

中医特色外治法的传承与创新

——中药干粉热敷疗法

□ 贵州中医药大学第二附属医院 唐 璐

中药干粉热敷疗法是基于中医整体观念,在中医基础理论、针灸经络学说基础上发展起来的一种外治法,具有医疗成本低、易操作、易接受、副作用小等特点。该法是通过药物加工成散剂,在干燥高温环境内加热,使药物达到治疗所需的温度,装入布袋后置于体表患处或腧穴部位,利用温热之力使药性通过体表透入经络、血脉,从而达到温经通络、行气活血、消肿止痛等作用的一种外治方法。药物与热度的协同作用,使药物直达病所,加快药物的局部吸收,利用经络调整机体的作用,进而达到防治疾病的效果,最大限度地发挥药物的疗效。中药成分经皮肤吸收,极少通过肝脏,也不经过消化道,可有效避免肝脏及各种消化酶、消化液对药物成分的分解破坏,也免去了药物对胃肠的刺激,减轻肝肾负担,增加了用药安全性,使药物的

有效成分直达患处,更好地发挥治疗作用。

近年来,中药干粉热敷疗法已在国内多家医院开展,通过对贵州省内多家开展中药干粉热敷疗法的中医院进行调研,中药干粉热敷疗法已在内、外、妇、儿、骨伤、皮肤科、五官科等科室开展,通常在需要中医外治法“中药干粉热敷疗法”作用于局部或通过药物局部吸收而起到直达病所的目的时使用,应用前景较理想。

具体的操作步骤与要求:

1. 备齐用物,携至床旁,协助患者取合理体位,充分暴露热敷部位,注意保暖。必要时备中单、屏风等保护隐私。
2. 清洁皮肤,将加热后的中药干粉热敷包放置于患处或腧穴部位,固定中药干粉热敷包,调整其松紧度,以患者自感舒适为宜。
3. 中药干粉热敷建议的适宜时间为20~30分钟,以患者能耐受为度,严重不适者应及时终止操作。

对于中药干粉热敷药包的外固定带,临床大多采用保鲜膜、塑料膜、毛巾、治疗巾等进行外固定。但这些外固定方法,均存在一些问题:

1. 外固定带在热敷部位不透



以热敷左下肢膝关节为例

气、保温效果差;热敷包在患处易移位、滑落;热敷局部皮肤易出现红疹。2. 热敷包温度降低速度快,外固定带不保暖。3. 对于热敷包的温度,一般仅靠护士或者患者主观感受为衡量标准,容易影响疗效及诱发烫伤;目前热敷温度主要以患者主观感受为衡量标准,无法研究热敷最

佳疗效温度。

“多头固定测温热敷带”能很好解决以上问题。实施过程中,热敷包在患处固定,能避免患者长时间处于被动体位,也解决了热敷包温度

的观察和保温效果,为探索最佳热敷包温度进行临床疗效研究收集数据,提供循证依据。

中药干粉热敷疗法,并不适用于所有人群,以下禁忌症禁用:有水泡、疤痕、破溃、活动性出血或有出血倾向者禁用;女性患者月经期或妊娠期腹部、腰骶部禁用;精神

分裂症、抽搐等不配合者禁用;软组织急性损伤及骨折初期,72小时之内禁用;急性血栓性静脉炎禁用;湿疹、过敏性皮炎处禁用;肿瘤部位禁用;急性腹痛禁用。

党的二十大报告提出,推进健康中国建设,促进中医药传承创新发展。中医药现代化需要举全国之力,面向世界科技前沿、面向国家重大需求、面向经济主战场、面向人民生命健康,回答中医药关键科学问题。临床疗效和科学发现是中医药研究成果产生的主要来源,确切的疗效是中医药生存和发展的生命线,可重复、经得起检验的科学研究是中医药现代化的基础,要学习借鉴青蒿素等成功模式,探索中医药学研究新思路与新方法。研究中医外治法“中药干粉热敷疗法”的系统方法和操作规范,有助于降低医疗成本,减少医疗风险,提高中医药的临床疗效,推动中医药的发展和普及。

宋代文学家苏轼曾在诗中写道:“老去自添腰脚病,山翁服栗旧传方。客来为说晨与晚,三咽徐收白玉浆。”同是宋代的另一位诗人陆游在《夜食炒栗有感》中说:“齿根浮动叹吾衰,山栗炮燔疗夜饥。唤起少年京华梦,和宁门外早朝来。”

栗子性味咸温,益气厚肠胃,是中老年人的滋补品,可壮腰强脚,具有养胃健脾、补肾止血、强筋活血的功效。《名医别录》将栗子列为上品,其对人体的滋补功能,可与人参、黄芪、当归等媲美。

1. 生栗子:可治老年肾亏、小便频数、腰脚无力。每日早晚各吃生栗子1~2个,细嚼慢咽,久则见效。但不能多吃,否则有碍消化。

2. 糖炒栗子:栗子、饴糖、茶油、净沙,锅内炒熟。中医认为“栗子为肾之果”,故吃栗子可补肾固精、健脾止泻、活血止血的作用。故此肾病患者常吃栗子,大有裨益。

3. 栗子粥:栗子10~15个,粳米或糯米60克,共同煲粥。此粥补肾强筋,健脾养胃。适用于老年肾虚腰酸腰痛,腿脚无力,脾虚泄泻。

4. 栗子白菜:栗子400克,大白菜3000克,炒吃。此款能益气厚肠胃、调脾胃,辅助治疗慢性支气管炎等。

5. 栗子鸡:栗子200克,鸡肉500克。补肾益气,健脾和胃。可治消渴、小便频数、反胃、下痢、腰脚软弱。

6. 栗子糕:栗子500克,加工成栗子粉,白糖适量,混匀蒸糕吃。养胃、补肾、强筋、止血。连续吃,可治疗久病体弱、小儿筋骨不健、软弱无力,以及吐血、鼻出血、便血、创伤等。

7. 栗子烧猪肉:栗子250克,瘦猪肉500克,调味品适量。适用于肺燥型久咳、少痰慢性支气管炎、脾胃不和引起的呃逆、反胃、暖气。

值得注意的是,脾胃虚弱、消化不良、风湿病患者及糖尿病人不宜食栗子。栗子生食不易消化,熟食又易滞气,故一次不宜多食。

(马宝山)

滋补养颜蜂王浆

蜂王浆又名蜂皇浆、蜂乳,是天然滋补养颜佳品。由于蜂王浆中含有丰富的维生素和蛋白质,还含有SOD酶,并有杀菌作用,是一种珍贵的美容用品,长期使用,会让皮肤变得红润、光泽、倩丽。蜂王浆还是唯一可以直接服用的高活性成分营养食品,不仅能够美容养颜,还对身体有很大的益处。

补充脑力 蜂王浆中含有大量的营养素,经常食用能改善营养不良的状况,治疗食欲不振、消化不良,可使人的体力、脑力得到加强,情绪得到改善。

调节神经系统 蜂王浆能使神经失调状态恢复正常,特别是对神经衰弱有显著疗效,可以迅速改善食欲和睡眠质量,使人精力充沛,提高脑力及身体素质。

预防癌症 蜂王浆能抑制癌细胞扩散,使癌细胞发育出现退行性变化,对癌症起到很好的预防作用。

治疗烫伤 蜂王浆含蛋白质荷尔蒙,服用后随血液循环全身,有助于皮肤和肌肉组织机能恢复活力,对治疗烫伤效果明显。

提高免疫力 蜂王浆中含有免疫球蛋白,能明显提

高人体免疫力。食用蜂王浆一段时间后,会明显感到体力充沛,患感冒和其他疾病的几率减少。

蜂王浆作为天然营养物质,非常适用于身体虚弱、免疫力低下、食欲不振、失眠多梦、贫血、溃疡、冻伤、放疗化疗恢复及大体力脑力劳动者和大病初愈的患者服用。

蜂王浆可直接食用被人体吸收,一般早晚各食用1次,每次3~5克,空腹服用效果更佳。舌下含服,或用温开水送服,切勿加热食用。

(胡佑志)

缓解耳鸣两法

方法一:每天早、中、晚用手掌按摩揉搓双耳,左右揉搓30秒。

方法二:双手心紧贴两耳孔,五指贴耳脑部,用食指、中指和无名指叩后脑部24次,然后快速将双手掌离开耳孔,如此连续做20多次。用双手按摩两耳廓,牵拉两耳廓使其发热、发红,反复多次。

上述两法改善耳部血液循环,缓解耳鸣症状。

(马宝山)



广金钱草

问题。

临床应用

1. 用于泌尿系结石。中成药有石淋通和尿石通片。如输尿管结石、膀胱结石,可配海金沙、石苇、鸡内金、车前草等;治肾结石,可和大黄、滑石、沉香等同用;结石发作,症见尿血者,加蒲黄、牛膝等。

2. 用于热淋。小便赤涩疼痛者,配车前草、金银花、海金沙;血淋尿血者,加生地、丹皮、桃仁同用。

3. 用于乳糜尿。多与土茯苓、萆薢、当归等同用。

4. 用于胆石症。可配茵陈、大黄、郁金、木香等。以清热利湿,理气排石。

5. 用于热毒痈肿,荨麻疹,口疮,咽痛。煎水服或含漱,亦可外洗。乳腺炎,可用广金钱草捣烂外敷。

6. 用于小儿疳积。广金钱草同煮瘦肉食。

用法用量

内服:煎汤15~30克,鲜品加倍。外用:适量,煎水含漱;或捣敷。

常用验方

1. 泌尿系感染 广金钱草24克,车前草、海金沙、金银花各15克,水煎服。

2. 膀胱结石 广金钱草60克,海金沙15克。水煎服。

3. 肾结石 广金钱草24克,小茴香4.5克,大茴香4.5

克,锦纹大黄(后下)15克,篇蓄30克。净水3碗,煎至1碗服。并多饮黄豆卷汤,助结石加速排出。

4. 治胆囊炎 广金钱草30克,鸡内金9克。水煎服。

5. 小儿疳积 广金钱草适量,煮瘦猪肉食。

6. 口腔炎及喉头炎 广金钱草15~30克,煎水冲峰蜜服。

7. 乳腺炎 广金钱草,雷公根,酒糟,共捣烂敷患处。

8. 荨麻疹 广金钱草全草750克,生盐30克,共捣烂外涂。另取全草60克,水煎服。

(蒋官军)

广西区域特色 中药品种⑨