

依据,食物的性味和药物的性味是一致的,也是用四气五味,升降沉浮等理论加以说明的,以食物的偏性纠正疾病阴阳之偏盛偏衰,使之趋于相对平衡,湿热证应忌食辛辣、香燥、醇酒厚味,煎炸等热性食物,为防止疾病复发,还应注意海腥类食物及发类食物,在服药期间,凡属生、冷、黏腻、腥臭等不易消化,刺激性食物,也应根据情况予以避免。③选择与疾病相适应的食物,有些食物有一定的治疗作用,可以加速疾病痊愈。古人有“药补不如食补”之说,如山药、扁豆、红豆等都有健脾利湿,补气补血的功效。因长期使用激素会导致药源性缺钙和丢钾储钠反应,应多食富含钙,钾的食物,预防骨质疏松,注意补充维生素及多种微量元素,饮食以高蛋白食物为主,可以及时补充由皮肤黏膜丧失的营养成分,如燕麦、瘦猪肉、花生、豆腐等,做法应清淡,宜消化。

2.2.2 情志调养 中医认为,人有喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种情绪状态,人的情绪,情感的变化既有利于人体的一面,又有不利的一面,正如《养性延命录》所谓“喜怒无常,过之为害”,在正常情况下,七情活动对机体生理功能具协调作用而不会致病,只有七情过激才成为致病因素。《灵枢·口问》篇说:“悲哀忧愁则心动,心动则五脏六腑皆摇。”说明口腔疾病与情志变化关系密切。一个人生病之后,其心理活动也发生变化,表现为依赖性增强,行为变幼稚,猜疑心变重,主观感觉异常,情绪易激动,害怕孤独,焦虑。因此对患者药物治疗的同时,还应注意情志调养,消除他们对疾病及药物不良反应的恐惧,及时了解其所思所想,用事实鼓励他们树立战胜疾病的信心,使患者的精神活动得到安慰和满足,保持愉快的心情和健康的情感。

2.2.3 口腔护理 提醒患者要保持口腔清洁卫生,坚持刷牙,漱口,但动作要轻柔,以避免新的创伤和继发感染。碱性漱口水,可以防止口腔白色念珠菌等真菌感染或细菌继发感染,中药漱口水可以给与清热解毒,芳香化湿类中药煎水含漱,如金银花、野菊花、蒲公英、藿香、佩兰、香薷、薄荷等,以起到保持口腔清洁,爽口去浊的作用。同时要戒除吸烟等口腔不良行为。

2.3 中西药结合,扬长避短

随着中草药的近代研究不断深入,应用范围也日趋广泛,这些研究成果,对于扩大中西医结合的思路,提高

治疗效果具有一定的指导意义。徐老师在临床实践中,注意辨证与辨病相结合,特别是在辨证的基础上结合辨病,适当选择与现代医学某些临床指标有关的中草药组成治疗方剂,不但能提高临床治疗效果,而且对探索中西医结合的新理论提供了依据。

①中西药结合,减低毒性,在临床治疗中,激素的使用虽然效果显著,但有毒副作用,为了降低激素的一些毒副作用,选择具有激素样作用的中草药应用,可以一箭双雕。如当归、葛根、甘草等对雌激素有双重调节作用,可以平衡内分泌功能,缓解更年期妇女的不适症状,甘草还可增强肾上腺皮质激素功能,降低患者对皮质激素的依赖,具有抗炎和抗变态反应的功能,因此甘草对长期运用皮质激素的患者,可以增加协同效果,有利于患者稳定期的逐渐减停激素,避免反跳现象出现,稳定疗效。②中西药结合,促进药物吸收,天疱疮患者因长期使用激素容易并发口内真菌感染,在使用抗真菌药制霉菌素等时,不仅难吸收而且服后有恶心呕吐等不良反应,导致患者不能坚持用药,如果使用清热利湿的中药茵陈、栀子等,可以促进胆汁的分泌,增加药物的吸收量,降低用量,减少不良反应。③中西药结合,提高疗效,清热解毒的中药往往具有抗细菌及真菌的作用,联合使用,可以提高疗效,如金银花提取物对金黄色葡萄球菌耐药菌株的呼吸有显著刺激作用,可抑制耐药菌体蛋白质合成,与青霉素联用时,可增强青霉素对耐药金葡菌的抑制作用。黄芩、连翘、野菊花、板蓝根、蒲公英、紫花地丁等都具有一定的抗细菌,真菌及病毒的作用,在口内出现继发感染时,可选择使用。④中西药结合,统筹兼顾,患者在合并有其他全身性疾病时,如贫血、糖尿病、高血压、心脏病、肿瘤等,可以选择具有降糖,降脂,调节免疫的药物,以稳定患者原有的病情。如知母、枸杞子、玄参、葛根、黄芪、山药、白术、茯苓、麦冬、玉竹等可以帮助降低血糖,山楂、何首乌、泽泻、郁金、车前草可以帮助降低血脂,金银花、白花蛇舌草具有免疫双向调节作用,黄芩、苦参、牡丹皮具有免疫抑制作用等等。这就要求我们要不断地吸收新知识,扩展自己的思路,为每一位患者提供最合理,最优化的诊疗。

* 首都医科大学附属北京中医医院口腔科(100010)

抑郁症的中医调理

逯保忠* 武验兵* 杨必安* 杨玉坤*

现代医学认为,抑郁症是一种常见的精神疾病,主要表现为情绪低落,兴趣减低,悲观,思维迟缓,缺乏主动性,自责自罪,饮食、睡眠差,担心自己患有各种疾病,感到全身多处不适,严重者可出现自杀念头和行为。传统中医认为抑郁症的主要病因为肝失疏泄、脾失健运、心失所养,虽然肝、脾、心三个脏腑皆有相关,但各有侧重。肝气郁结多与气、血、火相关,而食、湿、痰主要关系于脾。脾则多表现为虚证,如心神失养、心血不足、心阴亏虚等,也

有一些属于正虚邪实,虚实夹杂的证候。抑郁症初病在气,久病及血,故气滞血瘀的证候在临床上十分多见,抑郁症日久不愈,往往损及脾、肾,造成阳气不振、精神衰退证候。

1 抑郁症分型

根据《黄帝内经》的未病之病、欲病之病、已病之病的思想,创新出一整套抑郁症的诊疗方法,对抑郁症的诊断和治疗有了独特的分型规范调理。

分型依据:中医经络测评仪进行十二经络的检测,结合中医望闻问切四诊,综合抑郁症患者的共性特征共分出心型、肝型、脾型、肾型 4 类。具体分型如下:

表 1 抑郁症中医证候分型

类型	证候名	对应证候群	舌 像
心型	心火亢盛	烦躁憋闷、发热口渴、心烦失眠甚或狂乱、便秘尿黄、面赤、脉滑数	舌尖红苔黄
	心气虚	心慌气短、神疲乏力、怔忡胸闷或痛、畏寒肢冷、自汗、气短懒言、面色㿔白、失眠健忘	舌淡苔白
	心血虚	眩晕、心悸易惊、失眠多梦、心烦不宁、手足心热、盗汗、颧红口干	舌淡或舌红少苔
	肝气郁结	情绪低落、精神倦怠、表情抑郁、言少语慢、缺乏活力	舌淡
肝型	肝气郁结	情绪抑郁、胸胁胀满或胀痛、善太息、或有梅核气、妇女月经不调或痛经、经前乳胀或伴烦躁	舌淡
	肝郁痰阻	胁下痞块、胀痛或刺痛、拒按	舌暗苔厚腻
	肝火上升	急躁易怒、面红目赤、口苦口干、耳鸣耳聋、不寐或噩梦纷纭、胁肋灼痛、小便短黄	舌红苔黄
	肝气滞血瘀	情绪抑郁、心悸心烦、胸闷痛、肝区不适	舌质及舌下脉络紫暗、怒张
脾型	肝经湿热	情绪抑郁或急躁易怒、郁闷不舒、失眠多梦、胁肋胀满或痛、口苦纳呆、呕恶腹胀、大便不调、小便短赤、阴部潮湿瘙痒	舌红苔黄腻
	脾虚	食欲低下、脘痞嗳气、思虑过度、善疑多忧、易疲劳乏力、四肢倦怠、咽中如有物阻、消瘦或水肿型虚胖	舌苔薄白
	肾阴虚	失眠多梦、心烦易惊、颧红盗汗、手足心热、口燥咽干	舌红少苔
	肾阳虚	面色㿔白、手足不温、少气乏力、阳痿遗精、带下清稀	舌淡苔白

利用现代的中医诊疗设备进行抑郁症分类以及中医辨证,我们通过选取国家规定的药食同源的没有任何毒副作用的中草药形成适宜抑郁症不同中医证候分型的胶囊配方。本草调理,此外还配合标准的中医理疗和传统膳食以及心理疗法,对抑郁症患者的康复的中医疗效显著。

2 抑郁症调理统计

肝型调查检测调理 156 例,调理痊愈 113 例,治愈率 72.4%;心型分别为 98 例、68 例、69.3%;脾型分别为 45 例、40 例、88.8%;肾型分别为 25 例、12 例、48%。

通过经络检测脾型抑郁症患者治愈率为 88.8%,调查显示治愈率最高,相对好调理;肝型抑郁症患者最多,治愈率为 72.4%,效果较好;心型抑郁症患者治愈率为 69.3%;肾型抑郁症患者最少,治愈率为 48%,治愈率也是最低。此项统计表明肝型、脾型、心型抑郁症患者相对好调理,一旦发展到肾型就很难调理,所以一定要做到已病防变。

3 讨论

《素问·四气调神大论》指出:“是故圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎。”中医学早在二千多年前就提出“治未病”的学术思想。

通过经络测评仪进行检测,可以从根本上找出抑郁症的发病原因、病位病性,从而进行规范化的调理,从而预防疾病的发展,达到了中医治未病的目的。

* 北京身心康国际中医研究院中医调理中心(1000088)

所以载丸合寿胎丸治疗滑胎体会

邓 代 富*

滑胎,现代医学称为习惯性流产,是指连续自然流产,且每次流产发生基本在同一妊娠月份,或达 3 次以上者。中医认为,滑胎主要是因先天不足、房劳过度、孕后起居失常,损伤肾气;或素体气血不足,大病久病失血耗气,或跌扑闪失,胎失所养;或素体阴虚内热,胞络不固等引起。笔者 30 余年来用所以载丸合寿胎丸辨证加减治疗滑胎 85 例,有效 81 例,无效 4 例,收到满意效果。现总结如后,并求教于同道。

1 方药组成

菟丝子、续断、阿胶、白术、杜仲、桑寄生、人参(可代之以党参)、茯苓、大枣。如气虚者加黄芪;肾阳虚加补骨脂、鹿角胶;肾阴虚加山茱萸、枸杞子、麦冬;血虚加熟地黄、炒白芍;阴道出血量大加焦艾叶、墨旱莲、白及粉、棕榈炭;有热者加生地、黄芩;呕吐厌食者加砂仁、苏梗、灶心土。初诊每日 1 剂,水煎分 3 次服,症状好转后,每 2 日 1 剂,服至超过既往流产的月份,以期巩固疗效,确保无虞。

2 病例介绍

刘某,26 岁,夫妻双方健康。2000 年因阴道出血急

请笔者到其家中为其诊治。患者诉于两年前怀孕 2 次,均在孕 7~8 周时出现阴道出血而流产。此次怀孕已近 7 周,因劳累至夜间,自觉腰酸,小腹坠胀,阴道少量出血,清晨出血量增多。刻诊:形体消瘦,急性病容,面色㿔白,舌淡苔薄,脉沉细。处方:菟丝子 20g、续断 20g、阿胶 15g、白术 15g、杜仲 15g、桑寄生 15g、党参 20g、茯苓 12g、黄芪 20g、大枣 10g、仙鹤草 15g。2 剂,每日 1 剂,水煎分 3 次服。2 日后,其夫再来索方,称 1 剂药服完后,出血即止,2 剂药后,小腹部不复下坠,腰痛减轻。效不更方,上方加减,改为每 2 日 1 剂,续服 1 个月后停药,足月顺产一男婴。

3 体会

笔者所用之基本方,乃名方“新定所以载丸”与“寿胎丸”之合方也。新定所以载丸,是清代名医陈修园先生所著《女科要旨》之方,载是书第二卷胎前篇。原文明示该方“治胎气不安,不长,妇人半产,或三四月或四五月按期不易者,必终身不能大产,唯此方可以治之”。寿胎丸,是清代名医张锡纯先生名著《医学衷中参西录》中的经典名方,主治滑胎。两方相合,相得益彰。方中菟丝子长于补