

顽固性皮肤病不容忽视

瘙痒是皮肤病的表现,顽固不除的皮肤瘙痒可能是体内潜在疾病的先兆,请关注以下有瘙痒表现的疾病。

慢性肾功能衰竭:肾损害后,体内产生某些蛋白质衍生物而引起皮肤瘙痒。

糖尿病:体内血糖增高后,机体防御病菌能力下降,细菌、真菌趁机感染,皮肤末梢神经受刺激而产生瘙痒。

脑瘤:当脑瘤病变波及第四脑室底部时常引起剧烈、持久的瘙痒,且局限于鼻孔。

动脉硬化、神经衰弱:常发生阵发性瘙痒。

妇科病:月经异常、卵巢病变、霉菌感染、阴道滴虫等,常表现为局部皮肤瘙痒。

肝胆疾病:当黄疸不明显时,全身皮肤瘙痒往往是肝胆疾病的先兆,发生黄疸后瘙痒可加重。这是胆盐在皮肤中沉积,刺激皮肤神经末梢所致。

甲状腺机能亢进:表现为睡眠时皮肤瘙痒加重。此为甲亢患者皮肤血液循环加快,温度升高所致。

蛲虫病:肛门及会阴部奇痒,夜晚尤甚,睡眠不安,此为雌虫夜晚外出产卵所致。

贫血:皮肤瘙痒往往为其先兆。此时皮肤组织营养障碍,上皮细胞功能降低,使皮肤干燥、皱褶、萎缩所致。

维生素B₂缺乏症:体内缺乏维生素B₂常表现为皮肤起鳞屑、瘙痒,伴有口角破裂、口腔及舌头发炎、溃疡等。

恶性肿瘤:瘙痒往往是胃癌、食道癌、白血病、肺癌、卵巢癌、前列腺癌等的先兆。上述肿瘤切除后瘙痒可消失,当肿瘤复发时瘙痒可再次发生。(李德志)

人体的气,各有不同,有元气、营气、宗气、卫气等。

元气是气中本源,由肾精所藏及所化的最为精纯的部分,是人体生命活动的原动力,是维持生命活动的最基本物质。元气深藏于肾中,秉承父母先天之精为基础,同时又不断依赖后天水谷精气的培育。元气充沛,则各脏腑、经络等组织器官的活力就旺盛,身体素质就强健而少病。

宗气指的是积于胸中的气。肺主呼吸,由外界吸入的自然界清气大部分要积聚在胸中,所以胸腔部位有“气海”。宗气的主要功能是“走息道以行呼吸”和“贯心脉以行气血”。行呼吸是指人说话的声音、呼吸的快慢都与宗气的盛衰有关;宗气盛的人声音铿锵有力,宗气弱的人则有气无力。行气血是指人体气血的运行、肢体的寒温、心搏的强弱等,也都与宗气有关,所以,临床上常用号脉来测知宗气的盛衰。

营气是指与血同时运行于脉中的那部分气。它一方面是推动血液运行,同时也由血载而行。因为营气与血液关系极其密切,所以常常以“营血”并称。

卫气是运行与脉外,具有保卫作用的那部分气。因属于阳,所以又称之为“卫阳”。和营气相比,卫气剽疾滑利,活力特别强,流动也非常快,运行于皮肤、分肉之前,不但能够保卫肌表、防御外邪入侵,而且还能温养肌肉、皮毛。正所谓“卫气和,则分肉解利,皮肤润柔,腠理致密矣”。

人体的气,除了这四种最重要的气之外,还有诸如“脏腑之气”“经络之气”等,这些都是元气所派生的,元气分布于某一脏腑、某一经络,就形成了某一脏腑或某一经络之气,所以可以将此概括为“万气归元”。(李志良)

中医论人体之气



治尖锐湿疣方

马齿苋30克,败酱草、芒硝、土茯苓、板蓝根、蒲公英各20克。上药煎取药液500毫升,倒入干净盆中,先擦洗患处,然后再坐浴10分钟,早晚各1次,7天为1个疗程。一般连用2~3个疗程可愈。(郭旭光)

治瘾疹方

蝉蜕10克,生地30克,防风、柴胡、紫草、炮姜各12克,金银花、乌梅、荆芥、早莲草、甘草、白鲜皮、地肤子、白芍各15克。水煎服,每日1剂,14剂为1个疗程。(郑玉平)

治老年人流涎方

益智仁、鸡内金各10克,生黄芪15克,白术12克。水煎分3次服,每日1剂,4剂为1个疗程。此方有温阳补肾、益气摄涎之功,对老年人流涎有一定疗效。(郑玉平)

治甲状腺肿大方

金银花15克,黄芩、板蓝根、郁金、连翘、玄参、山栀子、千年健各12克,柴胡、姜半夏、陈皮、延胡索10克。水煎取液,分3次温服,每日1剂。(吴明)

治耳鸣方

黄连15克,淡竹叶6克,柏子仁10克,丹皮6克,熟地15克,生地10克,麦冬10克,白茅根10克,黄柏6克,知母10克,地骨皮10克,丹参10克,炒酸枣仁10克,菟丝子10克,覆盆子10克,桑椹10克,磁石30克,路路通10克,石菖蒲10克。水煎分3次温服,每日1剂。用于心肝火旺引起的耳鸣。(吴明)

三黄冰片粉外敷治痛风

痛风是由于饮食不节、湿毒内蕴、湿浊瘀阻留滞关节经络,气血不畅所致。常表现为关节红肿疼痛,采用三黄冰片粉外敷治疗有效。

处方:黄柏、苍术各120克,姜黄、大黄、冰片、延胡索、红花各30克,山栀子、牛膝各60克。上药混匀,研成细粉备用,每次取药粉15~20克,加食醋适量调和成糊状,摊在纱布上,外敷肿痛处,医用胶布固定,每次敷6~8小时,每日1次,连续治疗5天。用药期间,多休息,少运动,多喝水,忌烟酒及辛辣、油腻食物。

方中黄柏、苍术清热燥湿;牛膝活血通经;大黄、山栀子、姜黄清热解毒,泻火除烦,燥湿行气;延胡索、红花活血化瘀,通络止痛;冰片清热散火、辟秽化浊;醋能消痈肿、散水气、杀邪毒。诸药合用,共奏清热燥湿、泻火解毒、化痰止痛之功。醋调外敷,增强透皮吸收,使得药效直达病所,达到抗炎、止痛、消除水肿之目的。(胡佑志)

慢阻肺常见症状

1. 慢性咳嗽:常为首发症状。初为间断性咳嗽,早晨较重,以后早晚或整日均可有咳嗽,夜间咳嗽常不显著。少数患者无咳嗽症状,但肺功能显示气流明显受限。

2. 咳痰:咳少量黏液性痰,清晨较多。合并感染时痰量增多,可有脓性痰。少数患者咳嗽不伴咳痰。

3. 气短或呼吸困难:是慢

阻肺的典型表现。早期仅于活动后出现,后逐渐加重,严重时日常活动甚至休息时也感气短。

4. 喘息和胸闷:部分患者,特别是重度患者可出现喘息症状。

5. 全身性症状:体重下降、食欲减退、外周肌肉萎缩和功能障碍、精神抑郁和(或)焦虑等。

慢阻肺标志性症状:气短或呼吸困难,随着疾病的发展,当肺功能严重受损时,患者在穿衣、吃饭等日常生活活动时就会发生气促,甚至在静息状态下也会感到胸闷气急。患者在受到细菌或病毒感染后往往会发生慢阻肺的急性加重,表现为咳嗽、咳痰增加,胸闷、气促加剧,严重时可能出现呼吸衰竭,甚至危及生命。(李大夫)

养五气防五火助健康长寿

坚持午休,保心气。午睡前可以按摩劳宫穴(手掌心横纹中,第二、三掌骨之间)和脚上的涌泉穴(足底中,足趾跖骨屈时呈凹陷处)。这样能使心肾相交以改善睡眠。

情绪稳定,护肝气。“血气之怒不可有。”怒则伤肝。应定时休息、不疲劳,过劳亦伤肝。

按摩腹部,健脾气。以肚脐为中心,顺、逆时针用手掌各按摩45下,再轻拍膻中穴(位于两乳头连线中点),能健脾气。

缓慢呼吸,养肺气。经常按摩鼻翼,晨起深呼吸,一呼一吸6秒钟。按摩肺俞(第三胸椎棘突下旁开1.5寸处向下),向椎体方向按揉,至酸胀,能养肺祛病。

小便咬牙,提肾气。早起晚睡前,用一手按肚脐下,另一手按摩背对应点,轻拍养肾。叩齿吞津,排小便前,脚趾用力着地并咬牙,可提肾气。

防心火,少忧愁思虑。防心火应少喝酒多锻炼、少吃辛辣。可以用竹叶泡水喝,吃带心莲子、冰糖银耳莲子羹。

防胃火,食不过饱。防胃火应少吃辛辣,少吃油炸食物;多吃青菜、水果等。

防肝火,忌横眉怒目。防肝火不应太劳累,常饮奶制品和果汁。

防肺火,莫怨恨。此外,冷食伤肺,应多吃蔬菜、水果和白萝卜。

防肾火,勿久坐,忌易恐。久坐不活动伤肾,恐惧不安伤肾。(刘桂云)

健脾止泻说薏苡



薏苡,即薏苡仁、苡苡,临床常相须为用,故称薏苡。

薏苡仁又名苡仁、米仁、苡米,性味甘、淡、凉,归脾、胃、肺、大肠经,有健脾益气、利水消肿、祛湿除痹、清热排脓、通淋止泻之功。适用于水肿、小便不利、脚气、脾虚泄泻、湿痹拘挛、肺病、肠痛等。本品能渗除脾湿,健脾止泻,尤宜治脾虚湿盛之泄泻。《本草纲目》言“薏苡仁,阳明

药也,能健脾益胃……土能胜水除湿,故泄泻、水肿用之”。《名医别录》言其“除筋骨邪气不仁,利肠胃,消水肿,令人能食”。药理研究表明,本品有解热、镇静、镇痛、抑制骨骼肌收缩作用,常用于治疗慢性肠炎、阑尾炎、风湿性关节炎、尿路感染等;薏苡仁中含有的苡仁脂,对肿瘤有抑制作用,可用于宫颈癌等肿瘤;苡仁醇有降压及驱虫之功。

茯苓,性味甘、淡、平,入心、脾、肺、膀胱经,有利水渗湿、健脾补中、宁心安神之功。适用于水肿、痰饮、脾虚泄泻、心悸、失眠等。本品能健脾渗湿而止泻,尤宜于脾虚湿盛之泄泻。《名医别录》言其“益气力,保神守中”。《药

性论》言其“开胃止呕逆,善安心神”。药理研究表明,茯苓有缓慢而持久的利尿作用,能促进钠、氯、钾等电解质的排出。此外,还有镇静和降低血糖的作用。对脾胃亏虚、运化不足、纳少便溏及各种水肿,有较好的治疗作用。

综上所述,薏苡仁、茯苓二者均性味甘淡,有健脾利湿止泻之功,适用于脾虚湿盛所致的泄泻、水肿。薏苡仁性偏寒凉,对湿泻夹热、湿热水肿者为宜。茯苓性平不偏,寒热湿泻、各种水肿均可选用。现介绍几则治疗方,供选用。

1. 五苓胶囊(中成药):方由茯苓、泽泻、猪苓、桂枝、白术等组成。可温阳化气,利湿行水。用

于小便不利,水肿腹胀,呕逆泄泻,渴不思饮。

2. 参苓白术胶囊(中成药):方由人参、薏苡仁、茯苓、白术、山药、白扁豆、莲子、砂仁、桔梗、甘草等组成。可补脾胃,益肺气。用于脾胃虚弱,食少便溏,气短咳嗽,肢倦乏力。

3. 儿童宁糖浆(中成药):方由党参、黄芪、白术、茯苓、山药、薏苡仁、麦冬、制何首乌、大枣、焦山楂、炒麦芽、桑枝等组成。可益气健脾,和中开胃。用于儿童身体瘦弱,消化不良,食欲不振。

4. 薏苡茯苓粥:薏苡仁50克,茯苓30克,白糖适量。将茯苓研细备用,薏苡仁淘净,放锅中,加清水适量煮粥,待熟时调入茯苓粉、白砂糖,再煮一、二沸即成,每日1剂。可利水渗湿,健脾止泻。用于脾虚泄泻,小便不利,肢体肿胀。(胡献国)