经验之谈

治疗常见头痛病案五则

□马云枝

活血化瘀、通窍止痛法

病案：患者李某，男，42岁，民警，1个月前在执行任务时被他人击中头部受伤，当即无昏迷，而后常感到后枕部刺痛，疼痛剧烈影响日常工作和睡眠，伴头晕乏力，查头颅CT，结果提示硬膜外血肿，因自服相关止痛药疗效不佳遂来笔者所在医院就诊。患者面色晦暗，表情痛苦，头部可触及6厘米×5厘米大小肿块，舌质暗紫，有瘀斑，苔薄白，脉沉细。

中医辨证为瘀血阻窍型头痛，治宜活血化瘀、通窍止痛。方用通窍活血汤加减：桃仁12克，红花15克，赤芍药15克，当归12克，白芷12克，川芎12克，细辛6克，全蝎12克，炒僵蚕12克，珍珠母30克，炙甘草3克。

二诊：服药8剂后，患者头痛明显减轻，偶有隐痛，仍有失眠。上方去白芷，加牡蛎30克，以加强安神止痛之功。

三诊：上方服用10剂后，患者头痛及睡眠质量改善，触诊头部肿块基本消失，舌质暗，苔薄白，脉沉细。方中加党参6克，茯苓12克，以益气健脾生血。续服10剂后，查头颅CT，结果无明显异常，诸症悉除。嘱患者适当按摩头部，促进血液循环。

按：患者既往有头部外伤史，瘀血停留，经脉痹阻，气血不能上荣脑窍，不通则痛；气血凝滞，神明失养，则夜寐不安。本案患者病机以瘀血为著，故投以化瘀通窍之剂，方用通窍活血汤加减，以求瘀血得除，头痛得止。气为血之帅，气行则血行，以川芎上达巅顶，下行血海，活血理气定痛；投以细辛，辛香走窜，善行于上，通窍止痛；疼痛剧烈，久病不愈，加全蝎、僵蚕，搜剔熄风，散瘀通络；血行瘀滞，不能上奉于心，心神不安，加之平时头痛难忍，扰动心神则不寐，以珍珠母、牡蛎重镇安神，兼以镇痛；瘀血日久伤正，以党参、茯苓补气健脾，益气生血，以达标本兼治。

健脾益气，养血止痛法

病案：李某，女，54岁，常于繁忙劳累后出现头部隐隐作痛，部位不定，可持续数小时至数天，伴头昏目眩，神疲乏力，时有心悸健忘、胸闷气短现象。患者曾在多家医院治疗效果不佳，近期因病情加重来笔者所在医院就诊。自发病以来，患者失眠多梦，饮食减少。查体，患者神情憔悴，形体消瘦，面色萎黄，发白焦枯，舌淡苔白，脉沉细弱。头颅核磁共振检查结果无明显异常。

中医辨证为气血亏虚型头痛，治宜健脾益气、养血和络。方选归脾汤加减，药物如下：党参12克，黄芪10克，炒白术15克，当归12克，茯苓15克，酸枣仁12克，龙眼肉12克，木香6克，远志12克，蔓荆子12克，细辛3克，川芎12克。

二诊：服药10剂后复诊，患者精神好转，头痛减轻，但夜晚睡眠质量仍然较差，时感头脑昏晕不适。前方加首乌藤30克，百合30克，天麻15克，以养血安神。

三诊：上方继续服用10剂，笔者睡眠质量改善，头痛头沉基本消失，自觉头脑清凉，食量增加。效不更方，患者继续服用10剂，巩固疗效，诸症悉除。

按：患者长期忧思劳累，忧思伤脾，脾胃损伤，脾失健运，脾不升清，则气血化生乏源，不能上荣脑窍，脑窍失养，不荣则痛，则头痛、头晕、健忘；劳则伤气，心气亏虚，心血暗耗，脉络失养则心悸、胸闷；血不养心，神明不得守藏则睡眠浅易醒；脾主四肢肌肉，精微不化，气血耗伤，使筋脉失濡，肌肉失养，辨证此型属于气血不足型头痛，取其气能生血、气能行血之意，方选归脾汤加减，重在健脾益气，使脾旺则气血生化有源。加蔓荆子、细辛，以引药上行，清利头目，通窍止痛；正虚日久，气虚无力推动血液运行，血虚脉络失充，血行迟缓，滞而为瘀，方中酌加川芎善，行血中之气，使气血双行；治上焦如羽，非轻不举，加首乌藤、百合清轻之剂养血安神。

平肝潜阳法

病案：王某，男，73岁，患高血压病10余年，血压控制不理想。患者最近2年经常出现发作性头部跳痛，且每次发作前多有左颞侧麻木、闷胀不适，继之出现左颞侧头痛，每次持续时间不一样，短则十几余分钟，长则可达两三小时，疼痛难忍，影响进餐及睡眠。患者曾在医院做头颅核磁共振检查，结果无明显异常，按血管痉挛给予西比灵（盐酸氟桂利嗪胶囊）等治疗，疗效一般。患者病情反复发作，遂来笔者所在医院就诊。当时，患者神情一般，时有咽干口苦，双目干涩，视物昏花，舌质暗，苔薄黄，脉弦细。

中医辨证为肝阳上亢型头痛，治以平肝潜阳、通络止痛，方用天麻钩藤饮加减。药物如下：天麻15克，煅石决明15克，杜仲12克，川牛膝10克，黄芩6克，首乌藤12克，茯神15克，益母草15克，钩藤15克，桑寄生15克，炙甘草3克，川芎15克，细辛6克，8剂。水煎服。

二诊：服药后，患者头痛明显缓解，咽干口苦基本改善，时有右耳后呈发作性跳痛状，睡眠质量一般。上方去益母草、煅石决明，加葛根15克，谷精草15克，继续服用。

三诊：患者照上方服用10剂，头痛未再发作。效不更方，继续服用一个月有余，以善后。

按：本案患者为老年男性，年过七旬，肝肾阴虚，加之既往患高血压病，平时性情急躁，久之则肝阳暴张，气血逆乱，复因忧思劳累，思虑过度，扰动心神，使心血暗耗，则阴血亏虚，阴不制阳，阳亢化风，气血上扰清窍，则头痛。结合舌脉辨证属于肝阳上亢型头痛。以肝肾阴虚为之本，阳亢于上为之标，治宜平肝潜阳、标本兼治，方选天麻钩藤饮加减。阴虚为本，以桑寄生、杜仲补益肝肾；阳亢于上，风阳内动，以天麻、钩藤、石决明平肝潜阳熄风。头痛日久，久病入络，久病为瘀，加血中之气药川芎、延胡索以止痛；头痛较剧，久痛不已，以善走头面之虫类药蜈蚣、全蝎、僵蚕搜风剔络止痛；佐以细辛，辛散通窍止痛。诸药合用，阴虚滋养，阳亢得潜，标本兼顾，疗效显著。

养血除风，通络止痛法

病案：张某，男，41岁，平时生活不规律，有长期吸烟饮酒、熬夜等不良生活习惯。患者于最近3年反复出现发作性右颞侧头部跳痛，可放射至后枕部，疼痛难忍，夜间痛时辗转反侧，难以入眠，疼痛持续时间长短不一，发作时呕恶不止，发作前无明显不适。在其他医院按丛集性头痛进行治疗，疗效一般。患者来到笔者所在医院就诊，查体，慢性病容，神情憔悴，形体肥胖，头发干枯，舌暗紫，苔薄白，脉沉细。

中医辨证为血虚生风，脉络瘀阻型头痛，治宜养血除风、活血通络，选川芎茶调散加通络止痛之品。药物如下：川芎12克，薄荷12克，荆芥9克，细辛9克，藁本15克，醋延胡索15克，炒蔓荆子15克，牡蛎30克，天麻12克，炙甘草3克，当归15克。

二诊：服药8剂后，患者疼痛明显缓解，睡眠质量较之前明显改善，自觉时有头昏沉不适，食欲差。原方去牡蛎，加茯苓15克，砂仁6克，继续服用。

三诊：照上方服用8剂后，患者疼痛未再发作，饮食和睡眠质量均可，大小便基本正常。效不更方，按前方继续服用20剂，以巩固治疗效果。

按：中医理论认为，脑为髓海，依赖于肝肾精血和脾胃精微物质的充养，头痛病位在头，与肝、脾、肾功能失调有关。本案患者无明显起居不慎、外邪侵袭上扰的病史，故属于内伤头痛。然而患者嗜好辛辣燥热之物，辛散耗气，燥热伤血，损伤脾胃，气血化生不足，加之长期熬夜、劳倦思虑过度，伤及心脾，阴血暗耗，营血亏虚，不能上荣脑窍，则头痛；血虚不能荣络，则虚风内动；病程日久，久病入络，血虚不能充盈脉络，血行迟缓，滞而为瘀。辨证：本案乃虚风、血瘀、血虚杂之而合病。治疗上采用养血除风、通络止痛之法，施以川芎茶调散加减。川芎一味，上达巅顶，下行血海，为治疗头痛要药，善行气活血止痛；治上焦如羽，非轻不举，以薄荷、蔓荆子引药上行，清利头目；藁本性升浮，善达巅顶，除风止痛。不荣则痛，不通则痛，以延胡索、细辛理气通窍止痛。疼痛难忍，非石类药不能及，加重镇之品牡蛎以镇静止痛。血虚为之本，以当归活血养血，柔筋止痛；脾虚运化失宜，酿生湿浊，困脾碍气，加茯苓健脾化痰，砂仁健脾燥湿理气，使脾气充盛，气血乃生，清窍得养，头痛自止。

镇肝潜阳通络法

病案：患者陈某，女，53岁，患高血压病5年，因无明显头晕不适等症状，未予以重视。最近4年，患者常反复出现左颞部胀痛，痛时可波及肩膀及后枕部，每次发作持续时间为一两小时，伴脑热心烦，急躁汗出，双目酸胀，视物模糊。

就诊时，患者神情憔悴，舌暗红，苔薄黄，脉弦细。辨证为阴虚阳亢型头痛，治宜镇肝潜阳、通络止痛，方选镇肝熄风汤加减。药物如下：白芍药12克，天冬9克，玄参9克，醋龟甲10克，煅赭石20克，茵陈12克，龙骨20克，牡蛎20克，川牛膝10克，麦芽9克，炙甘草3克，细辛9克。8剂，水煎，温服。

二诊：上方服用8剂后，患者头痛发作频率和持续时间均较之前减少，睡眠质量较之前改善，出汗和视物模糊现象减轻，仍时有头重头昏，纳呆脘痞。前方去牡蛎，加砂仁6克，茯苓15克，天麻20克。

三诊：服药12剂，患者头痛较之前明显减轻，胃脘不舒改善，饮食一般。效不更方，患者按上方继续服用20剂后，诸症皆除。

按：本案患者年过五旬，肝肾阴虚，肾精不足，则抑制功能减退，阴不制阳，阳气偏亢，阳亢化热，热极生风，气血逆乱攻脑，则头痛脑热；肝热内扰于心胸则心烦易怒，烦躁不宁；肝热上扰于目则双目酸胀。方用镇肝熄风汤加减，使上亢之肝阳得阴精以潜降，故以牛膝、天冬、玄参补益肝肾、滋阴潜阳，阴血同源，血可化阴，以白芍药补血敛阴，泻肝柔筋；肝阳上亢，气血逆乱，以代赭石镇肝降逆；牛膝一药，既取其补益肝肾之意，又用其活血引血下行之功；肝体阴而用阳，肝阴亏虚，则肝体失养，肝失条达，以麦芽顺肝木之性，使其调达而不抑郁；重镇之品久用伤脾，加茯苓、砂仁以健脾燥湿理气。

（作者为第三批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师）

每周一练

（妊娠生理、诊断，孕期监护与孕期保健）

一、宫颈黏液涂片干燥后，镜下见羊齿状结晶，考虑是哪种激素引起的

A.甲状腺素
B.催产素
C.孕激素
D.雄激素
E.雌激素

二、关于女性生殖道的生理防御机制，正确的是

A.正常阴道菌群中不包括支原体和念珠菌
B.卵巢分泌的孕激素使阴道上皮增厚并富含糖原
C.宫颈阴道部表面为单层鳞状上皮，抗感染能力强
D.阴道正常情况下呈弱碱性环境
E.宫颈内口紧闭以及宫颈管有黏液栓利于防止上行感染

三、关于卵巢性激素，正确的是

A.雄激素主要由颗粒细胞分泌，促进乳房发育
B.孕激素有促进水钠潴留作用，雌激素则促进水钠排泄
C.雌激素使增生期子宫内膜转化为分泌期内膜
D.孕激素使宫颈黏膜分泌增加，性状变稀薄
E.孕激素可使基础体温在排卵后升高0.3摄氏度~0.5摄氏度

四、关于内生殖器解剖正确的是

A.阴道穹窿四部中前穹窿最深
B.子宫内膜各层均发生周期性变化
C.子宫韧带共有3对
D.子宫峡部非孕期长约2厘米
E.站立时直肠子宫陷凹为女性腹膜腔最低位置

五、受精卵着床时间是受精后

A.10天～11天
B.8天~9天
C.5天~6天
D.11天~12天
E.6天~7天

六、血清绒毛膜促性腺激素(HCG)浓度达高峰是在妊娠

A.6周~8周
B.8周~10周
C.12周~13周
D.12周~14周
E.18周~19周

七、卵子由卵巢排出后未受精，黄体开始萎缩是在排卵后的

A.5天~7天
B.9天~10天
C.11天~12天
D.13天~14天
E.15天~16天

八、妊娠中期以后羊水的主要来源是

A.胎儿肺
B.胎儿尿液
C.母体血清经胎膜进入羊膜腔的透析液
D.胎膜
E.胎儿皮肤

九、正常妊娠38周时的羊水量约为

A.500毫升
B.800毫升
C.1000毫升
D.1200毫升
E.1500毫升

十、妊娠10周后，雌激素的主要来源是

A.胎儿肾上腺皮质
B.子宫平滑肌
C.胎儿胎盘单位
D.卵巢黄体
E.胎盘合体滋养细胞

十一、关于子宫下段说法，正确的是

A.由非孕时的子宫峡部伸展形成
B.孕中期的子宫颈扩展为宫腔的一部分
C.临产后的子宫颈伸展可达7厘米~10厘米
D.为临产后的宫颈
E.孕16周扩展成宫腔的一部分

十二、早期妊娠的确诊依据是

A.停经史
B.早孕反应
C.尿妊娠试验
D.黑加征
E.B型超声检查

十三、女，26岁。停经50天，左下腹胀痛不适2天，肛门坠胀1天。平素月经规律，血压：90/60毫米汞柱（1毫米汞柱=133.322帕），与诊断无关的体征是

A.后穹窿饱满
B.宫颈举痛
C.子宫稍大变软
D.宫颈软并着色
E.宫颈光滑

十四、产前诊断胎儿畸形最常用的手段是

A.胎儿心电图
B.羊膜腔穿刺羊水检查
C.胎儿头皮血pH检查
D.羊膜镜检查
E.B超检查

十五、下列胎心电子检测结果提示胎儿缺氧的是

A.胎心出现无应激试验反应型
B.胎心出现晚期减速
C.胎心出现加速
D.胎心出现变异减速
E.胎心出现早期减速

十六、了解胎儿成熟度最常用的检查项目是

A.羊水肌酐值≥88.4微摩尔/升，提示胎儿肾成熟
B.羊水胆红素类物质<0.10，提示胎儿皮肤成熟
C.羊水卵磷脂/鞘磷脂比值>1，提示胎儿肺成熟
D.羊水含脂肪细胞出现率>10%，提示胎儿皮肤成熟
E.B超测胎儿双顶径>8.5厘米，提示胎儿成熟

答案			
一、E	二、E	三、E	四、E
五、E	六、B	七、B	八、B
九、C	十、C	十一、A	十二、E
十三、E	十四、E	十五、B	十六、E

中西医结合治疗臁疮

□郭建刚

臁疮也叫“老烂腿”，主要是指下肢血管发生病变引发的下肢溃疡，一般发生于静脉血管曲张、脉管炎、静脉炎等疾病患者。对于臁疮腿的治疗不是非常容易的，因为是下肢血管疾病引发的下肢血液循环系统受损，静脉血管压力增加，血液循环不畅导致的缺血缺氧性溃疡，再受外界邪毒侵袭，形成长期慢性溃疡性不愈合创面，严重者溃疡创面直达骨质，形成骨髓炎。

预防：有下肢静脉曲张的患者，应避免长时间站立行走，避免患肢长时间低位造成曲张静脉过度瘀血；患部长期应用弹力绷带缠扎或穿戴高弹性袜，利用外在的压力来减少运动时产生的水肿。对于经检查证明深静脉功能正常的患者，可以考虑对曲张浅静脉给予手术去除。

治疗：患者一旦发生溃疡性创面，要及时就诊，停止下肢下垂活动，抬高患肢，促进静脉血液回流，保持创面清洁，定期换药，避免细菌感染。有脓性渗出物者给予细菌培养后选择敏感抗生素进行抗感染治疗；创面坏死组织界限清晰者，给予手术清创，清除坏死组织，控制创面感染。肉芽组织新鲜者，根据创面大小、深度选择植皮或皮瓣转移修复，如果创面较深波及骨质形成骨髓炎，手术清创要包括骨质受感染部分，一般需要皮瓣转移修复。

中医药治疗：本病多由经久站立或负重，以致下肢络脉失养，局部气血郁滞，复因湿热下注，气血凝滞，腐烂皮肉而成。给予活血通络、益气养血、解毒祛湿的中药内服外洗，早期及症状较轻的患者可以得到有效控制，创面快速收口。

下肢慢性溃疡性创面非静脉曲张引发者，包括深静脉血栓、动脉闭塞性脉管炎、脊髓神经性病变、糖尿病、骨髓炎、骨结核等诱发者，首先要深入检查，明确病因，针对原发病的治疗是根本，在此基础上考虑创面的修复。

（作者供职于河南省洛阳正骨医院）

老药新用

伤湿止痛膏的新用法

□吴军营

伤湿止痛膏为外用剂，具有祛风湿、活血止痛等功效，常用于风湿性关节炎、肌肉疼痛、关节疼痛。除此之外，伤湿止痛膏还有一些新用法。

婴幼儿腹泻（单纯性消化不良） 婴幼儿腹泻症见大便溏稀，呈蛋花样或黄绿色，一般情况下中医辨证属寒型。方法：将伤湿止痛膏剪成4厘米×4厘米的方块，贴在患儿肚脐中央，每天更换1次。使用前先用温开水洗涤肚脐部或用75%酒精消毒脐孔，然后再贴伤湿止痛膏。腹泻停止后，再贴一两次，以便巩固疗效。

急性支气管炎或咽喉炎 急性支气管炎或咽喉炎症见咳嗽、咯痰、气紧等，常伴有发热、咽喉肿痛。方法：用伤湿止痛膏贴在天突穴下（即胸骨上缘凹陷处），每隔24小时更换1次，有较好的疗效。若配合内服消炎止咳药则效果更好。

冻疮（未破溃者） 伤湿止痛膏外贴，对于治疗未破溃的冻疮导致的皮肤痒痛有良好的疗效。方法：先用热水洗净局部，擦干，贴上伤湿止痛膏，每日1次，两三次即见效。

晕车 乘车前，用伤湿止痛膏贴于脐窝，可治晕车。笔者应用此方法治疗20余例，其中有晕车极为严重者，患者均未发生呕吐，只有几例出现轻微的恶心现象。

手足皮肤皲裂 冬季，四肢末端出现皮肤裂口，医学上称之为皮肤皲裂。用伤湿止痛膏治疗有效。方法：先用热水浸泡皮肤皲裂部位10分钟，再用刀片把硬皮刮去（不要刮出血），然后将伤湿止痛膏贴上，每天换1次。

鸡眼（足胼胝） 用伤湿止痛膏外贴治疗鸡眼，有较好的疗效。方法：先用热水洗脚，刮去鸡眼硬皮，将伤湿止痛膏剪成比患处稍大的方块，贴敷患处，2天换1次（洗脚时不必揭掉）。贴敷数次后，疼痛消失、硬皮软化，直至鸡眼变薄、缩小。

另外，用伤湿止痛膏外贴大椎穴、印堂穴、太阳穴，对治疗感冒有一定的效果；外贴印堂穴，对治疗头痛有较好疗效。若用本品外贴小腹疼痛处、尾骶处，每处1张，对治疗痛经有较好的疗效。

（作者供职于河南中医药大学第三附属医院）

小儿厌食调理方法

□申建科

首先，让我们了解一下什么是小儿厌食。现代医学认为，厌食是指长期（至少两个月）缺乏食欲、以见食不贪或食量减少为主要症状，多见于1岁~6岁的孩子。长时间厌食会导致孩子的身高、体重、发育缓慢并且会造成免疫力低下。这种症状被称为厌食症。

在厌食症中，只有9%是因为某些疾病，如消化性溃疡、急慢性肝炎、药物性胃炎、全身慢性病、结核病、贫血、尿毒症、心功能不全、慢性感染等，而大多数厌食是由于不良的饮食习惯、不合理的饮食制度、不佳的进食环境造成的。

既然知道了孩子厌食的原因，那么该如何纠正孩子厌食呢？

第一，应给孩子选择易消化又有营养的食物，如鱼类、豆制品、奶类等。另外，还要控制孩子的进食量。我国自古就有“要想小儿安，三分饥和寒”的明训，意思是不让孩子吃得太饱、穿得过暖，适当的时候饿一饿孩子，让孩子明白食物不是唾手可得的。

第二，逐渐纠正孩子偏食、乱吃零食、喝冷饮没节制的不良习惯。方法很简单，家里不要贮备冷饮、汽水等营养价值低又伤害脾胃的食品。当然，在饮食状态良好的情况下，偶尔吃一次这些东西，也没什么。

第三，每次吃饭，给孩子规定合理的时间、合理的饭量，让孩子高高兴兴吃饭。切记不要在孩子吃饭问题上对孩子打、骂、诱、罚，不要强迫孩子吃饭。家长可以这样做：给孩子商量吃饭时间，吃饭期间不说话，过了吃饭时间就把食物拿走，吃多少算多少，下一顿饭之前，不给孩子吃任何零食和食物。只要家长有原则，坚持一个月，孩子吃饭就会正常了。此外，家长需要努力提高饭菜质量，经常变换菜肴，让孩子有新鲜感，从而喜欢上吃饭。

第四，要纠正孩子的便秘，保证其消化道的畅通，这对增加食欲非常有益。如果孩子便秘，除了让其吃些火龙果、香蕉等富含纤维的食物外，还应让其养成早睡和早起排便的习惯。如果孩子厌食严重，每次都吃得特别少，不足同龄孩子1/3的饭量，持续1个月左右，并且出现头发黄、成缕状，脸色黄且无光泽，皮肤干枯，无精打采等，则应该给孩子检查一下身体，排除缺锌、贫血或其他疾病。

纠正厌食是一个漫长的过程，不仅需要时间，还需要有足够的耐心，千万不能着急。

（作者供职于新郑市辛店镇军李村卫生所）

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《技术分享》《经验之谈》《实用验方》《健康教育》等。欢迎踊跃投稿，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)85967078
邮编：450046
地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社总编室