

口酸证型有多种 (三)

☆ 上海中医药大学附属曙光医院 蒋 健



(上接 2018 年 8 月 10 日第 32 期)

其实,仅仅通过以上 2 案便下结论认为活血化瘀方药可以治疗口酸尚不够严谨。因为案 1 在活血化瘀的同时还使用了疏肝理气、清热解毒的药物,案 2 在活血化瘀的同时还使用了理气燥湿化痰的药物,安知这些活血化瘀以外的药物对治疗口酸没有起到作用呢?

但是,通过下案诊疗过程可知活血化瘀确实可以治疗口酸之

症。

案 3. 韩男, 75 岁。2014 年 4 月 22 日就诊。主诉: 口酸 3 月余, 时轻时重, 近日口酸明显加重, 易饥。伴见头昏沉, 下肢轻微浮肿, 神疲乏力。舌淡红, 苔薄黄腻, 脉细弦。根据苔腻、浮肿, 判为湿浊内蕴; 治以健脾化湿为主。处方: 党参 12 克, 炒白术 12 克, 茯苓 12 克, 山药 20 克, 半夏 12 克, 苍术 9 克, 陈皮 6 克, 甘草 3 克, 川芎 40 克, 茯苓皮 30 克, 珍珠母 30 克,

7 剂。

二诊 (4 月 29 日): 服上药后, 口酸依旧, 头昏头痛, 傍晚足肿, 诸症未见明显改善, 舌脉同上。遵循“怪病从痰论治”之说, 处方改拟血府逐瘀汤为主: 当归 12 克, 生地 12 克, 桃仁 12 克, 红花 12 克, 白芍 30 克, 甘草 12 克, 川芎 15 克, 川牛膝 12 克, 柴胡 12 克, 香附 12 克, 吴茱萸 10 克, 泽泻 30 克, 10 剂。

三诊 (5 月 9 日): 服药后口酸即止, 头昏头痛不再。顷刻觉腰酸, 夜尿频, 改以补肾为主。处方: 熟地 12 克, 山药 12 克, 萸肉 12 克, 当归 12 克, 杜仲 12 克, 泽泻 30 克, 王不留行 10 克, 茯苓皮 30 克, 车前子 15 克, 丹参 30 克, 蒲公英 30

克, 丹皮 12 克, 瞿麦 12 克, 7 剂。

此后患者转治他症, 口酸不再。

本案实际并无明显瘀血内停之象, 只是因为常规辨证论治无效, 遂试探性地采用活血化瘀方药 (血府逐瘀汤) 进行治疗, 不料口酸即愈。本案的诊疗用药可以充分证明活血化瘀方药可以治疗口酸。至于究竟什么类型的口酸应该采用活血化瘀方药进行治疗尚不清楚, 有待于进一步积累资料加以观察和总结。

需要指出的是, 清利肝胆湿热或清泻肝胆实热、消食导滞、健脾补虚、燥湿化痰以及疏肝养心安神等方药均能治疗口酸。 (续完)

冠心病猝死的原因及预防

☆ 山东省东平县中医院 郑卫军

少数冠心病患者的病情凶险, 来势凶猛, 预后不良, 有的甚至发生猝死, 对此应提高警觉。

一、冠心病猝死的原因

1. 供给心脏血液的冠状动脉主支突发梗塞 (通常由血栓造成), 致心肌大面积急性缺血和坏死。

2. 急性心肌梗死后心肌缺乏营养, 致心肌破裂。

3. 在动脉粥样硬化的基础上, 发生冠状动脉痉挛, 致心脏电生理紊乱, 引起严重心律失常 (如室颤)。

二、预防措施

由于冠心病是一种老年退行性病, 目前尚无根治方法, 为了避免冠心病猝死, 笔者建议患者采取如下六大预防措施:

1. 保持情绪稳定。要避免情绪激动、精神紧张, 以免内分泌功能增强而引起心肌突然缺血。

2. 戒烟禁酒。要彻底戒烟禁酒。研究证实, 在心脏病死亡中有 21% 是由吸烟造成的。每天吸 1~14 支烟的人, 死于冠心病的危险性比不吸烟者高 67%; 每天吸 25 支烟以上者, 则死亡危险性要高出 3 倍。戒烟以后, 这种危险性可逐渐降低, 3~5 年后降至不吸烟的水平。虽然少量饮酒有减少冠心病突发的作用, 然而酗酒的危险性极大, 人们当适可而止, 不可恃强狂饮, 有冠心病者更当“敬而远之”。

3. 保持理想体重。医学家们发现, 如果超过标准体重 20%, 则冠心病突发的危险性增加 1 倍。因此, 超重过多特别是肥胖者, 有减肥的必要。不过, 减肥的最好方法不是饥饿节食, 而是坚持运动。喜欢运动的人, 其冠心病突发的危险性比习惯久坐者减少 35%~55%。当然, 运动宜适度而持久, 不可剧烈。

4. 治疗高血压。高血压不仅可因突然发生中风而导致猝死, 同时也会增加心脏猝死的危险。所以, 从高血压的早期就应开始治疗, 具体方法是: 放松精神, 规律生活, 保证睡眠; 在医师的指导下, 选择缓和的降压药物; 长期服用降压药的人, 千万不要突然停药, 以免出现反跳而发生危险。

5. 防止便秘。大便秘结排便时增加腹压影响心脏, 诱发冠心病急性发作, 故平时应多吃水果和含纤维素多的食物及蔬菜, 以保持大便通畅。

6. 药物自救。有冠心病的人, 要随身携带装有硝酸甘油、消心痛、速效救心丸等药物的保健盒, 在疾病发作之初可立即服用, 以减轻疾病的严重程度。此外, 冠心病病人每天服用肠溶阿斯匹林片 50 毫克, 对预防猝死也有良效。

张如青教授治疗脱发验案一则

☆ 上海中医药大学 王一花

患者胡某, 女, 31 岁, 2017 年 8 月 3 日初诊。主诉: 脱发 3 个月, 加重趋势。患者 3 个月前, 因家庭琐事与家人争吵, 情志不遂, 不良情绪未得排泄, 迁延至今, 继而出现大面积脱发, 日趋加重, 刻下见头部多处斑秃, 面积小者如硬币大小, 大者如鸡蛋一般, 影响美观, 故前来就诊。详问病史, 患者述平素工作压力较大, 夜寐不安, 夜半易惊醒, 健忘, 口干, 月经量较少, 质黏稠成块, 二便尚可。查其舌脉见舌暗红, 苔薄白, 脉细弦。

证属肝郁血虚, 血不生发。治以疏肝养血生发。予逍遥散加减。药用生地 15 克, 熟地 12 克, 当归 12 克, 赤芍 10 克, 柴胡 12 克, 朱茯苓 15 克, 茯神 15 克, 炒白术 10 克, 薄荷 3 克, 郁金 15 克, 珍珠母 30 克, 酸枣仁 20 克, 益母草 20 克, 川芎 15 克, 夜交藤 20 克, 合欢皮 20 克, 炙甘

草 4 克。14 帖, 煎汤服。

2017 年 8 月 31 日, 患者二诊, 上药后, 斑秃处有白色细软毛发长出, 寐改善, 经量增多, 血块减少, 口干未见, 脉细滑, 舌偏胖色红, 苔薄白。守法续方 14 帖。三诊时毛发渐增, 诸症皆稳, 效不更方, 续予原方, 稍作加减。四诊时, 患者斑秃处均见黑白相间细软毛发, 寐已能入眠 8 小时, 月经量正常, 血块少见, 诸症皆平。

张教授指出, 发为血之余, 血盛荣于发, 则须发美, 若气血虚弱, 经脉虚竭, 不能荣发, 则须发脱落, 而五脏之中以肝与血的关系最为密切, 肝的生理功能以主疏泄与主藏血为要。该案中, 患者与家人争吵, 情志不遂长达 3 月有余, 七情之中以怒最为伤肝, 暴怒易致肝阳过亢, 耗伤阴血, 以致肝血亏虚, 加之情志不遂日久, 肝失疏

泄, 血行不畅, 致使发失所荣, 脑失所养, 导致大面积脱发以及健忘; 血虚加之血行不畅致使口干以及月经量少, 粘稠成块; 舌脉均为佐证。故以逍遥散为底方加减, 以柴胡疏肝解郁; 当归、白芍养血活血柔肝; 茯苓、白术健脾益气, 方中易茯苓为朱茯苓以配合珍珠母重镇安神; 生地黄滋阴清热, 养血柔肝; 薄荷舒肝清热; 川芎、益母草行气活血调经; 酸枣仁、夜交藤养血安神; 合欢皮、郁金解郁除烦; 甘草调中解毒。全方共奏疏肝养血生发之功。

当今, 脱发患者日益增多, 发际线上移的问题困扰着大多数人。张教授临证治疗脱发多从血论治, 多收良效。张教授言, 在临



床中所见脱发患者, 多以易怒、压力大、精神紧张、减肥过度、营养不良或饮食过于肥甘厚腻等诱因导致血虚、血燥、血热或湿热内阻等, 最终引起脱发。故在平时应注意调节自己的情绪, 适时释放压力, 不节食减肥, 不熬夜, 饮食不宜太过滋腻, 以防止脱发的产生。如果有脱发的情况产生也无需过度忧虑, 首先调整作息时间, 构建合理的饮食结构, 调节自身情绪, 若脱发或者斑秃严重者则应及时就医治疗。

胃食管反流的中医治疗

☆ 北京市民政中医门诊部 曹淑芬



胃食管反流很常见, 诱发原因有很多种。这种疾病已成为现代人常见问题, 发病后常见胸口灼热、吞咽困难、打嗝、胸痛、夜眠咳嗽等, 主要原因是胃气不降, 可分为胃寒、胃热两大类。

传统中医认为, 人体脏腑

之间互为影响, 其中胃主受纳、消化饮食, 人皆仰赖饮食水谷的精气以养生, 然饮食之能养生, 乃是因为脾健胃强, 若饮食失节、脾胃受寒、劳累过度等, 将导致胃气上逆、升降失序, 从而产生烧心感、泛酸及吞咽不顺等。

中医认为, 七情内伤也会造成胃食管反流, 如忧愁思虑过度易伤脾胃, 暴怒愤郁容易

伤肝, 导致肝气横逆犯胃, 胃之气血因而瘀滞不得通畅。

另外, 食用辛辣、脂肪餐或喝酒后, 容易刺激胃黏膜, 进而增加胃酸的分泌, 进食后平躺或仰卧起作, 可能更容易逆流至食道中段, 甚至到达口腔, 此时将引发咽喉水肿而致吞咽困难。

中医治疗适合使用四逆散、柴胡疏肝汤等, 有助疏肝和胃, 以小半夏汤降胃和逆, 海螵蛸、浙贝母制胃酸过多, 若是心下灼热感明显, 可加黄连、蒲公

英等清热药, 胃痛较重者可加川楝子、大腹皮, 有助通便消胀, 大便不通可加大黄、枳实, 有助行气通便。生活保健建议吃点莲藕汤、小米粥、燕麦粥及糙米粥等, 有助修补胃壁溃疡或发炎。

患者应少吃辣椒及油炸食物, 或是太咸、太酸、太甜等食物, 避免加重胃食管反流的发生; 不易消化或容易胀气的食物应多咀嚼后再咽下, 甚至尽量不要摄取, 也不要食用滚烫食物, 或是太多生冷食品, 以避免刺激胃部。