

壮医治腰椎间盘突出症有特色

□ 李春华

腰椎间盘突出症是脊柱骨科常见的多发疾病,也是脊柱骨科门诊接诊量最大的疾病之一。其主要因椎间盘在长期劳损、外伤、退变等情况下导致纤维环破裂、髓核突出,导致相邻脊神经根遭受刺激或压迫,从而产生腰部疼痛,并产生一侧下肢或双下肢麻木、疼痛等一系列临床症状。

壮医称腰椎间盘突出症为“夺核拖”“核嘎尹”“核尹”,认为该病的发生是由于风寒湿等外邪侵袭,阻滞于谷道、水道、气道,或者传至龙路、火路,阻滞或破坏龙路、火路,或劳损、外伤等原因损伤筋骨、肌肉痹阻筋脉,导致龙路火路不通,而产生相应的疾病。主要治则是温通龙路、火路,理气活血、化瘀止痛,使龙路、火路疏通,使“三气同步”,以达治疗目的。

诱发腰椎间盘突出症的风险因素

1. 身体风险因素:包括姿势不良,如久坐不起、长时间站立、经常弯腰,喜欢“葛优躺”;脊柱

负荷加重的行为,如搬重物、举重物;运动不足也可能导致脊柱肌肉力量减弱。

2. 不健康的生活方式,例如吸烟、喝酒、肥胖。

3. 外力因素,如急性外伤、打喷嚏、剧烈咳嗽、便秘时用力排便等,可致已退变的髓核突出。

4. 既往有腰痛发作史。
壮医如何治疗腰椎盘突出症
治则以畅通龙路火路、祛毒散瘀为主,活血通络、行气止痛为辅。壮医特色治疗主要包括壮医药熨、壮医神龙灸、壮医药物竹罐、壮医姜汁涂擦+葫芦灸以及壮医三气养生操。

1. 壮医特色治疗:壮医药熨
壮医药熨疗法是借助热力和药力,熨烫人体的一定部位,以疏通龙路、火路气血,调节天地、人三气同步平衡,从而达到

治疗目的的一种外治法。通过按照壮医理筋手法、悬熨、点熨、按熨、揉熨、敷熨的顺序于患者腰部相应穴位来回熨烫,使药由表达里,达到温通经络、行气止痛等功效。适用于治疗腰椎病、颈椎病、关节炎、筋膜炎及肩周炎等慢性劳损及退行性疾病。

2. 壮医特色治疗:壮医神龙灸
壮医神龙灸疗法以壮医理论为指导,运用艾绒及姜泥在龙脊上进行施灸,通过热力及药力,激发天地人三气,驱除毒邪,从而达到调和气血、通经活络、固肾壮阳、强身健体目的的一种治疗方法。操作时,患者取俯卧位,按照取穴(背部腧穴)、铺姜、铺艾、燃艾进行施灸,使得姜渣与壮药材完美相融,并使得药力迅速升温传导至背部,起到调气补虚、解毒祛瘀,强身健体,疏通三道两路等功效,适用于腰腿

痛、肩周炎、颈椎病等。

3. 壮医特色治疗:壮医药物竹罐

壮医药物竹罐疗法是将竹罐置于煮沸的壮药液中加热,趁热用竹罐在治疗部位进行吸拔,通过竹罐的负压吸力、药物效力及热度共同作用于治疗部位,达到祛风除湿、活血舒筋、散寒止痛、拔毒消肿的作用。患者取俯卧位,按照煮药和罐(煮沸)、留罐、起罐、滚罐封穴、走罐、走罐后滚罐封穴的顺序施罐于患者腰部相应穴位,通过局部的吸拔刺激,加上药力、热力的作用,达到祛风除湿、活血舒筋、散寒止痛等功效。适用于腰腿痛、颈椎病、肩背酸痛、肢体麻木、跌打损伤、骨折愈后淤积等疗效尤为显著。

4. 壮医特色治疗:壮医姜汁涂擦+葫芦灸

壮医姜汁涂擦有活血化瘀、行气止痛功效;葫芦灸具有温经通络、补脾肾阳气、活血化瘀功效。按照姜汁涂擦、壮医理筋手法(5~10分钟)、覆盖纺纱、葫芦灸的顺序施灸于患者腰部相应穴位,通过葫芦灸的热效应把姜汁的药性及艾灸的能量散发出来,渗透至体表体内,引入入经,进入血液循环,达到脏腑经气失调的病所,发挥药物的归经作用,调节阴阳平衡的作用。

5. 壮医运动养生:壮医三气养生操

壮医三气养生操是广西国际壮医医院护理人员根据花山崖画主题图(正面人像)和铺绘过程图(侧面人像),结合中国壮医学三气同步理论编制而成。其动作舒缓、柔美,既可使天地人三气同步运行,又可使躯肢脏腑、气血体能、经络信息的同步调节,从而放松身体,感受气血的流动、运行,起到养身健身防病祛病之效,适宜绝大多数人群练习。

(广西国际壮医医院)

小儿喉炎的症状及防治

□ 黄丽荣

在日常生活中,我们常常听到家长们因孩子突然出现的咳嗽、声音嘶哑而担忧。这些症状往往是由小儿喉炎引起的。那么,什么是小儿喉炎?我们又该如何识别、预防和治疗呢?接下来,本文用通俗易懂的方式为大家揭开它的神秘面纱。

什么是小儿喉炎

喉炎,即喉部发生的炎症,是孩子成长过程中常见的问题。由于年幼孩子的免疫系统尚未完全成熟,他们的喉部容易受到细菌或病毒的攻击,进而引发炎症。这个炎症可以比作喉部的“小感冒”,需要家长们密切关注和正确应对。对于家长来说,了解小儿喉炎的症状和治疗方法是至关重要的,因为这有助于他们更好地照顾孩子,确保他们的健康成长。

如何识别小儿喉炎

当孩子出现声音嘶哑,咳嗽(尤其是哭闹或说话时更为明显),呼吸困难,以及可能伴有发热、食欲不振和烦躁不安等症状时,家长们要特别留意,这可能是小儿喉炎在作怪。这些症状的出现,往往是因为孩子的免疫系统尚未完全发育成熟,喉部容易受到细菌或病毒的攻击,引发炎症。对于家长们来说,了解并正确应对小儿喉炎至关重要,以确保孩子们的健康成长。

治疗方法

1. 休息和护理:患儿应充分休息,家长需注意保持室内空气流通,维持适当的温度和湿度,尽量让孩子保持平卧或半卧位以维持呼吸通畅,减少说话次数,加大饮水量,帮助恢复。

2. 药物治疗:根据病情的严重程度和病因,进行针对性的药物治疗。大部分小儿喉炎是病毒感染引起的,一般采用对症治疗,比如使用清热解毒的药物如小儿热速清颗粒、双黄连口服液等。对于咳嗽症状,可以使用小儿止咳糖浆、安儿宁颗粒以及小儿肺热咳喘颗粒等进行治疗。如果喉炎与细菌感染有关,需要使用抗生素进行治疗,比如阿莫西林、头孢克洛、头孢克肟等。部分患儿出现喉梗阻的情况,需要及时雾化治疗,如雾化糖皮质激素以减轻喉头水肿。

3. 其他治疗:如果喉炎严重到影

响呼吸,可能需要使用呼吸机辅助呼吸。对于经过药物治疗效果不明显的患儿,可能需要考虑手术治疗,如气管切开术等。此外,在治疗期间,应加强营养与电解质平衡的维护,保护心肌功能,避免发生急性心力衰竭等情况。

预防小儿喉炎

预防小儿喉炎需要从多个方面进行综合措施。首先,要保证孩子饮食均衡,摄取足够的营养,同时适度运动和充足休息以增强免疫力。其次,要保持室内空气流通,定期开窗通风,避免空气中的细菌和病毒积累。另外,教导孩子养成良好的卫生习惯,勤洗手、避免接触公共场所的细菌。

此外,让孩子远离烟雾、花粉等可能引起过敏的物质,避免过度使用喉咙。根据医生的建议,及时接种相关疫苗,预防某些喉炎的病原体。定期带孩子进行体检,及时发现并处理潜在的健康问题。最后,家庭护理也很重要,让孩子多喝水、多休息,避免过度疲劳,保持室内空气湿润,避免过于干燥的空气刺激呼吸道。通过这些措施的综合实施,可以有效预防小儿喉炎的发生。

常见误区与解答

1. 小儿喉炎会传染吗? 虽然小儿喉炎通常是由病毒或细菌感染引起的,但它不是一种传染性疾病。然而,如果是由特定病毒引起的喉炎,如腺病毒,则可能有一定的传染性。因此,在感染期间,应避免与易感儿童接触。

2. 是否需要让孩子禁声? 不需要完全禁声,但应避免让孩子过度使用喉咙。让他们适当休息,避免长时间哭闹或过多说话。

3. 抗生素治疗是否必要? 对于由细菌引起的喉炎,医生可能会开具抗生素进行治疗。然而,对于由病毒引起的喉炎,抗生素是无效的。因此,在使用抗生素之前,应确保孩子的喉炎是由细菌感染引起的。

4. 小儿喉炎能否自行痊愈? 大多数情况下,轻微的小儿喉炎可以通过家庭护理和适当的休息在几天内得到缓解。然而,如果症状严重或持续时间较长,应寻求医疗帮助以获得适当的治疗。

(柳州市柳江区妇幼保健院)

浅谈艾滋病的防治

□ 韦美芳

艾滋病是一种由人类免疫缺陷病毒(HIV)引起的传染病,破坏人体免疫系统,使人体易于感染各种疾病。在全球范围内,艾滋病已成为一个严重的公共卫生问题。然而,尽管艾滋病可怕,但人类并没有坐以待毙。随着医学科技的不断发展,我们正在逐步揭开艾滋病的神秘面纱,探寻战胜艾滋病的方法。

艾滋病的危害

艾滋病对个人、家庭和社会都带来了巨大的危害。对于感染者来说,艾滋病会导致长期发热、腹泻、体重下降、机会性感染等症状,严重影响生活质量。对于家庭来说,艾滋病患者的医疗费用和丧失劳动能力带来的经济负担沉重,同时家庭成员也可能会因为歧视和恐惧而面临心理压力。对于社会来说,艾滋病增加了公共卫生负担,影响经济发展和社会稳定。

正确认识艾滋病

要战胜艾滋病,首先要正确认识它。我们应该消除对艾滋病的恐慌和歧视,科学地认识和了解艾滋病。感染艾滋病后,如果得到及时的治疗和支持,感染者的寿命和生活质量可以得到显著提高。同时,我们也应该关注感染者的心理健康,帮助他们重拾信心,积极面对生活。

治疗艾滋病的新方法与希望

艾滋病的治疗已经取得了很大的进步,尤其在过去的几十年里。然而,随着医学科技的日新月异,我们正在不断探索和开发新的治疗方法,以期更有效地对抗这一疾病。以下是一些当前正在研究或已进入临床试验阶段的新型治疗方法。

1. 新型药物:随着对艾滋病病毒(HIV)和人体免疫系统的深入了解,研究人员正在开发更有效、副作用更小的药物。例如,一些新的药物能够更精确地对靶向病毒复制过程,减少对正常细胞的损害。

2. 鸡尾酒疗法:这种治疗方法使用多种药物的组合来对抗病毒。每种药物针对病毒生命周期的不同阶段,从而最大限度地减少病毒的复制,并降低耐药性的出现。

3. 免疫疗法:这种方法旨在增强或重启患者的免疫系统,使其能够更好地对

抗病毒。一些实验性的免疫疗法包括使用疫苗、细胞疗法和免疫调节剂等。

4. 基因疗法:这是一种具有前景的治疗方法,旨在修改人体细胞的基因,使其能够抵抗HIV的感染。目前,一些临床试验正在测试这种方法的有效性和安全性。

5. 干细胞移植:这种方法涉及替换患者受损的免疫系统,使用来自供体的健康干细胞。这些干细胞可以分化成新的、健康的T细胞,这些T细胞对HIV具有抵抗力。

6. 微生物组疗法:研究已经发现肠道微生物组与免疫系统之间存在联系,这为治疗艾滋病提供了新的思路。通过调整肠道微生物组,可能有助于控制病毒复制或改善免疫功能。

7. 嵌合抗原受体T细胞疗法(CAR-T):这是一种个性化的治疗方法,使用患者自身的T细胞经过基因改造后对抗HIV。这些改造后的T细胞能够识别并攻击被HIV感染的细胞。

战胜艾滋的社会责任

战胜艾滋病需要全社会的共同努力,每个人都有自己的责任。政府应该承担起领导责任,制定相关政策,提供免费检测、药物和治疗服务,保障患者的权益。企业和个人也应该积极参与公益事业,为艾滋病防治工作提供支持和帮助。国际社会应该加强合作与交流,共同应对全球艾滋病挑战。

首先,我们要重视艾滋病的预防工作。了解艾滋病的知识,对自己的行为负责,采取必要的防护措施,是预防艾滋病的关键。因此,我们应该抓紧进行艾滋病的宣传教育,唤起每个人的高度警觉,从我做起,从现在做起。

其次,控制高危人群的传播也是重要的社会责任。卖淫嫖娼者、吸毒者和男性同性恋者是艾滋病传播的高危人群。对这些人实施严厉打击的同时,对他们的健康状况要进行严密地监测,这样可以斩断艾滋病病魔伸出的魔爪。

此外,对感染艾滋病病毒者进行必要的教育和帮助他们接受治疗也是重要的社会责任。对于感染者来说,要教育他们积极接受治疗,防止对他人造成传染。同时,也要保障他们的权益,消除对他们的歧视和排斥。

(河池市艾滋病防治中心)