

夏季是胃肠病高发季节,特别是年老体弱者更易患病。起居失常、饮食不洁是引起胃肠病的重要因素,中医历来十分强调胃肠病要“三分治,七分养”。中医是如何诊治胃病的?胃病防治要注意哪些方面?本周二上午9:30~10:30,健康热线0551-2623752邀请安徽中医学院附属针灸医院一病区李学军主任与读者交流。以下内容根据录音整理,未经李学军主任本人审阅。

黄剑 记者 王松青/文 王恒/图

胃病要“三分治,七分养”

本期指导专家 李学军



专家介绍

安徽中医学院附属针灸医院一病区主任,主任医师,硕士生导师,第四批全国老中医药专家学术经验继承人,中华中医药学会会员,安徽省中医急诊学会副主任委员,安徽省针灸学会理事。在中药内服、外敷、大肠水疗及针灸治疗胃食管反流病、慢性胃炎、胃十二指肠溃疡、功能性消化不良、肝硬化腹水、溃疡性结肠炎、肠功能紊乱、消化系统肿瘤中有很好的疗效。主持省级科研课题一项,参加国家级及省级科研课题三项。在国家级、省级刊物发表学术论文十余篇。

独家秘笈

长期从事内科疾病的中西医临床工作,在中医内科特别是脾胃病临床诊治中积累了丰富的经验,擅长运用内窥镜诊治消化系统疾病,特别擅长应用中医药特色疗法治疗消化系统疾病。

门诊时间:每周一至周五上午急诊科

合肥市寿春路300号安徽中医学院附属针灸医院

慢性胃炎中医治疗效果好

读者:我长期感到上腹部胀闷疼痛,嗝气,看了好几家医院,做过三次胃镜都是慢性胃炎,吃过好多种西药效果不大,请问中医有没有好办法治疗?能针灸吗?

李学军:应做一下B超、肝功能等相关检查排除肝胆胰等相关器官疾病。中医治疗慢性胃炎疗效是肯定的,特别在消除上腹胀饱、疼痛、嗝气、返酸、纳差等症状上有较好的疗效。中医可根据你的病症先辨证,然后分型论治,可予中药内服、外敷,也可按症型选穴配合针灸治疗,往往能取得满意疗效。

勿因“老毛病”掉以轻心

读者:我伯父54岁,患胃病20多年,上周去医院一查医生说胃癌晚期已经转移了,手术化疗做不了,中医有没有什么好的治疗方法?

李学军:由于胃癌早期往往无明显或特殊症状,不易引起人们注意,当肿瘤发展到影响胃的功能并形成溃疡,甚或发生胃壁蠕动和胃容积改变时,才会出现明显的症状,而此时,病情已属晚期,已失去了最佳的治疗时机。因此,当出现某些消化道病症,特别是原因不明的食欲不振、上腹不适、贫血、消瘦者;原因不明的呕血、黑便或大便潜血试验阳性者等等均应警惕可能患有胃癌,要及时进行有关专项检查,切忌以“老毛病”为由而随意服点药算数,由此延误早期诊断和治疗。中医治疗晚期胃癌以扶正祛邪相结合,标本兼治,主要是改善食欲不振、腹痛、腹胀、便血、

乏力等症,针灸可缓解癌转移性疼痛,从而提高患者的生命质量,延长寿命。

胸痛可能是胃食管反流病

读者:我爷爷今年68岁,2年前开始胸骨后灼痛,曾被诊为“不稳定心绞痛”,服药后症状反而愈加严重,并出现烧心、嗝气、反酸、五心烦热、口咽干痛,请问这是怎么回事?有什么好办法治疗?

李学军:你爷爷可能得的是胃食管反流病,胃食管反流病是指胃内容物反流入食管引发烧心、泛酸、胸痛等症状和(或)并发症的一种疾病。由于本病与慢性咽喉炎、胃炎、肺部疾病、心血管疾病等易混淆,往往有的患者因咽喉有异物感,在五官科就诊;有的因咳嗽在呼吸科就诊;有的因左前胸部疼痛,疑似心绞痛,而在心脏科就诊,所以必须通过多方面检查加以鉴别。你爷爷可以做24小时动态心电图、心脏彩超、胸片、胃镜等检查进一步明确诊断,应用中西药治疗,同时注意饮食调节,餐后勿睡,少食多餐,忌食辛辣、油腻食品,忌饮碳酸饮料、啤酒等。

中医可防治溃疡性结肠炎

读者:我妈妈患溃疡性结肠炎很长时间了,经常腹痛、腹泻、解粘液脓血便。看过很多医生,灌肠、吃药、打针,可是效果不好。请问有没有什么好的方法来防治?

李学军:溃疡性结肠炎,又称非特异性溃疡性结肠炎,是一种顽固难治性疾病,病因尚未完全明了,其发病可能与免疫、遗传、感染、食物过敏、神经精神等因

素有关。治疗方法很多,但目前尚无特效药物治疗,主要是对症处理,控制炎症,解痉止痛,调节肠动力,保护肠粘膜,改善肠道内环境,增强免疫功能,促使溃疡修复等。你妈妈如果症状较重可以先服西药柳氮磺胺吡啶外加激素灌肠来缓解症状,病情稳定后考虑中医治疗,中医认为本病主要是饮食不洁,湿热内生,或脾胃素虚,不能胜湿,湿浊内生,或感受寒湿,湿浊不化,下注大肠,凝滞气血,蕴结化热,化腐成脓,伤及肠络所致,出现腹痛、腹泻、粘液脓血便和里急后重等症。用中药调理,标本兼治往往会收到较好疗效,不过疗程要长,同时注意调饮食、畅情志。

伤胃药物要避免使用

读者:我妈妈患类风湿性关节炎多年,一直在服药控制病情,前两天胃不舒服去医院又查出胃溃疡,听说胃溃疡容易癌变,会不会啊?

李学军:理论上胃溃疡是癌前期病变,溃疡型胃癌是胃癌的一种,但这是一个慢慢形成的过程,病理检查可以确诊。你妈妈患类风湿性关节炎多年,估计经常服用非甾体类抗炎镇痛药,而这类药是导致胃溃疡发生的重要原因之一,只要你妈妈停用这些抗炎镇痛药,系统地中西医结合治疗4~6周,溃疡是可以愈合的。不过溃疡病易复发,故不能突然停药,要巩固治疗一段时间,定期随访。至于你妈妈的类风湿性关节炎不能服用抗炎镇痛药,可以考虑应用针灸、中药敷贴、热疗等中医传统疗法。

藿香正气水可治疗“空调病”

长时间工作或生活在开着空调的室内,有些人在平时无其他慢性疾病、又无感冒等诱因的情况下,会出现头痛头晕、恶心呕吐、鼻燥咽干、胸闷气短、全身乏力、关节酸痛等症状,这就是我们所说的“空调病”。

之所以患“空调病”,一是由于室内外温差悬殊,空调房内的低温会对人体眼、鼻等处的黏膜产生不利作用,还会致使一些人的体表血管急剧收缩、血液流动不畅,使关节受冷导致关节痛;二是空调房内的“冷”感觉能使交感神经兴奋,导致腹

腔内血管收缩,胃肠运动减弱,从而出现诸多相应症状;三是因为空调的过滤器可过多吸附空气中的负氧离子,使室内的阳离子增多,负氧离子和阳离子正常比例失调时,会造成人体生理的紊乱;四是当长时间使用空调时,滤尘网上会有很多絮状的附着物,由皮屑、灰尘等悬浮物集聚而成,其中的真菌、皮屑、尘螨等可引起过敏性皮肤病或者诱发哮喘病。

当我们清楚了“空调病”的危害和形成原因后,就要因人而异,有针对性地做好预防。必须使用空调时,室内外温差不可

过大,不宜超过8℃,并定时打开门窗进行通风换气,更不要密闭的空调房中吸烟、饮酒、使用香水等,以保持室内空气新鲜。使用空调时,最好每隔2小时到通风良好的室外活动活动,呼吸一下新鲜空气,喝些开水。不要坐、卧在空调排风口附近让冷风直吹,在睡眠时尤其要注意。

在使用空调的过程中,一旦患了“空调病”,可以服用藿香正气水或藿香祛暑胶囊进行治疗。还可以喝一些绿豆汤、西瓜皮汤进行食疗。

秦德英

下期话题

近视、用眼过度怎么办?
中医专家教您
保护“心灵之窗”

读者可登陆星空社区

(www.xksq.net)向医生提问

由于学习、工作压力过大,很多孩子小小年纪就戴上了眼镜,既不好看,又不舒服,眼镜度数越戴越深;或者用眼过度,产生眼睛干涩、疼痛,甚至造成失明、白内障等等。因此,爱护眼睛,已经是现代人的必然需要。

如何预防青少年近视?哪几个年龄段是青少年保护眼睛的关键时期?上班长时间使用空调,眼睛有一些不适,如眼睛干涩,眼酸,眼痒,怕光等,为什么?吃什么食物对眼睛比较好?中医是怎么治疗近视的?下周二(8月10日)上午9:30~10:30,本报健康热线0551-2623752将邀请安徽中医学院第一附属医院眼科主任马鹏天与读者交流。马鹏天对角膜溃疡、视网膜脱离和眼底病等疑难症的诊断有较深的造诣,擅长眼科超声乳白内障摘除术,对眼重睑术、眼睑成形术、眼睑松弛矫正术、上睑下垂矫正术、斜视矫正术等眼科整形手术方面积累了丰富的临床经验,并能掌握激光治疗青光眼、中西医结合治疗眼底疾病。 陈小飞 记者 王松青

一周病情播报

酷暑难当 防“热”也要防“冻”

根据合肥市一院上周的急诊统计数据,受高温天气影响,急诊的就诊量比正常时间多了近三分之一,发病人群以儿童、老年人和户外劳动者为主。医生提醒,高温天气情况下除谨防各种“热”出来的疾病,更要提防过度食用冷饮和过度使用空调等“冻”出来的病。

医生指出,夏季中暑重在预防,外出时应戴上遮阳帽,户外工作者应防止暴露在阳光下太久,体质差的儿童和老人应尽量避免在上午10点和下午3点之间外出。一旦出现大量出汗、口渴、头晕、胸闷、恶心、全身无力等中暑先兆,应马上到阴凉的地方通风休息,补充淡水,有条件的尽量喝糖盐水。

医生同时提醒,因食用不洁食物或生冷食品引发腹泻的患者应及时就医,腹泻不止后上厕所的频率大大增加,原本就有痔疮的病人更易引起肛周脓肿。加上天气较热,长期久坐,过度饮酒、卫生习惯差等因素,病情恶化后甚至需要手术治疗。

医生还提醒家有老人和孩子的家庭应注意空调的使用,27~28度为适宜的温度,温度过低或使用时间过长容易导致儿童肺炎以及老年慢性病的复发。

费秦茹 记者 王松青