

# 地黄丸系列方治疗帕金森病

□曹子成

帕金森病是中老年人常见的中枢神经系统退行性疾病,以中脑黑质及纹状体变性、多巴胺神经元减少为主要病理变化,以静止性震颤、肌僵直、运动迟缓、姿势反射异常为主要特征。

在临床上,我以六味地黄丸、杞菊地黄丸结合多巴丝肼片、吡贝地尔缓释片、盐酸苯海索片、盐酸金刚烷胺片等治疗帕金森病,取得一定疗效。

### 案例一

患者为男性,62岁,2012年4月15日初诊。患者平素性情急躁,8年前出现左侧肢震颤、僵硬、运动迟缓,在其他医院被诊断为帕金森病,服用多巴丝肼片、盐酸苯海索片、盐酸金刚烷胺片、吡贝地尔缓释片等,治疗初期症状控制效果尚佳,近4年疗效减退,虽增加药量,但病情逐渐加重,震颤、僵硬由左上肢波及左下肢、右上肢、右下肢,以及头、舌、嘴唇。

刻诊:患者头摇肢颤,头昏脑涨,面赤,口干口苦,急躁易怒,肢体沉重,腰膝酸软,生活不能自理,大便便秘,舌质红,苔黄,脉弦细。

中医诊断:颤证(风阳内动证),治宜育阴潜阳,清火熄风。

方用六味地黄丸加味。熟地12克,生地15克,山药12克,山萸肉12克,泽泻10克,茯苓12克,牡丹皮12克,煅龙骨(先煎)30克,珍珠母(先煎打碎)30克,白芍30克,栀子10克,黄芩12克,天麻15克,钩藤(后下)30克。每天1剂,水煎至400毫升,分早、晚温服。守方加减治疗1个多月,患者病情趋于

稳定,头、舌、肢体震颤减轻,姿势反射障碍明显改善,生活能自理。患者属风阳内动,肾阴耗伤,本虚标实,故治宜标本兼顾,育阴潜阳以固其本,平肝熄风以治其标。方用六味地黄丸滋补肾阴,天麻、钩藤、白芍、珍珠母、煅龙骨以平肝潜阳熄风;黄芩、栀子清肝泻火,火清则风易熄。诸药合用,治标顾本,切中病机。

患者为男性,70岁,2012年10月11日初诊;患帕金森病10余年,坚持服用多巴丝肼片、吡贝地尔缓释片,但病情逐渐加重。

刻诊:肢体僵直、震颤,生活自理困难,身体前倾状如虾仁,表情淡漠,面容呆滞,语音低怯,两目干涩,视物不清,大便便秘,舌红无苔,脉细数。

中医诊断:颤证(属阴虚风动证),治宜滋阴补肾,柔肝熄风。

方用杞菊地黄丸加味。熟地15克,山药15克,山萸肉12克,泽泻10克,茯苓12克,牡丹皮12克,菊花(后下)10克,枸杞子12克,白芍30克,葛根20克,石斛15克,玄参15克,天麻15克,钩藤(后下)

30克,代赭石(先煎)30克,火麻仁30克。每天1剂,水煎至400毫升,分早、晚温服。守方加减治疗1个多月,患者肢体震颤僵直逐渐减轻,姿势障碍亦明显好转,生活能自理。

患者属肾阴亏虚之证较著,阴虚风动之候,故治宜滋补肾阴,柔肝熄风。方用杞菊地黄丸加玄参滋肾柔肝,天麻、钩藤、白芍平肝熄风;石斛、葛根滋脾生津,令脾胃充沛,肾阴易复,取后天助先天之意;火麻仁润肠通便。诸药合用,滋阴补肾、柔肝熄风,标本兼顾。

### 小结

帕金森病的发生与脑、肝、脾、肾等密切相关,由阴阳平衡失调,精气血液液衰少,风火痰瘀内生,筋脉失养,元神失于司控所致。脑为元神之府,生成于肾精,充养于肾精;元神寄于脑,脑髓为元神之体,元神为脑髓之用。

帕金森病出现的肢体震颤、僵硬、不能自持,是元神失于司控的结果。肝藏血,主疏泄,在体合筋,五行属木,其化为风,肢体的屈伸柔和、运动有序与肝有关。

肝功能失常,则会出现肢体运动失调、失于柔和等变化。脾主运化,主统血,合肌肉、四肢,为气血生化之源,五行属土,为后天之本。脑神、肝血、肾精无不依赖于脾生化气血津液的滋养,只有这样才能保持功能正常。脾失健运,一方面导致后天之精、气血津液等不足,另一方面生成痰浊、水湿等病理产物。肾主藏精,主水,主生长发育、主骨生髓,为先天之本、阴阳之根。肾之精气充沛,一可生养脑髓,使脑髓充满,元神健旺,司控正常;二可涵养肝木,使曲直有序合节。若肾之精气不足,既可致脑海空虚,元神失司,又可致水不涵木,风阳内动。在脑、肝、脾、肾四者中,脑神为司控之主,肾精乃元神之根。肢体震颤、僵硬,乃肝风内动之象。总之,帕金森病以元神失控为病机关键,又与肝、脾、肾功能失调密切相关,其中肝风内动为标,脾失健运为本,肾精亏虚为根。

为了执简驭繁,便于施治,我将帕金森病分为早期、中期、后期。早期虚微风轻,表现为一个或一侧肢体震颤、僵直为主,仅

较轻的阴津不足;中期虚显风著,表现为2个以上肢体僵直、震颤及有较明显的姿势障碍,神志情感障碍,生活质量明显下降,但生活尚能自理;后期由虚至损,虚甚风盛,临床表现除肢颤僵直外,尚有头倾视深,背曲肩随,行则俯偻,转摇不能,不能久立,肉萎骨枯,痴呆神迷,生活不能自理。肾为脏腑之根,先天之本,五脏之阳非肾阳不能发,五脏之阴非肾阴不能滋;脑髓为肾精所生,又赖肾精所养。故补肾固本为重中之重,宜贯彻治疗之始终。

我临床应用地黄丸系列方治疗帕金森病数十年,根据不同时期、不同证型,选用相应方剂化裁,如对风阳内动证用六味地黄丸加天麻、钩藤、白芍、煅代赭石、栀子、黄芩、珍珠母;阴虚风动证用杞菊地黄丸加白芍、天麻、钩藤、珍珠母、麦冬、龟甲等。

总之,灵活运用六味地黄丸、杞菊地黄丸治疗帕金森病,能有效控制症状,减缓病情进展。(作者供职于郾城县中医院)

# 睡眠与健康

□王建刚

以是否消除了疲劳,精力是否充沛来评判。只要第二天感觉精力充沛,没有觉得不舒服,这就表明睡眠质量高,是健康的睡眠。

一般情况下,人体对睡眠的要求是青壮年一夜睡7~9小时,少年儿童增加1~3小时,老年人减少1~3小时,这是不同年龄段对睡眠量(时间)的要求。睡眠质量良好的标准是半小时即能入睡,整夜不醒或醒一次,无梦或少梦,睡眠深沉。

普通人最佳睡眠时间是晚上10时至清晨6时,老年人晚上9时至清晨5时,儿童晚上8时至清晨6时。但这只是一个大致的平均数,每个人每天所需的睡眠时间差异很大,与睡眠习惯也有一定关系。

有的人因平时工作太忙,睡眠不足,习惯在休息日“补觉”;但事实上,如果人的睡眠时不停变化,人体就需要不断适应,长此以往,只会扰乱睡眠规律,造成更严重的睡眠障碍。因此,“补觉”非但不能解除疲劳,还可能使人更加昏昏沉沉、无精打采。

人要早睡早起,拥有良好的作息规律,是拥有良好睡眠质量的关键以下几点:

一、白天给大脑多种刺激。合理安排脑力和体力活动,常保持坐姿的上班族和学生应多在户外参加体育活动,这样既能改善睡眠,又能促进身体健康,有利于大脑“睡得香”。

二、学会放松。失眠的大致是紧张和潜意识想睡觉。人只有在不知不觉的松弛心态下,才能进入睡眠状态。放松的关键是我催眠,大脑无思想杂念时,闭上眼睛慢慢在心里从1数到24,然后细细品味,聆听自己的呼吸声,直到自然入睡。

三、对于一些生活不规律的人来说,从大脑的松果体分泌出的荷尔蒙——松果体素,可以有效调节生物钟。如果坚持每天规律而科学地接受阳光的沐浴,可从中摄取一定量的松果体素,帮助调节原本混乱的生活节奏,使其恢复正常。

四、饮食方面要注意晚餐少吃辛辣刺激或产气的食物,睡前不要饮用令人兴奋的刺激性饮

料,睡前可以喝杯温牛奶达到助眠效果。

五、认识一些必要的助眠营养素,B族维生素是对人体健康非常有益的营养素,对于睡眠很有帮助,维生素B<sub>6</sub>就是烟酰胺,人体缺乏烟酰胺,常会出现焦虑、易怒等症状,进而导致难以入睡。维生素B<sub>12</sub>可以帮助人体制造血清素,与维生素B<sub>6</sub>和维生素B<sub>9</sub>一起使用时,可让色氨酸转换为烟酰胺,强化了助眠作用。维生素B<sub>12</sub>具有维持神经系统健康、消除烦躁情绪的功能。

六、合理的运动能提高睡眠质量,每天至少运动1小时,可以跑步、打太极拳等,大脑分泌褪黑素可以帮助改善睡眠,让你睡得更“沉”。但不要在太晚的时候运动,因为这会刺激心血管和神经系统,只会使你保持清醒。

充足的睡眠、均衡的饮食和适当的运动,可以帮助你拥有健康。(作者供职于周口市第六人民医院,刘博整理)

## 每周一练 (不寐、卒中)

一、不寐之心脾两虚证的主治方剂是  
A.归脾汤  
B.黄连温胆汤  
C.龙胆泻肝汤  
D.六味地黄丸合交泰丸  
E.安神定志丸合酸枣仁汤

二、患者多梦,甚则彻夜不眠,急躁易怒,伴头昏脑涨,目赤耳鸣,口干而苦,不思饮食,便秘溲赤,舌红苔黄,脉弦而数。其治法是  
A.清热化痰,和中安神  
B.补益心脾,养血安神  
C.疏肝泻火,镇心安神  
D.清心凉肝,镇惊宁神  
E.清肝利胆,安神定志

三、不寐之心脾两虚证的治法是  
A.疏肝泻火,镇心安神  
B.补益心脾,养血安神  
C.滋阴降火,交通心肾  
D.滋阴补阳,培土生金  
E.益气镇惊,安神定志

四、患者为女性,35岁,不寐,心烦,急躁易怒,严重时彻夜不寐,目赤口苦,口渴喜饮,小便短赤,大便便秘,舌质红,苔黄燥,脉弦数。辨证为  
A.不寐之心肾不交证  
B.不寐之肝火扰心证  
C.不寐之心脾两虚证  
D.不寐之阴虚火旺证  
E.以上都不是

五、患者为男性,55岁,心烦不寐,头晕目眩,耳鸣,腰酸梦遗,五心烦热,舌红,脉细数。辨证为  
A.不寐之肝火扰心证  
B.不寐之心脾两虚证  
C.不寐之心肾不交证  
D.不寐之阴虚火旺证  
E.以上都不是

六、治疗不寐之心肾不交证,宜选的中成药是  
A.龙胆泻肝丸  
B.天王补心丹  
C.归脾丸  
D.参芪五味子片  
E.复方枣仁胶囊

七、患者为男性,40岁,多梦易醒,心悸健忘,头晕目眩,神疲体倦,纳食不馨,面色少华,舌淡红,苔薄白,脉细。辨证为  
A.不寐之肝火扰心证  
B.不寐之心脾两虚证  
C.不寐之心胆气虚证  
D.不寐之心肾不交证  
E.不寐之阴虚火旺证

八、不寐之心肾不交证的治法是  
A.补益心脾  
B.疏肝泻火  
C.滋阴降火  
D.益气镇惊  
E.清心凉肝

B.疏肝泻火  
C.滋阴降火  
D.益气镇惊  
E.安神定志  
九、按摩法治疗不寐,可选取的穴位是  
A.印堂穴  
B.太阳穴  
C.合谷穴  
D.涌泉穴  
E.阳白穴

十、下列哪项不是卒中的主要症状  
A.半身不遂  
B.口眼歪斜  
C.猝然昏倒  
D.四肢抽搐  
E.语言不利

十一、以下哪项不符合卒中之中阴虚痰阻证的证状  
A.患肢僵硬  
B.拘挛变形  
C.舌强不语  
D.面色萎黄  
E.半身不遂

十二、治疗卒中之中阴虚痰阻证的常用中成药是  
A.脑安胶囊  
B.华佗再造丸  
C.苏合香丸  
D.速效救心丸  
E.杞菊地黄丸、血府逐瘀胶囊

十三、卒中之中阴虚痰阻证的治法  
A.滋养肝肾,化痰通络  
B.活血化痰,化痰通络  
C.益气养血,化痰通络  
D.益气活血,扶正祛邪  
E.平肝熄风,清热活血,补益肝肾

十四、患者为男性,65岁,半身不遂,患肢僵硬,拘挛变形,舌强不语或偏瘫,肢体肌肉萎缩,舌红脉细或舌淡红,脉沉细,诊断为卒中。辨证为  
A.气虚血瘀  
B.阴虚痰阻  
C.肝阳上亢  
D.痰热腑实,风痰上扰  
E.肝阳暴亢,风火上扰

十五、治疗卒中后半身不遂,推拿法常用的穴位有  
A.涌泉穴、内关穴、足三里穴、三阴交穴  
B.太冲穴、天枢穴、肝俞穴、肺俞穴  
C.合谷穴、环跳穴、阴陵泉穴、委中穴、中腕穴  
D.梁门穴、天枢穴、足三里穴、中腕穴、合谷穴、手三里穴  
E.风池穴、肩井穴、天宗穴、肩髃穴、曲池穴、手三里穴

(答案见下期版)

# 科学补碘益智 健康扶贫利民

□陈伟博

2019年5月15日是我国第26个“防治碘缺乏病日”,今年的宣传主题为“科学补碘益智,健康扶贫利民”。

一、碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量元素

1.碘是新陈代谢和生长发育必需的微量元素,是人体合成甲状腺激素的主要原料。  
2.甲状腺激素参与身体新陈代谢,维持所有器官的正常功能,促进人体,尤其是大脑的生长发育。  
3.孩子大脑发育从母亲怀孕就开始了。胎儿期和婴幼儿期(1~3岁)是孩子大脑发育的关键时期。如果孩子在胎儿期和婴幼儿期缺碘,会影响大脑正常发育,严重的造成克汀病(呆傻症)、聋哑、智力损伤等。  
4.胎儿所需的碘全部来自母

亲,因此,孕妇碘营养不足会造成胎儿缺碘。如果孕期严重缺碘会出现流产、早产、死产和先天畸形。

5.妊娠期和哺乳期妇女对碘的需要量明显高于普通人群,需要及时补充适量的碘。

6.成年人缺碘可能会导致甲状腺功能低下,容易疲劳、精神不集中、工作效率下降。

二、食用碘盐是预防碘缺乏病最简便、安全、有效的方式

1.碘缺乏病是由于外环境缺碘,造成人体碘摄入不足而发生的系列疾病的总称。我国2000年消除碘缺乏病以前,碘缺乏病区的儿童中,5%~15%有轻度智力障碍(智商50~69个点),6.6%的人患地方性克汀病,严重影响当地人口素质。

2.碘缺乏病是可以预防的,最简便、安全、有效的预防方式是食用碘盐。

3.我国大部分地区外环境(水、土壤等)几乎都缺碘,尤其是山区、丘陵、河谷地带、荒漠化地区和河流冲刷地区缺碘较为严重。外环境缺碘的现状很难改变,如果停止补碘,人体内储存的碘最多能维持3个月,因此要长期坚持食用碘盐。

4.自2000年以来,我国完成的各类监测或调查(碘缺乏病监测、碘盐监测、高水碘地区调查和高危地区调查)结果显示,人群碘营养总体处于适宜范围。

三、目前没有直接证据表明食用碘盐或碘摄入量增加与甲状腺癌的发生相关

1.近年来,全球主要国家无

论是否采取补碘措施,无论碘摄入量是增加、稳定或下降,甲状腺癌的发生率都在增加,并且主要以直径小于1厘米的微小结节为主。

2.相当一部分甲状腺微小结节具有惰性进展特点,恶性度低,预后良好。患者要听从临床医生要求,进行正确治疗或跟踪观察。

3.甲状腺微小结节在人群中患病率较高,隐匿性大且不易

被发现,可能陪伴终身。据很多发达国家的尸检报告,生前未被发现的甲状腺癌患病率高达5.6%~35.6%,其中微小结节占67%。

4.研究结果显示,当前甲状腺癌的“流行”部分归因于甲状腺筛查,并与高分辨率B超的广泛应用而产生的对隐匿癌或微小结节的过度诊断相关。

(作者供职于郑州市疾病预防控制中心)

论是否采取补碘措施,无论碘摄入量是增加、稳定或下降,甲状腺癌的发生率都在增加,并且主要以直径小于1厘米的微小结节为主。

2.相当一部分甲状腺微小结节具有惰性进展特点,恶性度低,预后良好。患者要听从临床医生要求,进行正确治疗或跟踪观察。

3.甲状腺微小结节在人群中患病率较高,隐匿性大且不易

被发现,可能陪伴终身。据很多发达国家的尸检报告,生前未被发现的甲状腺癌患病率高达5.6%~35.6%,其中微小结节占67%。

4.研究结果显示,当前甲状腺癌的“流行”部分归因于甲状腺筛查,并与高分辨率B超的广泛应用而产生的对隐匿癌或微小结节的过度诊断相关。

(作者供职于郑州市疾病预防控制中心)

充足的睡眠、均衡的饮食和适当的运动,可以帮助你拥有健康。

(作者供职于周口市第六人民医院,刘博整理)

充足的睡眠、均衡的饮食和适当的运动,可以帮助你拥有健康。

(作者供职于周口市第六人民医院,刘博整理)

## 征稿

本版旨在给基层医务人员提供较为基础的、实用的医学知识和技术,来稿应注重实践操作,介绍常见病和流行病的诊治、安全用药等;栏目包括《慢性病防治》《合理用药》《答疑释惑》《抛砖引玉》《老药新用》等。欢迎您踊跃投稿,并提供宝贵的意见和建议。

邮箱:54322357@qq.com  
联系人:杨小玉 电话:(0371)85966391

## 郑州松恩生物科技有限公司

郑州松恩生物科技有限公司第四代治疗鼻炎技术,是纯中药疗法,具有不痛苦、操作简单的特点,对鼻窦炎、鼻甲肥大、慢性鼻炎等疾病可以签约治疗。该技术对过敏性鼻炎也有较好的临床效果。

寻求合作伙伴,携手打造地方品牌。  
加盟松恩,助您实现药店、诊所成功转型发展。  
地址:河南省郑州市中原区陇海路与桐柏路交叉口凯旋门大厦B座2705室。

联系人:李经理 电话:13275972217 广告

## 中医外治实用技术培训班

(面对乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生)

根据2019年新版《乡镇卫生院服务能力评价》《社区卫生服务中心服务能力评价》加强中医药要求,特开展中医外治实用技术培训班,所传授技术简单易学,学即能用。

培训对象:乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生。每单位限两人。参加者食宿自理,主办方协助安排。培训费每人1000元(送同等价值产品)。  
主讲人:徐西全(1964年出生,1984年毕业于河南中医学院,百度搜索“徐西全”可了解详情)。  
主办单位:安阳市正本中药外治研究所  
联系人:王红伟(0372)2588505 18623828505(微信同号)  
地址:河南省安阳市 来函来电即寄详细资料 广告



协办:郑州市疾病预防控制中心

## 河南唯一具有中等中医专业招生资格的学校 洛阳市中医药学校中医专业招生

洛阳市中医药学校是国家中医药管理局确定的河南省唯一具有中等中医专业招生资格学校,为省级重点中专。该校2019年面向全省招收中医专业学生700名,学制3年。

国中医药办教发[2016]13号:“经备案后招收的中等职业学校中医类专业学生所取得的学历,可作为参加中医医师资格考试和乡村全科执业助理医师资格考试的学历依据。”此类毕业生可参加应届对口高考,继续深造。学生在学校学习期间全部免交学费,贫困县学生和困难家庭学生可享受每年2000元助学金,建档立卡贫困家庭学生还可享受每年3000元生活补助(国家“雨露计划”补助)。

报名条件:年龄15周岁以上,初高中以上学历及中医爱好者。

报名时间:2019年4月20日~9月30日

学校地址:洛阳市嵩县城关镇北园

联系电话:15136391899杜老师 13838823726冉老师 13783181393刘老师 13938866519杨老师 广告