的食物,以此来缓解疼痛。
心理调节
心理压力过大,也是引起痛经的重要因素。因此,对痛经的调理,心理调节非常重要。
痛经患者要保证充足的睡眠,有助于缓解身体疲劳,从而保持乐观的心态,积极面对生活和工作中的压力,减轻痛经症状。在生活中,痛经患者要与亲

朋好友沟通交流,有助于减轻心理压力和焦虑情绪,从而减轻痛经症状。痛经患者可以选择做一些较为放松的事情(如听音乐、看电影等),有助于放松心情,缓解经期疼痛。
从医学的角度来看,痛经的原因有气血不足、肝气郁结、寒凝血瘀等。针对不同的病因,中医医师提供了多种调理方法。同时,心理调节也是缓解痛经症状的重要手段之一。采取相应的措施,可以有效缓解痛经症状。
(作者供职于中牟县人民医院妇科)

针灸与其他中医疗法的区别

□周 兵

在中医的众多疗法中,针灸是广为人们熟知的一种。然而,除了针灸之外,还有许多中医疗法,如中药内服外用、拔罐、推拿、刮痧等。那么,针灸与其他中医疗法之间有什么区别呢?本文将从以下几个方面详细讲解。

基本原理

针灸是对人体的特定穴位进行刺激,以达到调和气血、平衡阴阳的目的。针灸的原理主要基于中医的经络学说和脏腑学说。而其他中医疗法,如拔罐、推拿、刮痧等,虽然也遵循中医的整体观念,但是其作用原理和手段各有不同。

拔罐是在皮肤上制造负压,

使局部充血、瘀血消散,从而达到通经活络、消肿止痛的目的;推拿是对人体特定部位进行推、揉、捏、拿,达到舒筋活络、调整脏腑功能的目的;刮痧是在皮肤表面施加一定的力度,使局部组织产生出血现象,从而达到祛邪散寒、活血化瘀的目的。

治疗范围

针灸治疗范围广泛,几乎包括了人体所有疾病。针灸可以用于治疗内科、外科、妇科、儿科、五官科等各种疾病,如感冒、头痛、颈椎病、腰椎病、高血压病、糖尿病等。其他中医疗法的治疗范围相对较窄,通常针对某一类疾病或某几种疾病。

比如,拔罐,主要用于治疗

风湿痹痛、筋骨疼痛、腰腿疼痛等症;推拿,主要用于治疗筋骨肌肉疼痛、脏腑功能失调等症;刮痧,主要用于治疗感冒发热、中暑、肌肉酸痛等症。

操作方法

针灸的操作方法主要包括针刺、灸法和电针等。针刺,将特制的金属针插入人体穴位;灸法,用燃烧的艾条或其他材料对穴位进行热刺激;电针,在针刺的基础上,通过电流对穴位进行刺激。这些操作方法都需要由专业的中医医师进行操作。

一些中医疗法的操作相对简单,通常可以由患者自己或家属进行操作。比如,拔罐只需要将火罐放在皮肤上,利用火罐内

火焰产生的负压进行治疗;推拿只需要掌握一定的手法和力度,对患者的身体进行推、揉、捏、拿等操作;刮痧只需要用特制的刮痧板在皮肤表面进行刮拭。

治疗效果

针灸的治疗效果较为明显,尤其是对于一些慢性病和疑难杂症,往往能够取得较好的疗效。然而,针灸的治疗过程较长,需要患者长期坚持治疗。此外,在针灸治疗过程中可能会出现一些不适感,如酸胀、麻木等。

其他中医疗法的治疗效果因治疗方法和疾病的不同有所差异。一般来说,其他中医疗法的治疗效果也可能较快,但不一定比针灸的治疗效果持久。

安全性

针灸和其他中医疗法的安全性都较高。因为这些疗法都是基于中医的整体观念和辨证论治原则,旨在调整人体的气血和阴阳平衡,一般不会损害健康。

总之,针灸与其他中医疗法在基本原理、操作方法和治疗效果等方面存在一定的区别。针灸具有治疗范围广和治疗效果持久等特点,但疗程较长;其他中医疗法则具有操作简便、见效快等特点,但治疗范围相对较窄。在选择中医疗法时,应根据自身的病情和需求,结合医生的建议,选择合适的治疗方法。
(作者供职于济南市机关医院治未病科)

中西医结合治疗的优势

□毕晓明

随着医学技术的不断发展,中西医结合治疗已经成为越来越多患者的选择。中西医结合治疗是将中医和西医的理论方法、技术相互结合,共同为患者提供全面、有效的治疗方案。那么,中西医结合治疗究竟有哪些优势呢?

优势互补

中医和西医有不同的理论体系和治疗方法。中医强调整体观念,注重调节人体的内在平衡,治疗方法多种多样,如中药、针灸、推拿等;西医以现代科学技术为基础,注重病因、病理的研究,治疗方法包括手术、药物、物理疗法等。中西医结合治疗能够充分发挥两者的优势,弥补各自的不足,可以为患者提供更

加全面、有效的治疗方案。

提高疗效

临床实践表明,中西医结合治疗在一些疾病的治疗中优势明显,其治疗效果要优于单纯的中医治疗或西医治疗。比如,在糖尿病、高血压病等慢性病的治疗中,西医的药物治疗可以迅速控制病情,而中医调理则可以从整体上改善患者的健康状况,从而稳定病情,降低疾病的复发率。此外,对于一些疑难杂症,如肿瘤、肝病等,中西医结合治疗也取得了显著的治疗。

减少副作用

中医和西医在治疗方法上各有特点,但都存在一定的副作用。中医的药物治疗虽然具有

较好的疗效,但部分中药成分复杂,可能会引起肝肾等器官损伤;西药治疗虽然作用迅速,但长期使用可能会导致耐药性、依从性等问题。中西医结合治疗可以根据患者的具体情况,灵活调整治疗方案,既保证了疗效,又减少了副作用。

提高患者的生活质量

中西医结合治疗注重调整患者的整体状况,不仅关注疾病本身,还注重患者的心理、生活等方面。因此,中西医结合治疗在提高患者生活质量方面具有明显的优势。比如,在治疗癌症时,中西医结合治疗不仅能够控制病情,还能够缓解患者的疼痛、改善睡眠、提高食欲等,使患者在治疗过程中保持良好的心

态,提高患者的生活质量。

个性化治疗

中西医结合治疗充分考虑患者的个体差异,根据患者的年龄、性别、体质、病史等因素,制定个性化治疗方案。这种个性化治疗方法既能保证疗效,又能减少副作用,让患者得到更加满意的疗效效果。

节约医疗资源

中西医结合治疗在某些疾病的治疗中,可以提高疗效,缩短病程,减少住院时间,从而节约医疗资源。此外,中西医结合治疗还可以减少患者对昂贵药物的依赖,降低医疗费用,使患者享受更加经济、实惠的医疗技术。

总之,中西医结合治疗具有

优势互补、提高疗效、减少副作用、提高患者的生活质量、个性化治疗和节约医疗资源等方面的优势。然而,中西医结合治疗并非万能的,仍然需要根据患者的具体情况,选择合适的治疗方法。同时,中西医结合治疗需要医生具备较高的专业素养和丰富的临床经验,只有这样才能充分发挥其优势,为患者提供更好的医疗服务。

随着人们对健康的重视程度不断提升,中西医结合治疗将越来越受到大家的喜爱。我们相信,在不久的将来,中西医结合治疗将为更多的患者带来健康和希望。
(作者供职于山东省日照市东港区西湖镇卫生院内科)

经方治疗小儿咳嗽

□牛鹏飞

咳嗽是小儿常见的病症之一,尤其在季节交替时更容易发生。咳嗽不仅影响孩子的睡眠和食欲,还可能发展成为严重的呼吸系统疾病。然而,许多家长在面对小儿咳嗽时,常常会有一些困惑。比如,怎样才能有效缓解孩子的咳嗽症状?下面,笔者会和大家一起探讨中医经方治疗小儿咳嗽的方法。

正确认识小儿咳嗽

咳嗽是机体的一种防御反射,通过咳嗽,呼吸道可以清除异物、分泌物和病原体。然而,持续性咳嗽可能是疾病的表现,如感冒、支气管炎、哮喘等。因此,家长需要密切关注孩子的咳嗽症状,及时采取措施进行干预。

小儿咳嗽常用的经方

麻黄汤 麻黄汤出自《伤寒论》,主要成分有麻黄、桂枝、杏仁、甘草等。麻黄具有发汗解表,宣肺平喘的作用;桂枝能温通经脉、助阳化气;杏仁止咳平喘;甘草调和诸药。麻黄汤适用于外感风寒引起的小儿咳嗽,表现为咳嗽声重、痰白清稀、恶寒发热等症状。
小青龙汤 小青龙汤出自《伤寒论》,主要成分有麻黄、芍药、干姜、细辛等。小青龙汤具有解表散寒、温肺化饮的功效,适用于外感风寒、内停水饮证,表现为咳嗽、痰多而稀、恶寒发热等症状的小儿咳嗽。
麦门冬汤 麦门冬汤出自《金匮要略》,主要成分有麦门冬、半夏、人参、甘草等。麦门冬汤具有滋养肺胃、降逆下气的功效,适用于肺胃阴虚引起的小儿咳嗽,表现为咳嗽无痰、口干咽燥、舌红少苔等。
炙甘草汤 炙甘草汤出自《伤寒论》一书中,主要成分有炙甘草、生姜、大枣、人参等。炙甘草汤具有益气滋阴、通阳复脉的功效,适用于气阴两虚引起的小儿咳嗽,主要症状为咳嗽无力、痰少而黏、面色苍白等症。

注意事项

遵医嘱 在使用经方治疗小儿咳嗽时,务必遵循医生的建议,切勿自行购买和使用药物。
个体化治疗 每个孩子的体质和病情各不相同,因此需要根据孩子的具体情况进行个体化治疗。同一种药物,用在不同的孩子身上,其效果可能也会有所不同。
药物治疗与护理相结合 药物治疗是缓解小儿咳嗽症状的重要手段,但家长同时还需要关注孩子的生活护理工作,如保持室内空气流通、增加室内湿度、鼓励孩子多喝水等。
观察病情 在使用经方治疗过程中,家长需要密切观察孩子的病情变化。如果患儿症状持续加重或出现其他异常表现,应立即带孩子就医。
中医经方治疗小儿咳嗽具有悠久的历史 and 显著疗效。然而,随着医学科技的进步和疾病谱的变化,我们仍然需要在传承古人经验的基础上不断创新和发展。比如,我们可以结合现代药理学研究成果对经方进行优化和改进,同时开展临床试验,以验证其安全性和有效性等。
(作者供职于郫县妇幼保健院)

胃病的调理

□唐厚敏

胃病是现代社会常见的消化系统疾病,困扰着许多人。胃病的症状包括胃痛、胃胀、泛酸、嗝气等,严重时会影响日常生活和工作。传统的治疗方法往往注重症状缓解,但难以根治。但是,中医调理为胃病患者提供了一种全新的治疗思路。本文主要介绍中医调理在胃病治疗中的应用。

中医认为,胃病的发生与脾胃功能失调密切相关。脾胃为人体后天之本,主运化水谷。若脾胃功能失调,则会导致气血不足、脏腑失养,进而引发胃病。因此,中医调理的核心是调理脾胃功能,恢复人体正气,可以从根本上治疗胃病。

饮食调理

中医强调饮食对脾胃的影响,提倡饮食有节、五味调和。在饮食上,应避免过度油腻、辛辣、生冷的食物,多食用易消化、营养丰富的食物。同时,根据个人体质情况,适当调整饮食结构,如寒性体质者应多食用温性食物,热性体质者应多食用凉性食物。此外,中医还强调食物的“性味归经”,即食物对特定脏腑的滋养作用。对于胃病患者,可以适当食用具有健脾和胃作用的食物,如山药、红枣、山楂等;同时,避免食用过于寒凉或过于温热的食物,以免造成脾胃不适。

针灸疗法

针灸是中医常用的一种治疗方法,通过刺激穴位,调节气血运行,以达到治疗疾病的目的。在胃病治疗中,针灸疗法可选取中脘穴、足三里穴等进行刺激,以改善脾胃功能。针灸治疗需要在专业医师指导下进行。

药物治疗

中药是中医治疗胃病的重要手段。根据患者的病情,中医医师会开具相应的中药方剂。

中药治疗需要在专业的医师指导下进行,切勿自行用药。

香砂养胃丸 具有温中和胃的功效,适用于胃阳不足、湿阻气滞所致的胃痛、痞满,症状为胃隐痛、脘闷不舒、吐酸水、嘈杂不适、不思饮食、四肢倦怠等。

香砂六君丸 具有益气、健脾、和胃的功效,适用于脾虚气滞、消化不良、嗝气食少、脘腹胀满、大便溏泄等。

三九胃泰颗粒 具有清热燥湿、行气活血、柔肝止痛的功效,适用于湿热内蕴、气滞血瘀所致的胃痛,症状为脘腹隐痛、饱胀泛酸、恶心呕吐、嘈杂纳减。浅表性胃炎炎上证候者。

生活调理

保持良好的作息习惯 避免熬夜,保证充足的睡眠时间。良好的作息时间安排有助于恢复脾胃功能。

适度运动 坚持适度运动可以促进肠胃蠕动,改善消化功能。建议选择适合自己的运动方式,如散步、打太极拳等。

情绪调节 保持心情愉悦,避免焦虑、抑郁等负面情绪。情绪稳定有助于调节脾胃功能。

定期检查 定期进行胃镜等相关检查,及时发现并治疗潜在的胃病。

中医药在胃病治疗中具有独特的优势,通过饮食调理、针灸疗法和药物治疗等方法,可以从根本上改善脾胃功能,提高患者的生活质量。同时,日常生活中的调理建议也有助于预防胃病。如果已经有胃病的困扰,患者不妨尝试中医调理方法。但是,中医调理也并非万能药方。在选择中医药治疗时,患者务必遵循专业中医医师的建议。同时,患者在治疗过程中要有耐心和信心,遵循医嘱进行调理。
(作者供职于四川省遂宁市船山区第一人民医院)

本版药方需要在专业医生指导下使用