DOI:10.13288/j.11-2166/r.1998.04.035

粥成后加入冰糖适量，稍煮片刻即可，早餐食用。(2)枸杞粥：枸杞子50g、大米100g，加水煮粥，食时酌加白糖，早晚各分一半食用。(3)生地粥：干生地15g，加水煎半小时后去渣，加大米50～100g，再加适量水煮粥食用。

手术后体力恢复时，多主张应用化疗，以杀灭可能存在的残留癌细胞，以提高术后疗效。但化疗有一定毒副反应，若出现纳呆、恶心，甚至呕吐等消化道反应，宜食流汁或半流汁饮食，菜肴以易消化为原则，忌食厚味油腻之品。饮食疗法：(1)半夏山药粥：制半夏10g，怀山药15g，加水煎半小时，合并2次药汁，加大米50～100g，适当加水煮粥，分2次食用。(2)醋浸生姜饮：生姜洗净切片，醋浸24小时，用时取生姜3片，加白糖少量，以沸水冲泡，代茶。若出现白细胞或/和血小板下降，倦怠乏力、脱发头晕等骨髓功能受抑制的表现，应用有补益气血功效的食疗。宜食新鲜蔬菜、豆制品、瘦肉、鱼、鸡蛋等高蛋白、高维生素食品；不宜食生硬厚味等难消化食物。饮食疗法：(1)人参粥：生晒参10g切末，加大米50～100g煮粥，早餐食用。(2)龙眼红枣粥：龙眼肉15g，红枣去核10枚，大米50～100g煮粥(可加白糖适量)，分1～2次食用。(3)首乌当归粥：首乌、当归各15g，加水煎，合并2次药汁，加大米50～100g加适量水煮粥，早餐食用。

上海市纺织第二医院(200090)　林宗广

胃热消谷善饥用清泄法久治未愈，再用何法为好？

答：胃为阳土，主腐熟水谷，传导糟粕。胃中有热故常见消谷善饥，嘈杂、口渴思冷饮，口秽，大便燥结，小便短黄，舌苔黄燥，脉洪数等症状。用清泄本属正治大法，药如生石膏、知母、滑石、黄芩、黄连、栀子等。方如白虎汤、清胃散。有的患者服药后减轻，停药则病势如故，缠绵起伏。究其病源机枢，胃为阳土其性燥，胃热久留，消灼胃阴，耗损津液，阴液耗伤，燥涩生瘀，瘀热搏结，胶结难解。

因此要结合养阴生津、凉血祛瘀之法。在具体治疗中，还要注意药物的选择，才能恰到好处。如清泄胃热用生石膏、栀子、黄芩、滑石、黄连、大黄等，苦寒泄热，功专力大。养阴生津用知母、天冬、芦根、白茅根、石斛、天花粉等，甘寒养阴，凉润生津，而无恋邪之弊。凉血祛瘀用生地、紫草、丹皮、赤芍、桃仁、红花等，凉血祛瘀，而直达病所，若瘀热甚者，酌加水蛭6g通络。

根据笔者经验，此证在当用剂内重用生甘草10～15g，取甘守津还之意，再配乌梅6g，取酸甘化阴之意，以缓解消谷善饥的症状，效果很好。此虽无清泄胃热之功，但能间接地起到清泄胃热之效，并有治本作用。

曾治张某某，女，50岁。患者形体消瘦，阴虚内热。恣食香燥之品而发病月余，消谷善饥，嘈杂，渴思冷饮，颜面潮红，大便干燥，两日一行，小便短黄灼热，舌苔黄燥、边尖红赤，脉数有力。曾服上清丸、栀麦清火片之类清泄胃热，似效非效，病势缠绵起伏。证属胃热阴伤，燥涩生瘀。治用清热养阴，凉血化瘀法。药用：生石膏30g，知母20g，炒栀子10g，芦根20g，白茅根30g，生地15g，丹皮15g，赤芍10g，甘草10g，酒炙大黄6g。服1剂后得便泄3次、紫黑、恶臭，病减其半。守原方减大黄，两日1剂，缓缓调治，服药3剂后，诸症消失而安。

四川省西昌市人民医院(615000)　赵复国

早泄有何外治方法？

答：早泄是一种男性较为常见的性功能障碍，多见于神经官能症，属于精神生理方面的疾病，与心理刺激、情绪异常等有明显联系。可选择下列方法进行治疗。

1　秘精酊：蛇床子30g、丁香、细辛、五倍子各15g。上药共研粗粉，浸于75%酒精200ml中半月，过滤，装入瓶中密贮。性交前用棉签蘸药酒涂搽龟头(或装入带喷嘴的花露水瓶中喷洒龟头)，反复4～5次，然后行房。

2　熏洗法：五倍子20g，文火煎熬半小时，再加入适量温开水，趁热熏洗阴茎龟头数分钟，待水温下降至40℃左右时，可将龟头浸泡到药液中约5～15分钟，每晚1次，15～20天为一疗程，一般1～2个疗程，待龟头皮肤粘膜变厚变粗糙即可。治疗期间禁止性交。

3　蜂白散敷脐：露蜂房、白芷各10g，烘干研末，以醋调成面团状，临睡前敷肚脐上，胶布固定，每日1次。一般敷5～7次可愈。

4　指压回春穴：回春穴位于生殖器与肛门之中间。在性交前10分钟开始用手指有节律地缓慢地按压回春穴，先向左转50次，后向右转50次，并再按压10分钟即可。刺激该穴位有促进性功能的作用，故因此而得名。此法对部分阳痿病人也有一定疗效。

5　洗足法：仙鹤草30g，黄芩、丹皮各9g。水煎两次，取汁，和匀，趁热洗足，每晚睡前洗1次。并可治遗精。

6　敷脐法：罂粟壳2g，五倍子3g，蜜炙为末，以醋调敷于脐部，7日换药1次。

7　捏挤法：女方把拇指置阴茎的系带部位，食指与中指置对侧，即冠状缘上下方。稳捏压迫4秒钟，然后突然放松。施加压力为从前向后(不可在左右两侧)，这种手法可缓解射精的紧迫感，坚持使用，能很好改善和重建射精时间。

江苏省南通市中医院(226001)　吴震西

(C)1994-2021 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved.　http://www.cnki.net