

象庄秦氏妇科学术思想之二

确立荡胞法治疗妇科疾病

□王臻 陈何红

逐瘀荡胞法

瘀血阻胞,临床多见闭经、月经过少、崩漏、痛经、产后恶露不尽等,治疗宜逐瘀荡胞,秦月好时常用大黄、五灵脂、蒲黄、益母草、桃仁、红花等药物治疗。其中,秦氏妇科经验方中尤善用大黄,大黄又名“将军”“川军”,性善通泄,入血分,调血脉,具有较好的活血祛瘀作用,能够泻下瘀血,推陈致新,畅通气机而和血脉,善于化瘀消结,为治疗瘀血证常用的药物。《神农本草经》谓其“下瘀血,血闭寒热,破癥瘕积聚,留饮宿食,荡涤肠胃,推陈致新,通利水谷,调中化食,安和五脏”。

行气荡胞法

中医理论强调,“气为血之帅”“血之凝滞为瘀,必先由于气滞”,故“气散则血随而散”。此类瘀血瘀证,多由情志不遂、肝气郁结所致,治疗宜行气荡胞。秦月好常用元胡、乌药等理气药物配合活血化瘀药物,治疗气滞血瘀证。元胡味辛、苦、温,入肺、肝、脾经,具有活血、利气、止痛的功能,《本草纲目》谓其“能行血中气滞,气中血滞,故专治一身上下诸痛”。乌药辛温香窜,入脾肺,下入肝肾,用于治疗胸腹诸痛。

温经荡胞法

寒为阴邪,主收引,《黄帝内经·素问》曰:“寒独留,则血凝泣,凝则脉不通。”寒凝常使气血凝滞成瘀,临床多表现为痛经、闭经、不孕等。中医理论强调,“寒则温之”“瘀则行之”,治宜温经荡胞,秦月好常用肉桂、吴茱萸等温里药配合活血化瘀药物治疗此类疾病。肉桂,性辛、味温,《本草汇》谓其“散寒邪而利气,下行而补肾,能导火归原以通其气,达子宫而破血瘀能走能守之剂”。

清热荡胞法

中医理论强调,热为阳邪,灼阴熬液而致瘀血凝滞。《医林改错》曰:“血受热则煎熬成块。”朱丹溪提出“血受湿热,久必凝浊”的观点,可见热邪入侵或湿热壅遏气机,皆可致瘀。临床多表现为腹痛、带下、积块、月经紊乱、痛经、月经量少,甚至不孕等,治宜清热(利湿)荡胞。秦月好常用土茯苓、大血藤、鱼腥草、夏枯草等清热解毒(利湿)药物配合活血化瘀药物治疗此类疾病。土茯苓,甘淡渗利,解毒利湿,《本草正义》谓:“土茯苓,利湿去热,能入络,搜剔湿热之蕴毒。”大血藤、鱼腥草能够清热解毒、消痈散结,夏枯草能够清热泻火、散结消肿。以上药物配伍穿山甲、三棱、莪术等破血消癥药物,对于慢性盆腔炎症有包块者,尤为适用。其中,穿山甲威能软坚,微寒清热,《本草从新》谓其“善走窜,专能行散,通经络达病所”。秦月好临证时,多采用保留灌肠方法,药物可直达病所,疗效显著。

益气荡胞法

中医理论强调,“气为血之帅”,气行则血行,气虚则血滞。气虚不摄则血溢脉外,此类病症多见

于血证,比如气虚崩漏等。治宜益气荡胞,秦月好常用山药、白术、黄芪等补气药物配合活血化瘀药物治疗此类疾病。其中,山药性平味甘,归脾、肺、肾经,具有益气养阴、平补肺脾肾的功效,不热不燥、补而不膩是其特点。《神农本草经》谓其“补中,益气力”,《本草纲目》谓其“益肾气,健脾胃”。

化痰荡胞法

在临床上,痰、瘀有形之邪使子宫闭阻是妇科常见的病机。《金匱要略》首先提出“妇人经水闭不利,中有干血”“血结胞门”的观点;朱丹溪有“有积痰下塞于胞门,闭塞不行”“躯脂满溢,闭塞子宫”以致不孕的论述。临床上往往可见痰瘀互结,闭阻胞宫导致月经过少、闭经、不孕等病症。秦月好认为,治宜化痰荡胞,使痰瘀分离。秦月好常用白芥子、莱菔子、大黄、红曲等药物治疗此类疾病。其中,红曲是秦氏妇科用药的特色,其味甘、性温,入肝、脾、大肠经,具有活血化瘀、健脾消食功能,主治产后恶露不尽、瘀滞腹痛、赤白下痢、跌打损伤等。《本草纲目》谓其“治女人血气痛及产后恶血不尽”,《饮膳正要》谓其“健脾,益气,温中”。现代研究结果表明,红曲因含他汀类物质,具有降低血脂胆固醇的作用。秦月好认为,红曲实为活血化瘀、健脾化痰之要药,只要辨证准确,灵活选用,均可取得满意的治疗效果。

(作者为象庄秦氏妇科传承人)

中医康复护理包括哪些内容

□王明菊

患者在手术后,或者患了慢性病,在生理、心理方面都会产生一些不良影响,比如情绪低落、身体有不适感,从而导致生活质量降低。在这种情况下,需要积极进行康复护理,改善患者的心理、生理功能。中医康复护理就是运用中医的特色和优势,配合其他治疗方法,促进患者逐步恢复健康。那么,中医康复护理包括哪些内容呢?

推拿

推拿是中医治疗疾病,以及疾病康复的常用方法。通过推拿,可以改善患者的气血循环,起到治病的作用,还有保健、护理等功效。推拿相应的部位、穴位,可以促进经络通畅,调整脏腑的功能。对于一些比较常见的慢性病,比如腰肌劳损、颈椎病、失眠等,通过推拿,均可以取得明显的效果。另外,适当按摩穴位,还可以增强体质,改善免疫功能,增强抗病能力。

针灸

针灸是中医治疗疾病的一种常用方式。将专用的针插入人体特定的穴位,可以调节阴阳平衡,促进气血流通,起到治疗疾病的作用。一般来说,消化系统疾病、神经系统疾病,以及呼吸系统疾病,可以适当采用针灸的方式进行治

疗。切记,患者应到正规的医疗卫生机构进行针灸治疗,避免出现意外情况。

中药

在中医康复护理方面,中药是促进患者身体康复的一种常用方式。在医生的指导下,患者服用中药,或者外敷中药,对于一些疾病能起到防治作用。特别是一些慢性病患者,或者处于亚健康状态的人,经过服用中药,可以调整身体功能,改善病情和亚健康状态。但是,患者要注意根据自己的实际情况,严格遵照医嘱用药,不能擅自用药或者过量用药,避免引起不良反应。

养生保健

通过调整饮食结构,合理安排作息时间,以及选择适宜的运动等方式,进行中医康复护理,可以增强体质。比如在饮食方面,患者要食用一些清淡、易消化的食物,多吃新鲜的蔬菜、水果,不要油腻、辛辣、刺激性食物;少食多餐,不要暴饮暴食。在作息方面,患者应早睡早起,不要熬夜,养成规律作息的生活方式。在运动方面,患者可以选择自己喜欢有氧运动,比如快走、瑜伽、游泳等。

中医精神疗法

调整心态对于患者来说是很重要的,可增强治疗效果。运用中

医理论和治疗方法,调节心理状态,有利于缓解患者的心理压力、提高治疗效果。

总之,中医康复护理对于患者的身体康复是很重要的。不仅是用药方面,还有推拿、针灸等,患者要听从医生的指导,避免出现意外情况。同时,患者不要做剧烈运动,运动时间也不宜过长;如果在运动过程中,患者出现身体不适状况,需要及时停止运动,并及时就医。在推拿、针灸后,患者要注意做好保暖措施,不宜吹风,避免加重病情。

(作者供职于山东省枣庄市薛城区张庄镇中心医院)

可以起到很好的缓解作用。

总之,中医治疗精神疾病具有明显的效果。根据临床研究结果显示,中医治疗可以改善患者的精神症状,提高生活质量,降低复发率。但是,中医治疗精神疾病,并不是一蹴而就的,需要一定的疗程和康复时间。因此,患者及其家属应该正确认识治疗疾病的过程及服药注意事项,积极配合医生治疗,遵照医嘱按时服药;在取得初步治疗效果时,不可擅自停药;定期复查,以便医生了解治疗效果,适时调整治疗方案,以期获得最佳的治疗效果。

(作者供职于山东省聊城市第四人民医院)

激人体的穴位,调节气血运行,从而达到治疗精神疾病的目的。在针灸治疗中,常用的穴位包括百会穴、神门穴、内关穴等。这些穴位与神经系统和内分泌系统密切相关,通过针灸刺激这些穴位,可以调节神经递质和激素的分泌,从而改善精神疾病症状。

推拿治疗

这是一种以手法为主的中医治疗方法。通过推拿、按摩,可以缓解患者的紧张情绪,放松身心,从而有助于缓解病情,改善睡眠质量,提升患者的生活质量。

温针灸的注意事项和潜在风险

适应症和禁忌证 温针灸适用于膝关节的疼痛、功能障碍等症,但对于急性感染、出血倾向、皮肤损伤等情况不宜使用。患者在接受温针灸治疗前,应咨询专业的中医师,并告知自己的详细病情和健康状况。

治疗前的必要准备 在进行温针灸治疗前,患者应养成良好的卫生习惯,保证穴位干燥、清洁;同时,遵循中医师的建议,调整饮食结构、作息时间及运动方式等,

可以提高治疗效果。

安全性和风险评估

温针灸虽然在合理使用的情况下是相对安全的,但是仍存在局部烫伤、感染等潜在风险。因此,患者在接受温针灸治疗时,应选择正规的中医医疗机构和专业医生,并严格遵循操作规范,确保安全性。

综上所述,温针灸作为一种传统中医疗法,在治疗膝关节病中具有明显的优势。切记,患者应遵照医嘱治疗,按时服药,定期复查等。如果您正遭受膝关节的困扰,不妨尝试温针灸治疗,或许会给您带来意想不到的效果。

(作者供职于山东省滨州市邹平市西董街道社区卫生服务中心)

如何通过舌诊识别身体问题

□王艳美

中医理论强调,“舌为心之苗,脾之外候,舌苔由胃气所生”。脏腑的病变可以反映在舌头上,通过观察舌头的变化,就可以了解身体的健康状况,这就是舌诊。

那么,健康的舌象应该是什么样子呢?一般来说,健康的舌象应该是舌质淡红、舌苔薄白、舌体适中、舌态柔软、伸缩自如、舌下络脉正常。

以下是一些简便、易学的舌诊方法,便于人们在日常生活中进行自我检测,可以达到未病先防、有病早治的目的。

看舌体胖瘦

舌体胖大 如果舌头看起来比较胖大,可能是体内湿气过重,或者脾肾阳虚的表现。此时,患者应减少油腻食物的摄入量,并多食用清淡、易消化的食物,比如蔬菜、水果和粗粮等。

舌体偏瘦 相反,舌头过于瘦弱可能预示津液不足或者气血亏虚。此时,患者应适当增加蛋白质和维生素的摄入量,可以选择鸡肉、鱼类和豆制品等食物。

看舌体颜色

颜色偏淡白 这可能表示气血不足或者阳虚。此时,如果还伴有怕冷、四肢不温等症状,可能是阳气虚弱。

颜色偏红 当舌头颜色偏红时,可能表示体内有热。此时,如果容易上火、口干口苦,就有可能是阴虚火旺。

颜色紫暗 紫色的舌头可能表示体内有瘀血或者气血不畅。在这种情况下,患者可能会感到胸闷、刺痛等。

看舌苔

无舌苔 没有舌苔的症状可能表示胃气不足或者胃阴枯竭。该症状常见于糖尿病患者和经常熬夜的人。

厚白苔 厚白苔可能表示体内湿气重或者寒湿重。这时,患者要避免食用辛辣、寒凉的食物。

黄腻苔 黄腻苔多表示体内湿热严重,可能会伴有口苦、小便短赤等症状。

花剥苔 舌苔基本剥脱,仅余少量残存,可能是津液亏损或者胃阴枯竭的表现。

裂纹舌 舌面上有规则或不规则的裂纹,可能表示气阴两虚、血虚、阴虚,以及肾亏津耗。

看形状

齿痕舌 舌头边缘有齿痕,舌质淡红,舌体胖大,可能表示脾虚或者体内湿气重。这时,你可能会感到腹胀、食欲不振,以及肢体沉重、口中黏腻等。

舌头发尖 舌头尖的形状可能表示肝气不舒。这时,在生活中稍有不如意的事情,患者就容易心情烦躁。

舌斜舌 如果舌头歪向一边或者不能自如活动,这可能是中风的前兆,患者应及时到医院就诊。另外,患者吃饭、说话时有咬伤舌头、舌尖发麻等现象,也要警惕中风。

看位置

舌头的不同区域对应不同的脏腑器官。例如舌尖对应上焦,即心肺、咽喉等部位;舌中对应中焦,即脾胃等部位;舌根对应下焦,即肾脏等部位;舌侧对应人体两肋,即肝胆等部位。通过观察这些区域的变化,可以大致判断相应脏腑的健康状况。

总之,通过以上几个方面的观察,相信你已经对如何通过舌诊识别身体问题有了基本了解。不过,舌诊只是中医诊断的一种辅助手段,如有身体不适症状,患者应及时到医院就医。

(作者供职于山东省滕州市荆河社区卫生服务中心)

中医护理心脏病患者的方法

□贾娜

随着人们生活方式的变化,心脏病已成为一种常见的疾病,每年均有一些因心脏病突发而丧失生命的患者,给家庭和社会带来了沉重负担。

目前,虽然西医在心脏病的治疗方面取得了很大进展,但是越来越多的人开始关注中医心内科护理,寻找一种自然、有效的方法来消除病痛困扰。本文主要介绍中医心内科护理的重要性,并探讨一些有效的中医治疗方法。

中医心内科护理是一种基于中医理论的心脏病预防和治疗方法。中医认为,心脏是人的重要器官,与情绪和气血运行密切相关。中医心内科护理通过调整气血平衡、舒缓情绪和改善体质,可以帮助心脏病患者消除病痛,提高生活质量。

饮食调理

饮食是影响心脏健康的重要因素之一。中医强调,饮食营养均衡,注重五味调和,可以增强心脏功能。以下是几个中医饮食调理的方法。

低盐饮食

摄入过量的盐,会导致水分滞留和高血压,增加了心脏负担;可以选择其他调味品,比如海带、花椒等,减少盐的使用量。

多摄入富含纤维的食物

蔬菜、水果、全谷物等富含植物纤维,有助于降低心脏病风险。

适量摄入健康脂肪

橄榄油、鱼油等富含健康脂肪,对心脏健康有益。摄入过量的饱和脂肪酸和反式脂肪酸,则会增加心脏病风险。

中药调理

中药调理是中医常用的一种特色疗法。以下是几种

常用的中药,它们对心脏健康有促进作用。

丹参

丹参具有活血通络、祛瘀通气的功效,可改善心脑血管循环,防治心脑血管病等。

山楂

山楂具有消食化滞、降脂降压的功效,对冠心病和高血压病有一定防治作用。

人参

人参具有补气养血、益心安神的功效,对心脏虚弱、心悸、失眠等症状有缓解的效果。请注意,在使用中药之前,必须征求专业中医师的建议,不要自行选择药物治疗。

针灸疗法

针灸是中医特色疗法之一,通过调整气血运行和平衡阴阳,增强身体的自愈能力。以下是几种与心脏健康相关的针灸疗法。

心包经穴位

在手臂内侧有一些特定的穴位,比如内关穴等,针灸可以刺激这些穴位,调节心脏功能。

足三里穴

该穴位位于小腿前侧突起之上,也是中医常用来调节心脏功能的穴位之一。针灸疗法需要由专业的中医师操作。不同患者的病情也有所不同,所以请选择专业的针灸师治疗。

保护心脏健康是我们每个人的责任,中医特色护理提供了一些保护心脏功能的方法。通过饮食调理、中药治疗和针灸,可以改善心脏功能,降低心脏病的风险。请记住,心脏护理是一种辅助疗法,对于患有严重心脏病的患者来说,应及时到医院就诊,咨询专业医生的建议,定期复查,有助于保护心脏健康。

(作者供职于山东省淄博市中医医院)

温针灸治疗膝关节病的原理及疗效

□董梅

成以后,将针起出,可以促进气血运行,改善脏腑功能。这是一种简便、易行的针刺、艾灸并用方法,具有温经通络、散寒止痛、行气活血的功效。

在临床应用中,温针灸可单独使用,也可与其他疗法结合使用。对于轻度膝关节病患者,温针灸可单独使用,能够缓解症状;对于中度或重度患者,可采取温针灸结合药物治疗、物理治疗等综合疗法,能够提高治疗效果。

温针灸的定义和应用

温针灸是针刺和艾灸相结合的一种治疗方法,将毫针刺入穴位,得气后用补泻手法留针,然后将艾绒捏在针尾上,点燃以后施灸,通过艾灸与针刺强有力的渗透,直接影响病变部位;当施灸完

病的疼痛主要是寒湿痹阻导致气血运行不畅。温针灸的温热刺激可以温通经络、活血化瘀,改善局部气血循环,缓解疼痛症状。有关研究表明,温针灸在治疗膝关节病的疼痛症状时,效果显著。

促进功能恢复

膝关节病导致的功能障碍,包括关节活动度减少和肌肉力量下降等症状。温针灸能够改善局部气血循环、舒筋活络,促进关节的活动功能恢复。此外,西医研究结果表明,温针灸还可以激活肌肉和神经功能,增强肌肉力量和协调性,有助于膝关节功能的恢复。

提高生活质量

膝关节病时常导致患者生活质量下降,影响

行走、上下楼梯等日常活动。温针灸不仅可以缓解疼痛程度和恢复关节功能,还能调整身体的整体平衡,改善睡眠质量,提升患者的生活质量。

温针灸的注意事项和潜在风险

适应症和禁忌证 温针灸适用于膝关节的疼痛、功能障碍等症,但对于急性感染、出血倾向、皮肤损伤等情况不宜使用。患者在接受温针灸治疗前,应咨询专业的中医师,并告知自己的详细病情和健康状况。

治疗前的必要准备 在进行温针灸治疗前,患者应养成良好的卫生习惯,保证穴位干燥、清洁;同时,遵循中医师的建议,调整饮食结构、作息时间及运动方式等,

可以提高治疗效果。

安全性和风险评估

温针灸虽然在合理使用的情况下是相对安全的,但是仍存在局部烫伤、感染等潜在风险。因此,患者在接受温针灸治疗时,应选择正规的中医医疗机构和专业医生,并严格遵循操作规范,确保安全性。

综上所述,温针灸作为一种传统中医疗法,在治疗膝关节病中具有明显的优势。切记,患者应遵照医嘱治疗,按时服药,定期复查等。如果您正遭受膝关节的困扰,不妨尝试温针灸治疗,或许会给您带来意想不到的效果。

(作者供职于山东省滨州市邹平市西董街道社区卫生服务中心)