

学术论坛

原发性痛经的病因及诊疗特点

□韦宇霞

韦宇霞是第五批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师,从事医疗、教学、科研工作50余年,临床经验丰富,擅长运用经方分期论治原发性痛经,独具匠心。笔者有幸作为学术继承人,跟随韦宇霞老师学习,现将其诊治原发性痛经的经验概要整理如下。

月经周期是女性阴阳消长,冲任二脉气血变化节律的生理现象。《黄帝内经·素问·上古天真论》记载:“女子七岁,肾气盛,齿更发长;二七而天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下,故有子。”强调“肾气”“天癸”是月经、胎孕

的物质基础。经期或经期前后,血海由满盈而泄溢,冲任气血变化急骤,而邪气较易入侵,导致冲任瘀阻或寒凝经脉,使气血运行不畅,胞宫经血泄溢受阻,以致不通则痛,或冲任、胞宫失于濡养,不荣则痛。其病位在冲任、胞宫,与肝、脾、肾等三脏密切相关。其病因虽然复杂,但是可以分为外感与内伤两个方面,其中以寒邪为主因。因此,痛经的病机特点多为寒凝血瘀、肾阳不足。月经期以寒凝血瘀为主,非月经期以寒凝血瘀、肾阳不足为主。瘀血既是病理产物,又作为致病因素使病情加重,迁延难愈。对于阴血之虚、痰湿之滞等因素,虽然可导致痛经,但是多系病理之演变,或者为情志、饮食所伤。若诸多因素互为因果,则病情复杂多变。

韦宇霞老师认为,痛经治法之旨,应针对其病机特点,以温肾散寒、养血化瘀为要。其具体运用,既要辨识体质特点,又要把握好

用药时机,施以因体治宜、因时治宜两种方法。

一是因体治宜。原发性痛经多见于青少年初潮期,此期的体质特点处于肾气初盛,天癸初至,尚未完全成熟阶段,在经期或经后,精血更虚,胞宫、胞脉易失于濡养。中医认为,肾为先天之本,胞脉系于肾,“女子以血为本”,脾胃为气血生之源,所以治疗上既要重视温肾养血,又要兼调脾胃。

二是因时治宜。痛经系周期性发作疾病,《医宗金鉴》提出“凡经来腹痛,痛在经后气血弱,痛在经前气血凝,气滞腹胀血滞痛”的观点。因此,治疗痛经要顺应胞宫的充盈或亏虚,因时而治,“痛”时治标,“不痛”时治本。

月舒笑痛方的配伍概要

本方为韦宇霞老师自拟的经验方,以温肾散寒、养血化瘀为基本治法。本方由小茴香、肉桂、香附、延胡索、制没药、当归、川芎、生蒲黄、五灵脂、白果、炙甘草组成。

患者在经期前4天~5天开始服用,服至月经干净。该方主治寒凝血瘀、肾阳不足证,证见经前或经期腹部疼痛如锥如刺,遇寒痛甚,得温则减,血色紫黯有块,块下痛减,或经期延后、月经量少,或腰酸不舒,或肢冷畏寒,舌质淡黯,舌苔薄白润,脉沉紧或沉弦。月舒笑痛方系《医林改错》之少腹逐瘀汤化裁而成。原方所治之证,属于小腹寒滞瘀积,或妇女冲任虚损,寒凝血瘀,血不归经所致。将其用于寒凝血瘀之痛经证为合适,经加减而温经散寒、化瘀止痛之力倍增。寒凝血瘀为患,血瘀则寒凝难解,寒凝则血瘀益甚。只有将温经散寒与活血化瘀并用,方能促使气行血畅。尤其是温阳药,既可扶助阳气以治本,又能温通血脉以治标,充分体现了“温则消而去之”的治疗法则。

月舒笑痛方的临床应用

韦宇霞老师认为,痛经系周期性发作的病证,其病机时常虚实

错杂,实中有虚,虚中有实,或呈本虚标实。故治其“痛”必须掌握本病的演变规律,审证求因,标本兼顾。根据其不同的病机,如常达变,或行气,或活血,或散寒,或清热,或补虚,或泻实,或一法独进,或数法合施,而组成月舒笑痛方,具体方药的应用如下。

二陈月舒笑痛方 由月舒笑痛方合二陈汤加减,即加陈皮、清半夏、茯苓、干姜,以温肾祛寒,燥湿化痰,主治痰瘀互结之痛经。

三草月舒笑痛方 由月舒笑痛方,加白花蛇舌草、茜草、益母草,以温肾化瘀、清热除湿,主治瘀热互结化热之痛经。

总之,治疗原发性痛经,因疼痛程度而异,当区区分治之。如韦宇霞老师治疗痛经,认为该病病机多责之寒与瘀,以温经、祛瘀贯穿治疗始终,疗效显著。

(作者供职于河南省安阳市职业技术学院,本文由全国名老中医韦宇霞指导)

糖尿病的中医调理方法

□卞红霞

糖尿病是一种常见的慢性病,影响了患者的身心健康。中医对于糖尿病的治疗具有独特的见解和方法。本文主要介绍中医调理糖尿病的方法。

中医对糖尿病的认识

中医认为,糖尿病的发生与人体内环境失调有关,以多饮、多尿、多食及消瘦、疲乏、尿甜为特征的病证,将糖尿病归属于消渴的范畴。如饮食不节、情志失调、劳欲过度等因素,均可导致脏腑功能失调,引发糖尿病。

基础上,燥热伤肺,使津液耗伤;燥热伤胃,使津液耗竭;燥热伤肾,使精髓枯竭。这些病理变化会导致患者出现多饮、多食、多尿等症状。

中医依据糖尿病的病因与病理特点,根据患者的症状,将消渴分为上消、中消、下消3种类型,并分别以养肺生津、健脾养胃、补肾填精为治疗原则。中医强调整体调理,运用中药方剂改善患者的内环境,以达到治疗疾病的目的。

中医调理糖尿病的方法

饮食调理 饮食调理是治疗糖尿病的重要措施。中医建议糖尿病患者采用低糖、低脂肪、高纤维

的饮食原则,以控制血糖水平。同时,患者不宜过量食用生冷或热性食物,以免影响血糖水平。

中药治疗 根据患者的具体情况,中医会开具相应的中药方剂,帮助患者调理身体、平衡阴阳、改善疾病症状。常用的药物有津力达颗粒等,可以改善多饮、多尿、多食等症状,具有降低血糖的功效。

针灸 针灸是中医调理糖尿病的传统方法之一。针灸通过刺激人体的穴位,调节气血的运行状态,从而达到治疗糖尿病的目的。针灸常用的穴位有足三里穴、三阴

交穴、阳陵泉穴等。患者若选择针灸治疗糖尿病,需要由专业的针灸医师操作,以确保安全、有效。

按摩 该疗法是中医调理糖尿病的方法之一。通过按摩患者身体的特定部位,能够促进气血流通,缓解身体不适症状。常用的按摩手法有推拿、揉捏,结合穴位进行按摩,可以增强治疗效果。

运动调理 运动调理也是中医治疗糖尿病的方法之一。适度运动可以促进身体的新陈代谢,增强体质,保持血糖的稳定。中医建议,糖尿病患者应采用轻柔的运动方式,比如打太极拳、练八段锦等,

避免剧烈运动导致身体不适。

生活方式调整 中医认为,不良的生活习惯会影响身体健康,引发糖尿病。因此,生活方式调整也是中医调理糖尿病的重要措施之一。糖尿病患者要保持规律的作息时间,避免熬夜和过度劳累。

总之,运用以上疗法,可以帮助糖尿病患者控制病情发展,缓解症状,提高生活质量。同时,在采用中医方法调理糖尿病时,患者应与医生积极配合,以获得满意疗效。

(作者供职于山东省东营市东营区中医院)

中西医结合治疗疑难疾病有优势

□张 轶

内科疑难疾病是指一些病因复杂、诊断困难、治疗难度大的疾病。在医学界,对于内科疑难疾病的治疗一直是一个难题。然而,随着中西医结合治疗方法的不断发展,越来越多的医生开始尝试将中医和西医的理论和方法结合起来,为患者提供更加全面、有效的治疗方案。本文主要介绍中西医结合在内科疑难疾病治疗中的优势与应用方法。

中西医结合治疗的优势

首先,中医和西医虽然理论体系不同,但是它们在某些方面是相通的。例如,中医强调整体观念和辨证施治,而西医则注重病理生理和病因治疗。将两者结合起来,可以更全面地了解患者的病情,制定更加精准的治疗方案。其次,中西

医结合治疗可以充分发挥中医和西医的优势。中医擅长调理身体机能,改善症状,提高患者的生活质量;西医则擅长针对病因进行治疗,具有见效快、疗效稳定的特点。将两者结合起来,可以取长补短,取得更好的治疗效果。

中西医结合治疗的具体应用

肿瘤 肿瘤是一种常见的内科疑难疾病,其治疗方法一直是医学界研究的热点。中西医结合治疗肿瘤可以充分发挥中医和西医的优势,提高治疗效果。例如,中医可以通过调节患者的免疫功能、改善症状

状,以及减轻放疗、化疗不良反应等方面发挥作用;西医则可以通过手术、放疗、化疗等方法,对患者进行治疗。将两者结合起来,可以更好地控制肿瘤生长和扩散,提高患者的生存率和生活质量。

心血管疾病的中西医结合治疗

该病是一种常见的内科疑难疾病,其治疗方法一直是医学界研究的热点。中西医结合治疗心血管疾病,可以改善患者的心功能、降低血压、调节血脂等。例如,中医可以通过宣肺化痰、清热解毒等方法,对患者进行治疗;西医则可以通过抗炎、平喘、解痉等方法,对患者进行治

疗。将两者结合起来,可以更好地控制呼吸系统疾病的发展,提高患者的生活质量。

综上所述,中西医结合治疗内科疑难疾病展现出独特的优势,丰富了中医和西医的理论与实践,在疑难疾病治疗中取得了显著疗效,从而为患者提供更多治疗选择,带来新希望。未来,中西医结合将继续深入发展,促进医学界的交流与进步,可为患者提供更加优质、高效的诊疗服务。

(作者供职于广东省广州市花都区人民医院)

火龙罐综合灸治疗小儿遗尿

□张 轶

小儿遗尿症是指3岁以上小儿不能从睡眠中醒来而反复发生无意识排尿行为,每周超过一定次数,持续至少3个月,俗称“尿床”,中医学又称“遗溺”,西医学称为“儿童单症状性夜遗尿”。该病具有病程较长、易反复发作的特点。小儿遗尿症若长期不愈,则会造成小儿睡眠质量降低、学习成绩下降、精神抑郁、注意力不集中等,严重影响患儿的身心健康。目前,临床通过服用中药、针刺、灸法、推拿等治疗小儿遗尿症,取得了显著疗效,呈现了中医

药的特色优势。现介绍一种治疗小儿遗尿症的中医外治法——火龙罐综合灸。

火龙罐综合灸是将点燃的艾炷放置于特殊的罐状工具内,依据中医经络穴理论,在患儿体表一定的部位和穴位运用各种治疗手法,可以达到治疗目的。该疗法集推拿、刮痧、艾灸、点穴于一体,能够发挥推拿、刮痧、艾灸和点穴等综合作用。

在运用火龙罐综合灸为患儿治疗时,中医医师首先选取大小合适的火龙罐,检查罐口无破损后,

把定制好的艾炷置于罐体内,并将其表面充分点燃,然后放在施灸部位,均匀涂上适量的润滑油,当罐口温度适宜,艾炷燃烧升温均匀后,把火龙罐放在施灸部位,综合运用各种治疗手法为患者治病。

中医依据中医理论,将小儿遗尿症辨证分为下元虚寒证、脾肺气虚证、脾肾两虚证、心肾不交证,根据证型选取施灸穴位,治疗时主要取穴为神阙穴、关元穴等。

施灸时,中医医师从患儿手掌上的小鱼际穴先接触皮肤然后落罐,结合点、按、推、运、揉、刮、熨等

手法,以正旋、反旋罐体作用于皮肤肌肉组织;操作时,根据罐内温度高低适当调整罐体速度,并注意罐口温度适宜,艾炷燃烧升温均匀;局部操作15分钟~20分钟,待皮肤微微出汗,皮肤红润、出现痧点即停止操作,用干净纸巾擦去皮肤表面润滑油等。

《黄帝内经·灵枢·官能论》言:“上气不足,推而扬之;下气不足,积而夺之;阴阳皆虚,火自当之。”对于“气机失调”的病证,应采用艾灸治之。小儿遗尿症的病机关键在于“三焦气化失司,膀胱约束不

利”,脏腑气机升降运动,具有协调平衡的特点,气机升降失常会影响脏腑津液输布的功能。火龙罐综合灸针对这一关键病机,发挥灸法、推拿和刮痧法的协同作用,调整阴阳平衡及补益脏腑虚损,促进津液的正常输布与排泄,增强膀胱功能。在操作中,对患者腰骶部膀胱的刺激,可以调整交感神经和副交感神经相互平衡制约,从而调控脊髓排尿反射中枢神经,控制膀胱的收缩和舒张,七具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

中医经典是中医传承发展的根基,为中医的精华所在,是中医教育的核心。注重中医经典的学习,是遵循中医药发展规律、保障中医药学子成才的重要途径。

对于中医药院校学生而言,学习中医经典为基本要求,也是学好中医的前提条件。教师检验或督促学生背诵中医经典的传统方式,是课堂提问或课后当面抽查学生背诵情况。为了促进学生积极背诵中医经典,一些中医药院校设置了一系列课程,比如“温病经典医籍选读”,探讨并运用线上线下相结合、教师学生共促、组内组间互评等方式,不仅提升学生学习中医经典的成绩,还有助于营造背诵经典的学习氛围。

在多元化途径促进中医经典诵读体系中,传统课堂提问并非仅为考察学生的中医经典背诵情况。每次正式授课前,教师通过教学平台随机提问学生,使其温习背诵经典原文。这样,可以在上课前就调动学生的中医经典思维与营造班级中医经典背诵氛围,并且帮助学生培养利用碎片时间背诵中医经典的习惯,这是背诵中医经典的技巧之一。在课堂讲解新知识时,教师可以随机提问或以抢答形式回答学生的相关问题,以温经、祛瘀贯穿治疗始终,疗效显著。

课后抽查学生背诵,主要是弥补课堂提问的不足,并且加强与学生交流以具体了解中医经典背诵中存在的问题。由于所需背诵的中医经典原文繁多,学生人数较多,导致很难在课堂上考察每位学生的所有经典背诵情况等,需要在课后检查学生背诵时,进行分析并解决。如有学生反映经常花很长时间背诵,但效果不理想。教师应提醒学生,背诵中医经典亦需要注意方法与技巧,每一条文可以多次、反复熟读以至背诵,即使背诵后仍需时常温习。

在学习情况分析时,教师发现学生基础知识参差不齐,以及有两极分化现象。若仅以学生单独背诵的方式,时常出现一部分学生背诵中医经典不积极现象。而通过分组形式,进行小组互查、互促,可提升学生背诵的积极性。中医经典具有“读书百遍,其义自见”的学习规律,在熟读背诵中医经典的时候,学生即会逐渐理解部分经义,从而提升学生的自信心,亦使初始有畏难或懈怠态度的学生积极主动地背诵中医经典。

为了强化中医经典背诵效果,增进对中医经典的理解,需要学生默写所背诵的中医经典原文,也是全国中医经典等级考试与课程考核的重要部分。学生默写中医经典原文的检查形式,除了平时自己默写外,还要进行互评。这不仅提高了学习效率,还提升了学生查漏补缺的自觉性等。

总之,对于促进学生诵读经典的方法有很多,除了上述途径外,学生可探索其他适合自己的方法,如播放中医经典原文朗读的示范录音或摘抄卡片便于携带诵读;有助于提升背诵中医经典的效率。

(作者为河南中医药大学研究生)

针刀治疗颈肩腰腿痛的特点

□刘素云

你是否每天坐在电脑前工作数小时,导致颈肩酸痛、腰腿不适?或者长时间保持一种姿势,使得肌肉紧绷,关节僵硬?这些问题困扰着很多人,影响了人们的生活质量。幸运的是,针刀治疗为患者提供了一种有效的解决方案,帮助患者告别疼痛,顺利康复。

针刀治疗源于古老的中医理论,通过刺激人体特定穴位,促进气血流通,调整身体的阴阳平衡,从而达到治疗和预防疾病的目的。针刀治疗结合了传统的针灸和现代医学技术,是一种独特而安全的非药物疗法。

针刀治疗的原理基于中医经络学与现代神经生理学,经络是人体内部的运行系统,贯穿全身。该疗法通过刺激特定穴位,可以调整经络,疏通经脉,达到平衡阴阳、调和气血的目的。同时,针刀治疗还可以刺激局部神经末梢,促进神经系统的功能恢复。

针刀治疗在临床上广泛应用于多种疾病的治疗和预防,尤其是与肌肉系统、骨骼系统相关的疾病。以下是针刀治疗的常见病、多发病。

颈肩疼痛 长时间保持一种姿势,例如在办公室工作或使用手机时低头,往往会导致颈肩疼痛。针刀治疗可以通过刺激特定穴位,缓解颈肩肌肉的紧张和疼痛程度,促进血液循环,改善颈椎的功能。

腰背疼痛 久坐、劳累过度或姿势不良都会导致腰背疼痛。针刀治疗可以调整体内的改善,改善腰椎间盘的营养供应和代谢速度,缓解腰背肌肉的紧张程度,减轻腰背疼痛的症状。

(作者供职于山东省巨野县北城医院)

熟读经典是中医成才的重要途径

□康茹芳

心绞痛的中医护理常识

□邹丽萍

平,促进消化道蠕动,防止便秘,所以患者可以适量摄入蔬菜、全谷类食物等富含纤维素的食物。

情绪调节 中医认为,情志与身体健康密切相关,情绪过度激动或抑郁都会导致心绞痛等疾病发生。因此,心绞痛患者需要进行情绪调节。神怡调气是一种通过调节身体和心理状态来达到缓解心绞痛的治疗方法,具体方法包括练瑜伽、打太极拳、练气功等方式,可以促进气血流通,平衡阴阳,保持身心健康。另一方面,心理疏导是一种通过心理学技术调节患者情

感状态和控制情绪的治疗方法,可以减轻心绞痛患者焦虑、抑郁等症状,预防病情加重和疾病发作,常见的技术包括认知疗法、行为疗法、催眠疗法等。需要注意的是,情绪调节应该综合考虑患者的个人特征、病情轻重和身心状况,采用综合治疗方法,取得良好的治疗效果,且情绪调节不能代替其他治疗措施。

中药治疗 治疗心绞痛,中医常用的中药包括单味中药和复方中药制剂,单味中药包括丹参、炙甘草、人参、当归、三七等。其中,

丹参具有活血化瘀、调节血脂等作用,常用于治疗冠心病、动脉粥样硬化等疾病;炙甘草具有舒缓心气、增加心脏收缩力的作用,可用于心绞痛的辅助治疗;人参具有补气养血、调节免疫系统等作用,常用于治疗心肌缺血、心肌收缩等疾病;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;三七具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

粉、鹿茸口服液、藿香正气水等。这些中药方剂均具有舒张血管、调理性血糖和血脂、改善心肌代谢等作用;当归具有活血化瘀、促进心脏供血、缓解心绞痛等作用,常用于治疗心绞痛、心肌梗死等疾病;川芎具有活血止痛、增加冠状血管血流量等作用,可用于治疗冠心病、心肌梗死等疾病。复方中药制剂则包括丹参酮注射液、三七冻干

人们常说“七分治疗、三分护理”,说明护理对患者康复的重要性。对于心绞痛患者,良好的护理可以帮助患者缓解症状,预防疾病发作,控制病情进展,以及促进患者康复。此时,患者应该积极配合医务人员,控制病情。

饮食调理 中医认为,合理饮食可以保持身体的阴阳平衡。因此,对于心绞痛患者,避免食用辛辣、油腻、刺激性食物,以免引起胃肠不适,尽量选择蔬菜、水果、粗粮、清淡的汤品等食物。同时,高脂肪饮食会增加血液中的胆固醇含量,加重心脏负担。因此,建议患者减少红肉、奶制品、油炸食品等高脂肪食物的摄入量,可以选择鱼类、豆腐等低脂肪食品。纤维素有助于降低血液中的胆固醇含量和血糖水