当归建中汤治疗"月子病"验案1则

■ 上海市宝山区中西医结合医院肾内科 孙成力

很多女性朋友都听说"月子病"治不好,需要再生一个宝宝好好调护,才能把身体的病痛"带走"。但"月子病"真的治不好吗?现举一案例予以说明。

A 女士产后五六年胃部一 直不适,每天胃痛、不思饮食、 胃纳差、脸色萎黄、人瘦得厉 害。中医治疗时,采用《金匮 要略》中的当归建中汤(原文: 当归建中汤:治妇人产后虚吸 不足,腹中刺痛不止,吸吸引 行,或苦少腹中急,痛引, 行,不能饮食。产后一月, 得服四五剂为善,令人强壮)。 由于初诊,只开药方两帖, 位 克,炒白芍 12 克,炙甘草 6 克,大枣 15 克,生姜 5 片, 煎药后加两勺红糖代替饴糖一 同服下。服药后患者自诉胃痛 有所减轻,遂续服两帖,患者 自诉胃痛完全消除,胃口渐 增。

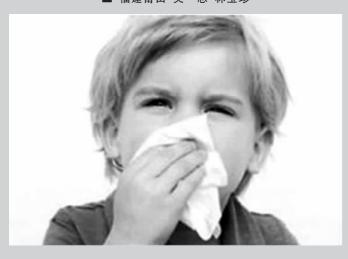
由于上述案例十分成功, 故后来的临床诊治,本人常用 当归建中汤加减治疗产后诸病, 如产后长期镜下血尿的者、头 痛、关节痛、胃痛者等都有很 好的效果。

当归建中汤温中补虚,特别适用于太阴脾虚、肺虚者,对增强产后女性的存病" 有效显著。所以,"月子黄者不是不能治疗,正如《治子黄帝内经》所言:"言不可身受,未得其术也"。如果您中医调理解除病痛。



秋风起,孩子反复咳嗽或是哮喘

■ 福建莆田 吴 志 林宝珍



秋冬季节天气干燥,咳嗽是小儿最常见的症状之一。福州 3 岁小朋友小喜,已持续干咳一个多月了,常在夜间和早晨起床时咳得比较厉害,服用抗生素和止咳药都没效果,多次就诊后,最终诊断为儿童咳嗽变异性哮喘,通过抗炎及支气管扩张药物治疗,很快缓解了症状。

久咳不愈原是过敏

医生说,过敏会导致持续咳嗽,咳嗽变异性哮喘是一种以慢性咳嗽为主要症状的哮喘病,一般在晚上或凌晨发作,咳嗽比较强烈,很容易与感冒相混淆。医生建议小喜妈妈回去后把房间打扫干净,在饮食上也要注意避开过敏原。医生另外给小莉开了抗炎和支气管扩张的药物,于是小莉的咳嗽慢慢消失了。

抗哮喘治疗有效才能下诊断

医生介绍说,咳嗽变异性哮

喘以咳嗽为主要症状,有的孩子 几乎没有"气喘""气促"等严 重症状,但同样会损伤气道,影 响孩子的肺功能。另外,如果咳 嗽变异性哮喘患儿不及时治疗, 以后有可能会发展成典型性哮喘,所以需要加以重视。

由于"变异性哮喘"往往还 合并有鼻塞流涕等症状,临床多 数会先按呼吸道感染或炎性感冒 进行治疗,但效果不佳,孩子的 咳嗽症状还时不时地存在,这时 就需要进一步抗哮喘治疗,如局 部雾化,使用支气管扩张剂、抗 过敏的药物等。

临床上,咳嗽变异性哮喘的 诊断是比较困难的,因为只有病 理检查才是"金标准",但不可 能每个患儿都取气管组织去检 查,所以咳嗽变异性哮喘的诊断 与哮喘一样都是排他性的诊断, 主要强调抗哮喘药物治疗有效。

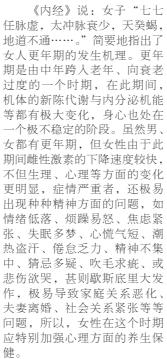
过敏体质儿童要重视

患咳嗽变异性哮喘的孩子往往是过敏体质,比如婴幼儿时有过湿疹,平时有过敏性鼻炎等;患儿的父母或亲属中也有人可能患有哮喘或特异性皮炎等过敏性疾病。

研究显示,如果父母都患有哮喘,子女患哮喘的几率为60%~70%;如果父母中有一人患哮喘,子女患哮喘的几率为20%;同时,在近亲中患哮喘的人越多,下一代也越容易患哮喘。变异性哮喘的咳嗽发作常有季节性,比如一到春季或秋季就咳嗽,而季节一过,咳嗽就不治自愈。

女性更年期要重视心理保健

■ 四川成都 孙清廉



女性在 49 岁左右 (现代 一般更年期多提前,在 45 岁起在,一般更年期多提前,一般多在 45 岁进在,一般多在 45 岁进入。则是起注意。则是起注意。张可的人。就应健健意等么。张了的大事,有"草来有"过去,即思不从,要相信心。张了的和畅更,就能平安顺利地度过更年

加强学习 平时应多学习 一些女人生理与养生保健方面 的知识,特别是作为中年女性 应对更年期综合征有一定的认 识,明了本病的起因和可能引 发的不良情绪,做到心中有 数,这样才能正确积极的面

学会宣泄 主动宣泄是防治抑郁悲伤的良方。所以,当你遇到不顺心和烦恼的事情时,应及时找亲朋好友倾诉,说说心里话,主动宣泄和疏导自己心中的郁闷和不快,"良言一句三冬暖",朋友的关心体贴和劝解,可能会使你茅寒顿开,忧愁顿消,及时把郁闷释放出来,防止憋在心中引发更多麻



炻

消除猜忌 猜忌与疑虑是对 中理健康的大定员是对的的 有点,有有小人的一点,有是是对的的 信任。不要因己的男人就可以 是性有一点接线",可以 是性有一点,"上纲上线",响 是性有是,"上级关最影响 是关表关系。

心态平和 心胸要豁达问: 些,对人要宽容一些。俗语说: "宰相肚里能撑船。" 所以,遇事要三思而后行,要拿得起放 得下,特别要注意"戒怒"。当自己陷入无法自拔的不良情题,应学会从另一角度看问题,学会转移注意力,尽快控制平稳自己的坏情绪,不使自己干出可能会导致严重不良后果的"傻"事来。

善于沟通 让丈夫和儿女 认识到女性更年期的特殊性, 要他们多些理解与关心。特 别是在自己心情好时,对个 人以往的不良行为和失态, 妨道个谦,让家人谅解,从 而陪你平安顺利地度过这段 特殊时期。

外出旅游 让自己从繁杂的家事中解脱出来,积极投身到大自然中去。经济条件充许时可外出旅游,寄情于山水之中,既开阔了眼界,又能消除

许多烦恼。

静心冥想 尽量让自己静下心来,多想想一生中的美好时刻,特别是婚后夫妻间的相亲相受和儿女小时候的一些趣事,还可想一想海洋、兰天、美食等等,避开与缓解心中的不愉快。

投身社会 投身到社会中 去,去当义工或参加社会、单 位组织的文体娱乐活动,可使自 己暂时忘却烦恼,还可体现自 己的人生价值,让自己获得满 足感和成就感,帮助了别人还 能获得友谊,在他人的感谢与 赞扬声中,你的一切烦恼会烟 消云散。

有泪尽情流 有什么烦恼和不愉快,应尽量让它宣泄出来,有泪就让它尽情地流,以以下的人。 有用就让它尽情地流,以以它憋在心中是最要不得的。若症情严重,则应及时找心理医师咨询,还可采用中西排为的,请中医师辨证的进行,请中医师辨较好,还没有副作用。

总之,对女性的更年期不 必过分担心,恐惧、逃避都 不如积极地面对它,通过各 种积极的办法消除与缓解它, 以改善个人的身体与精神状 态。