

甲流的中医药治疗方法

□孟 泳

甲流是指由甲型流感病毒引起的急性呼吸道传染病,常发生在冬季、春季,具有传染性强、人群普遍易感等特点。

甲流的临床症状

发热常为甲流患者的首发症状,与普通感冒相比,多为高热,体温可达39摄氏度,甚至更高,一般高热持续三五天,通常伴随寒战、浑身酸痛、乏力等不适感,还会出现食欲减退、恶心、呕吐等胃肠道反应。发热后患者会陆续出现其他症状,比如咳嗽、咯痰、咽痛、乏力等,甚至出现胸部压迫感。

如何预防甲流

甲流的预防主要是以避免接触甲流患者为主,病毒流行期间坚持戴口罩,加强锻炼,均衡饮食,提高自身免疫力。中医认为“正气存内,邪不可干”。人们要养成良好的生活方式,不抽烟、不喝酒、不熬夜;

另外,可以到医院接种甲流疫苗,也可以服用中药进行预防。

- 1.甲流首要预防,提前接种疫苗能够有效预防流感的发生。

- 2.流感流行季节应尽量避免去人员密集场所。

- 3.平时保持良好的卫生习惯,做好个人防护,多吃果蔬,清淡饮食,营养均衡;调节心情、保证睡眠。

- 4.若感染甲流,患者需要多休息,保持充足睡眠,多喝热水,保持营养均衡。若体温超过38摄氏度,且口服退热药后效果不佳,要及时到医院就诊。
- 5.老人、孕妇、婴幼儿、肥胖者和有慢性基础疾病者,患流感后请及时就医,在医生指导下选用中医药辨证治疗。

方药:苏香饮。人参3克,芦根9克,银花5克,苏叶3克,藿香3克,代茶饮用。

气虚容易感冒者,可应用玉屏风颗粒。

另外,河南省中医院院内制剂“八味辟秽祛浊饮”具有芳香醒脾、解秽驱邪的功效;“藿荆防疫饮”具有清解肝肺、芳香化浊的功效。只要证候相符,无论是甲流还是普通感冒,都可以应用中药来预防和治。

甲流的治疗

中医认为甲流属于时行感冒范畴,根据传统认识,诊治多采用六经辨证、卫气营血辨证、三焦辨证体系和治法,注重扶正和祛邪,分期、分阶段治疗。流感具有自限性,经一般对症处理和中医药干预后均可在短期内痊愈。

风热犯卫型

临床表现:发病初期,发热或未发热,咽红不适,轻咳少痰,无汗,舌质红,苔薄或薄腻,脉浮数。

方药:疏风清热基础方。银花15克,连翘15克,桑叶10克,杭菊花10克,桔梗10克,牛

蒡子15克,竹叶6克,芦根30克,薄荷(后下)3克,生甘草3克。水煎服,每剂水煎400毫升,每次口服200毫升,每天2次。

加减:苔厚腻,加广藿香、佩兰;咳嗽重,加杏仁、枇杷叶;腹泻,加川黄连、广木香;咽痛,重加板蓝根、锦灯笼。

中成药

荆银颗粒、银翘片、疏风解毒胶囊、正柴胡饮颗粒、连花清瘟胶囊(颗粒)等。

热毒袭肺型

临床表现:高热,咳嗽,痰黏咯痰不爽,口渴喜饮,咽痛,目赤,舌质红,苔黄或腻,脉滑数。

方药:清肺解毒基础方。炙麻黄3克,杏仁10克,生石膏(先煎)30克,知母10克,浙贝母10克,桔梗15克,黄芩15克,柴胡15克,生甘草10克。水煎服,每剂水煎400毫升,每次口服200毫升,每天2次。

加减:便秘,加生大黄;持

续高热,加青蒿、丹皮。

中成药:痰热清胶囊、六神丸、清肺排毒颗粒等。

表寒里热型

临床表现:恶寒,高热,头痛,身体酸痛,咽痛咽红,鼻塞流涕,口渴,舌质红,苔薄,脉数。

方药:解表清里基础方。

炙麻黄6克,桂枝10克,苦杏仁9克,生石膏(先煎)30克,黄芩15克,知母10克,赤芍15克,炙甘草6克。水煎服,每剂水煎400毫升,每次口服200毫升,每天2次。

加减:便秘加生大黄;持续高热加青蒿、丹皮。

中成药:金花清感颗粒。

除了服用中药汤剂以外,还可以配合中医外治疗法,比如耳穴放血、拔罐、艾灸、刮痧、推拿、中药足浴等,均有良好治疗效果。

(作者供职于河南省中医院呼吸科)

中医药治疗糖尿病的优势

□李相敏 文/图

西医和中医在糖尿病治疗方面各有优势,应该利用这两种医学各自的优势,达到降糖、改善症状和减少并发症的目的。

中医治疗糖尿病,根据不同的临床表现、不同的舌苔、脉象等情况来辨证用药。一位有经验的中医师会根据患者的症状、体征、舌苔、脉象来辨别其精、气、神、寒热虚实、五脏六腑功能、气血阴阳盛衰等情况,不同的患者辨证用药也千差万别;同一患者在不同的病程阶段,其辨证用药也会有所不同。糖尿病的治疗,不是将血糖指标降到安全范围内就“天下太平”了。血糖指标虽然下降了,但是并不代表机体的脏腑功能都正常了。机体功能失调应用中药调理的好处是对慢性并发症的发展有一定相对的制约。早期应用中药干预治疗,还可以延缓或者减轻患者的并发症。应用西医方法进行血糖指标进行控制,再应用中医对脏腑功能进行改善,这样既能使血糖达标,又能阻止或延缓并发症发生,从而提高患者生活质量。

中医对糖尿病的辨证分型有着逐渐认识和完善的过程,也称消渴病。在中医文献中常把消渴病分为上消、中消、下消“三消论治”。

上消主症为烦渴多饮,口干舌燥;中消主症为多食易饥,形体消瘦,大便干结;

下消主症为尿频量多,尿如脂膏。这种分型方法有些片面,因为临床上“三多一少”症状并不是截然分开,往往同时存在,表现程度上轻重不同,有的甚至没有症状,故治疗上应“三焦兼顾、三消同治”,辨证与辨病相结合。

《医学心悟·三消》中记载:“治上消者,宜润其肺,兼清其胃;治中消者,宜清其胃,兼滋其肾;治下消者,宜滋其肾,兼补其肺”,可谓现今中医治疗糖尿病之要旨。

对糖尿病及其并发症,中医药综合疗法具有疗效稳定,无不良反应,调节机体内环境,改善体质,减轻胰岛素抵抗状态,调节糖脂代谢,调整机体免疫功能等特点,在轻型糖尿病、中型糖尿病防治上具有有一定优势,特别是对患有糖尿病并发症的患者,疗效显著。

糖尿病的主要临床症状是多食、多饮、多尿,尿中含糖,身体消瘦。中医认为该病多由平素贪嗜醇酒厚味,内热化燥,消谷伤津,以致阴虚燥热,发为消渴,累及肺、脾(胃)、肾三脏。治疗上宜以滋阴清热生津为主,随证佐以益气、固涩、温阳、活血等方法。

肥胖型糖尿病早期即存在食瘀为先导的血瘀,血行不畅,络脉瘀滞,后期发展为络脉瘀闭及络脉损伤,同时累及脉络。治疗上宜平香疏络,化瘀通络,破血通络,凉血通络,止血宁络,补虚通络等。

(作者供职于安阳市内黄县人民医院药学部)



河南中医药大学第一附属医院
副主任医师李俊涛：

性功能障碍的
治疗方法

扫码看视频

李俊涛

河南中医药大学第一附属医院
副主任医师李俊涛
副主任医师李俊涛
副主任医师李俊涛

健康
访谈

李俊涛
副主任医师
副主任医师
副主任医师

李俊涛,博士,副主任医师,副教授,硕士研究生导师;任中华中医药学会男科分会常务委员,中华中医药学会生殖分会委员;擅长中医、中西医结合治疗男性不育症、性功能障碍、前列腺疾病,泌尿生殖系统其他疾病等。

中医外治疾病三则

□毕福高

以防发生意外。

针刺手法:以提插捻转补泻为主。慢提急按,重于雀啄,力求刺颈段者气至肩臂,刺胸段者气至胸前或腹内;刺腰段者,气至臀腠,直达足底,或为沉麻,蚊行,吹风,发热,触电感等,此为补泻兼施,目的是扶正祛邪。

以夹脊穴为主,上肢配穴有极泉穴透肩髃穴、肩髃穴,曲池穴透少海穴,合谷穴透劳宫穴。下肢配穴有环跳穴、殷门穴、承山穴,阴陵泉穴透阳陵泉穴,昆仑穴透太溪穴。语言不利或吞咽困难,流涎,则配廉泉穴、通里穴;口眼歪斜,配攒竹穴透丝竹空穴,阳白穴透鱼腰穴,地仓穴透颊车穴、承浆穴;神志不清或嗜睡者,配人中穴、内关穴、神门穴、三阴交穴。

案例三

许某,女,40岁,左下肢窜痛15天就诊。

病史:15天前,患者因劳动时受风,出现从左侧臀部沿下肢内侧至足背外侧窜痛,遂至当地某医院按摩治疗,但症状加重,后被其家人送至笔者所在医院救治。患者腿痛剧烈,腰部压痛不明显,臀部、大腿部、小腿部均有压痛点,直腿抬高试验30度。

辨证:劳累后腠理空虚,风寒之邪乘虚入侵太阳经脉,经络气血痹痹,不通而痛。

中医诊断:痹证。

西医诊断:坐骨神经痛。

治法:祛风驱寒,通络止痛。

取穴:一般情况下单取上环中穴。若伴有腰酸或腰痛者则取腰5夹脊穴交替使用,以上均为腧穴。腰5夹脊穴则取第五腰椎棘突下。

刺法:针尖均垂直向下,得气后重施雀啄术,不留针,上环中穴可深刺4寸~6寸,腰5夹脊穴则应深刺2.5寸~3寸。痛剧者每天针刺1次,痛缓后隔天针刺1次,15次为1个疗程。

个别患者重刺后疼痛可能加剧,则从后施针时手法宜轻。对后遗症小腿后侧或外侧酸痛、隐痛则应分别改取合阳穴、承山穴或阳陵泉穴,绝骨穴为主,轻施雀啄术,并留针10分钟左右,往往可较快取效。

疗效标准

治愈:针刺后疼痛及其他症状均消失,活动自如,恢复正常工作。

有效:针刺后疼痛减轻、能

名医堂

案例一

李某,男,48岁,最初感觉左侧头痛,耳鸣,咀嚼有不适感,言语蹇涩,且汗多,日渐加重,以致左眼不能闭合,吃饭、饮水从口角外溢。曾用针灸、拔火罐、外敷中药等方法治疗,但疗效不佳。

检查:舌质红,脉弦而数,口歪向右侧,左眼不能闭合,鼻唇沟变浅偏向右侧,口鼓气漏风,言语不清,血压130/80毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)。

诊断:面神经麻痹。

辨证:左侧汗多,腠理不密,风邪侵袭,经络阻滞,气滞血瘀,故见口眼喎斜。

治则:祛风活血。

以门诊治疗为主,每天针灸治疗1次,15次为1个疗程。

主穴:取上面瘫穴,下面瘫穴,面瘫穴,麻痹点,翳风穴。

配穴:人中穴、承浆穴,地仓穴,迎香穴,四白穴,攒竹穴,阳白穴,丝竹空穴。

针法:上面瘫穴向下沿皮直刺2寸半(同身寸下同)左右;下面瘫穴位于地仓穴与颊车穴连线中点处,向上沿皮直刺2寸半左右(与上面瘫穴位对冲);面瘫穴位于瞳子髎下,向颊车穴方向沿皮刺2寸半左右;麻痹点位于人中穴与地仓穴连线中点处,向四白穴方向沿皮刺2寸左右;翳风穴向地仓穴方向沿皮刺2寸半左右;人中穴、承浆穴均向患侧刺;迎香穴向鼻梁刺;下关穴向地仓穴刺;攒竹穴向丝竹空穴刺;阳白穴透鱼腰穴。

疗效标准痊愈:症状消失,外观如常,检查结果无任何异常。

显效:症状消失,外观正常,但检查时尚遗有轻微之面神经麻痹进步。

进步:症状好转,外观有轻度不对称,检查时有较明显体征出现。

无效:治疗后症状、体征均无改善。

治疗:针刺上、下面瘫穴,面瘫穴,麻痹点,翳风穴为主,配攒竹穴、阳白穴、四白穴、合谷穴、下关穴、迎香穴。

针法:上、下面瘫穴沿皮对刺,面瘫穴与麻痹点沿皮对刺,其他穴采取横刺法,每天针灸1次,留针2小时,半小时行针1次,行提插捻转手法,先泻后补。

经验之谈

在日常生活中,有许多女性会出现月经提前或错后,经期较短或过长,经量或多或少,或清稀,或夹有血块,痛经、崩漏,甚至闭经等症状,这些都属于月经不调。从中医角度来说,月经不调的类型有血虚型、血寒型、血热型、血瘀型、气滞血瘀型、肝肾不足型、肝郁脾虚型、气血两虚型、血虚气滞型等。

治疗月经不调,首先要弄清楚月经不调是怎么回事。月经不调包括范围很广,表现有经期紊乱,经血的色、量、质发生变化及经期出现其他症状。中医治疗注重调理,以月经周期和出血量的改变为主,结合月经的周期、颜色、质地、数量及全身症状,从寒、热、虚、实四个方面辨证治疗。

中医治疗月经不调的方法非常多,并且任何一种方法的安全性都非常高。女性在发生月经不调后,一定要根据自己实际情况,采用适合的中医方法进行治疗。

中医治疗月经不调可以从三个方面进行。应用针灸、推拿等外治方法进行调理;通过服用中药来进行调理;通过食疗方法来

中医如何调理月经不调

□李小艳

辅助调理。

中医外治法:一般常用的疗法有针灸、推拿、按摩等,这些中医外治法可有效疏通经络,促进身体血液循环,对月经不调起到调理的作用。

中药调理法:月经不调通过中药调理也是不错的选择,一般以活血化瘀的中药为主,比如少腹逐瘀汤、八珍益母丸、十全大补汤、归脾汤、乌鸡白凤丸等。中药

对于月经不调的治疗有着不错的效果,患者需要在医生指导下服用中药进行调理。

中医食疗法:除了中医外治法、中药调理疗法以外,中医食疗法也起到一定疗效,生活中常见的一些食物也是有助于调理月经的,比如鸡蛋、益母草煮汤,红高粱花、红糖水煎等。

除此之外,调理月经的时候,饮食要注意营养均衡,可以多吃

一些豆类、鱼类等高蛋白食物,避免吃寒凉食物,同时注意防寒保暖。

当女性出现月经不调的时候一定要引起重视,首先要有正确的态度,避免因不重视导致治疗不及时引起一些并发症。其次,为了能够远离月经不调的危害,女性应保持良好的心态,平静地面对生活中各种困难,尤其在月经期间,要养成良好的个人卫生习惯,同时忌食辛辣刺激食物。最后,不同体质造成的月经不调,中医有着不一样的调理方法。

(作者供职于中牟县妇幼保健院妇科)

征 稿

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”,设有《名医堂》《中西合璧》《中医特色技术》《中医外治》《针推治验》《四诊合参》《临证心语》《中药用法》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求:一定是原创,言之有物,具体可行;1000字以内;可以用小故事开头,以增加趣味性。

联系人:朱忱飞 电话:13783596707

投稿邮箱:5615865@qq.com

本版药方需要在专业医生指导下使用