DOI:10.13288/j.11-2166/r.2004.10.006

专 题 笔 谈

何首乌降脂瘦身祛病延年

安徽省含山县人民医院(238100)
沈　开　金

何首乌古人谓其"黑须发、悦颜色",久服之又能"延年不老"。其说虽难以考证,但从现代角度看,其能降低血中胆固醇、防止血管硬化、抑制肥胖,从而达到祛病延年,临床上屡屡可证。

对于体型过胖的高血压、胆固醇高的患者。笔者临床每以何首乌为主(20～30g),配以草决明、泽泻、山楂各15g,荷叶5g。长期坚持煎水代茶饮,有降脂瘦身,使部分患者血压有稳步下降之效。如治张某,女,32岁。形体过胖,舒张压长期在110mmHg左右徘徊。用西药心痛定、倍他乐克、尼群地平等,服药初期有效,后又上升。用中药平肝降逆化痰之药,效果亦不巩固。后根据患者体形胖(体重81kg)、血脂高(甘油三酯3.6mmol/L,总胆固醇8.2mmol/L)的情况,除用一般降压药维持外,经用何首乌30g,草决明、泽泻、山楂、枸杞子各15g,菊花12g,干荷叶5g。每日1剂,煎水代茶饮。1月后患者体形开始渐瘦,头晕乏力等症有好转,血压145/95mmHg。继用上法治疗1月,体重减为72kg,血压降至130/88mmHg。查血脂:甘油三酯2.0mmol/L,总胆固醇6.2mmol/L。嘱每日早晨服心痛定1粒,继用何首乌等药泡茶,隔日1剂,观察1年,患者的血压、血脂均控制在正常范围之内。

对于血压稍偏高患者,笔者用何首乌、丹参各等分,研末,每日2次,每次6g,温开水冲服。开始可配合少量温和的降压药,迨血压稳定后,可停用降压药,单纯用首乌丹参粉治疗。每日1～2次,每次6g,一般有持续稳定血压之效,避免长期服用降压药之害。特别是对老年高血压伴有冠心病患者,长期服此,不仅对血压有益,亦可预防冠心病发作,达到祛病延年之效。

何首乌善治坐骨神经痛

新疆维吾尔自治区尉犁县人民医院(841500)
车运祥　吴宝娟　艾沙·艾克毛拉

我们在临床实践中以何首乌为主药治疗坐骨神经痛,前后经治217例患者,收效满意,介绍如下。

本组217例患者中,男153例,女64例,年龄18～72岁,病程2周～数月不等。其症状表现为一侧上肢或下肢疼痛,连及腰部,曲伸时疼痛加重,行动极为不便,以臀部连及下肢后侧腘窝处疼痛或过电样痛,严重者连及足后跟和脚底足趾痛,重者不能翻身伸曲等。下肢神经抬腿试验均为阳性。

治疗方法:何首乌30g,狗脊30g,五味子30g,党参30g,熟地黄30g,巴戟天30g,水煎服,每日1剂,温水煎4次,取药液750ml,每次口服250ml,每日3次。会饮酒者,上方取1剂打碎泡酒1500ml,浸泡6天后取药酒30ml,每日3次服。

讨论:何首乌入肝经,是滋补肝血的要药;加五味子、枸杞子酸性入肝滋补肝力更强;熟地黄补肾水;巴戟天温补肾阳通经脉,其性补脑善走下肢筋脉;加党参扶正补气。诸药共成补而不腻、温而不燥的补肝血、滋肝阴、温阳补水通经脉之剂,以达到通络止痛的作用。

何首乌治心绞痛效佳

河北省霸州市妇幼保健院(065700)
庞　德　立

何首乌苦、甘、涩、微温,归肝肾经,功能补肝肾、益精血、截疟、解毒、通便。笔者从临床实践中体会到,何首乌尚能养心和血,通利血脉,用治冠心病疗效确切。用量30～50g,根据临床不同证型,灵活配伍应用,每获良效。现举2例如下。

例1:吴某某,男,57岁,1999年11月10日初诊。自述患冠心病8年,心绞痛时有发作,近2周发作频繁,每日3～4次,舌下含服硝酸甘油可以缓解。屡服中西药,疗效欠佳。刻诊:心前区憋闷,心绞痛发作则痛及肩背、汗出、乏力,伴心慌、气短、便干,面色萎黄,舌质紫暗、少苔,脉稍数而沉细,左寸尤甚。心电图示:S－T段压低,T波倒置。血脂:总胆固醇8.9mmol/L;甘油三酯4.7mmol/L。予益气养阴、活血化瘀之品7剂。11月17日复诊,疗效不著。此证以阴血亏虚为本,气滞血瘀为标。遂于原方加制何首乌50g。处方:制何首乌50g,黄芪20g,当归10g,川芎15g,生地黄15g,麦冬10g,桃仁15g,丹参30g,延胡索15g,枳壳10g,香附15g,甘草10g,水煎,分2次温服。上方进14剂,心绞痛消失,心慌、气短、便干亦愈,心电图正常。再予本方出入,重用何首乌制散剂,以善其后。处方:制何首乌

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