

妇女如何运用膏方调理

◆ 殷岫崎

日月星辰,寒暑交替,越冬亦将稍后来临。对于重视养生的人们,善于利用“冬令收藏”的保健传统,在冬至来临之际进行调理,而膏方遂成为“冬令进补”的领头羊。

中医认为,膏方可调补人的精、气、神,增强体力,提高工作效率,改善或治愈某些疾病,达到治病强身的目的。膏方既以中华民族优秀文化为底蕴,更是彰显中国医药学防病治病、养生保健之特色和优势。

膏方的临床应用由来已久,始于战国时期,数千年来积累了丰富的经验。膏为剂型,也称膏滋,表明其滋润调养的用药特点及功能。“方”是中医学寓意深刻的专有名词,与西医的处方有很大区别,中医的“方”是根据中医学理论体系的整体观、辨证论治及阴阳平衡理论为指导,深刻体现了理法方药、君臣佐使的学术内涵。膏方是一种高深的中医治疗技术,医生必须解决体质辨证、病理辨证、扶正祛邪的因果关系;必须洞察服用膏方后可能发生的变化,特别要注意患者脾胃的运化和气血的流畅;投药与剂量之间讲究适度。唯此



才能彰显其效,否则会适得其反。

在膏方门诊中,妇科病人逐年增加,由于女性有经、带、胎、产的生理特点,女性以血为本,以血为用,易出现气血不足的“血虚”之证,故而出现了经、带、胎、产的病理特点;加上女性除了与男性一样地工作,以事业为重之外,又须多关注家庭,抚养下一代,因而更为辛劳,常常出现“体力透支”现象,容易疲劳,所以更需要进补,在冬天则以膏方最为适宜。

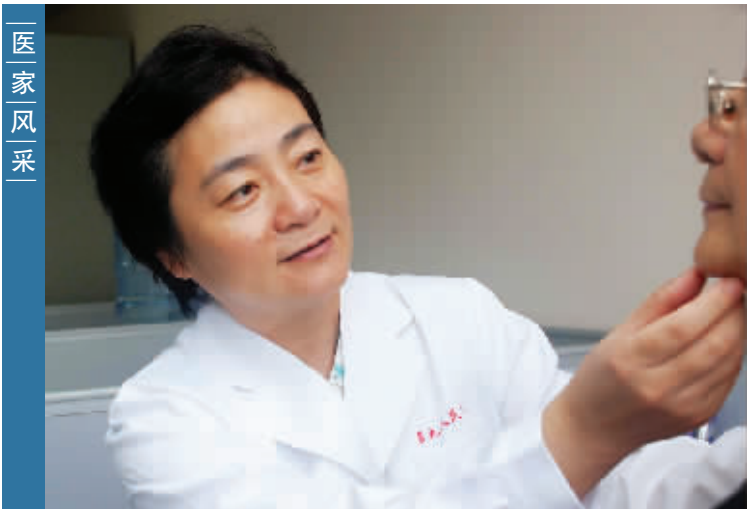
膏方的作用主要是补益,同时也可治

疗多种慢性、虚弱性疾病。如月经不调、闭经者,多因机体气体不足,气机紊乱而致病,使用膏方可以调补气血而使病向愈;患带下病者,多因脾肾亏虚,带脉失约,湿邪下注所致,用膏方可以补益脾肾,固带止带;不孕、滑胎者多为肾虚肝郁挟痰湿瘀血,膏方可起补肾填精、疏肝活血化痰的作用;患慢性盆腔炎者,久治不愈,反复发作,用膏方扶正祛邪并进,缓图缓治,易向病愈;更年期综合征为肝肾阴虚,阴阳失衡,用膏方滋补,平调阴阳,起到事半功倍之效。而一些急性病或大失血之后,如:崩漏、产后、大出血等使气血耗损,气血不足,身体虚弱,且产后妇女气血大亏,又要负担哺乳的重任,产后调理方向更是膏方的擅长。

因此,膏方不仅是滋补强壮药品,更是治疗慢性疾患的最佳剂型。膏方能调整阴阳,补益气血,调动机体内在因素,激发与提高机体的自卫和抗病能力,即中医所指的“扶正祛邪”,从而达到祛病强身、抗衰益寿的目的。(作者为上海中医药大学附属曙光医院妇科主任医师)



医
家
风
采



杨群,上海交通大学医学院附属第九人民医院整形外科教授、主任医师。从事整形美容外科临床工作二十多年,娴熟掌握烧伤后整形治疗,如严重的颌颈粘连、爪形手、面部疤痕的治疗;尤其擅长医学美容外科手术,如乳房缩

小术、隆乳术、腹部肢体脂肪抽吸术、面部皮肤提紧术、隆鼻术,特别对眼睑部的整形有独到的经验。在国家级专业杂志上发表学术论文 18 篇,参加专著编写 3 部,担任《实用美容外科杂志》编委。 陈祖亮 摄影报道

中医治疗慢性前列腺炎

◆ 叶一聚

前列腺位于直肠前、阴茎根部和膀胱颈的汇合处,外形像一枚栗子,重 20 克左右。分为前叶、中叶、后叶和两侧共 5 叶,外包裹一层药物难透过的膜质包膜,这是造成药物治疗作用减弱的主要原因。

前列腺炎的发生除了细菌感染外,跟吸烟饮酒、久坐或长时间骑自行车以及长期休息不好、精神紧张等有关。

前列腺炎的主要表现为尿频、尿急以及尿道、会阴下腹部、腰骶部等局部疼痛或不适感。在大便用力时可发生尿道口滴白。部分病人可有阳痿、早泄、射精痛、血精及不育的性功能降低表现。另外可见头晕、耳鸣、疲倦、乏力、腰背酸痛等全身症状。

急性细菌性前列腺炎用抗菌治疗可以取得满意疗效,而慢性无菌性前列腺炎用中医中药治疗有明显的疗效。

前列腺炎的治疗过程中,



除了服药外,应注意个人卫生,勤洗澡,尤其是清洁外阴,勤换干净天然质地的透气内裤;戒酒戒烟;多做户外运动,尤其以登山、登楼梯及跑步、原地站蹲运动,这些有提肛作用的运动有利于前列腺液的排泄,对前列腺炎预防及治疗都有好处。另外前列腺按摩、温水及中药坐浴都有辅助作用。

此外饮食要合理,日常饮食不要吃过于油腻、辛辣、煎炸及海腥易发食品,多吃新鲜的蔬菜水果,尤其一些有治疗作用的鲜野菜如马齿苋、鱼腥草等。

(作者为上海市中医医院门诊部副主任医师,每周二、三、五在石门一路 67 弄 1 号坐诊)

谈高压氧与“植物人”

◆ 刘青乐

“植物人”在医学上是指处于“植物状态”的患者。目前认为,脑损伤后已经死去的神经细胞是无法挽回的,那为什么还要治疗呢?治疗的主要目的是针对受损后失去功能、但还勉强存活的一部分细胞。这部分细胞是指在影像学上的“半影区”和代谢上的“间生态”细胞。这部分细胞有三种出路,一是代谢继续恶化而死亡;二是继续保持“间生态”状态;三是在某些因素(治疗)干扰下,代谢渐渐改善,细胞结构重建,功能恢复。这“间生态”的细胞存在得越多,经过适当的治疗保留下来的数量也就越多,功能的损失也就越少,病人的预后也就越好。为了达到这一目的,可从多方面进行治疗,其中高压氧治疗十分重要。

高压氧可对抗脑水肿,提高脑细胞氧化磷酸化水平;高压氧还可激活上行性网状激活系统,加速觉醒,促进意识恢复。如果治疗得当,氧供改善,这部分脑细胞便有功能恢复的可能。因此在治疗中必须注意以下几个方:

1. 治疗早。一般认为治疗开始越早,预后越好。治疗在脑水肿还未消失时开始疗效更好,待病情已经稳定,尤其是 12 个月以后治疗疗效

较差。

2. 疗程长。治疗时间以 6 个月为周期,国内外多数学者认为,植物状态的患者高压氧治疗次数越多,预后越好。

3. 压力 1.8-2.0ATA。有人认为吸氧压力越高,疗效越好。高压氧治疗的压力如何选用应以“高氧”对脑细胞的影响而定。脑细胞是有氧代谢,氧化-磷酸化水平越高,细胞代谢得越好;反之越差。但是,如果压力太高,过氧化产物产生增多,而脑细胞氧化-磷酸化水平不再提高,脑细胞抵御过氧化损伤的能力也随之降低,这样的高压氧治疗反而可能加重脑细胞损伤。

4. 吸氧方式。吸氧方式选择是否适当,是决定高压氧治疗效果的重要因素。呼吸能力较强的患者可以用面罩吸氧;有气管切开,气管插管,呼吸能力弱,面部外伤或畸形,不合作,小孩以及因牙齿脱落致面部变形的老年患者,可以选用氧帐或头盔吸氧。如果吸氧方式选择不



当,看起来也像是在行高压氧治疗,而实质上是“花架子”。

5. 给氧量和给氧时间。加压吸氧是为了让病人吸入更多的氧,但如果是随意的,不根据病人的身高体重给氧,就可能因供氧不足而影响疗效。为了保证病人能吸到足够

多的氧,上海市高压氧治疗质控中心规定:常规高压氧治疗时,稳压吸氧时间不得少于 60 分钟。

6. 误区。常规的高压氧治疗是不会引起氧中毒的,除非病人是特异体质。时下个别刚入行或非高压氧医学专业的医务人员不认真考

证、核实,肆意夸大高压氧的副作用,致部分具有很强高压氧治疗适应症的患者延误或不足治疗,使病人的预后大打折扣。

当然,还需充分的营养。充分的营养是植物状态病人治疗的必要条件,如果营养供给不足,再好的治疗措施也不会很好地发挥作用。药物治疗也要跟上。目前可以应用于脑损伤的药物很多,用药时应考虑病人存在的主要问题是什么。如有氧代谢相关的,加用 ATP、辅酶、细胞色素 C,是为促进线粒体呼吸链的重建。其他如促醒剂、激素类、生物制剂和中药类安宫牛黄丸、醒脑静、苏合香丸、神犀丹等,均有一定的促醒作用。实践证明,针灸也有一定作用。

另外,还有一些辅助手段,像亲人的呼唤,可录制亲近人员的声音片段反复播放。广播-新闻、音乐,可选用病人病前喜爱的新闻类型、音乐形式反复播放。异常声音,尖锐、呼啸、撕裂样的刺激样的声音也有一定的作用。强光照射瞳孔,用红、绿等光照射刺激,包括电刺激等等。

(作者单位:第二军医大学高压氧医学中心、长海医院高压氧治疗科;专家门诊:每周一、五上午)