

瑶药采收有讲究

□ 广西国际壮医医院 王艳秀 魏江存

瑶族医药源远流长,是我国传统医药的重要组成部分,也是瑶族优秀传统文化的重要组成部分。广西金秀是瑶族支系最多、文化保存较为完整的瑶族自治县,金秀大瑶山复杂而典型的地理环境和特殊的气候条件,孕育了丰富的动植物资源。动植物药材所含的有效成分是防病治病的物质基础,而有效成分的质和量与瑶药材的采集季节、时间和方法关系密切。瑶族人民经过长期的摸索和积累,掌握了瑶族采收和贮存的知识,笔者小汇如下,供读者参考。

1.全草及茎叶类

①全草及茎叶类:一般在夏季植物生长旺盛时、枝叶茂盛的花前期或刚开花时采收,此时性味完整,药力雄厚,最适采摘,如九节风、忍冬藤、金骨风叶。有的只采收地上部分,如薄荷、荆芥等。蒲公英和车前草等以带根全草入药的,则整株连根拔。部分药材只采带花枝梢,也有采取嫩苗的,如茵陈蒿应于春初采收为佳,过时就不能供药用。参

叶通常在花蕾将开放时或正当花朵盛开时的夏季采收,此时植物已经完全成熟,而且生命力最为旺盛。枇杷叶须在秋天落叶后扫起入药。

②根和根茎类:早春二月,新芽未萌,深秋时节,多数植物的地上部分停止生长,其营养物质多贮存于地下部分,有效成分含量高。根茎类药材常在秋末、冬季或初春植株枯萎而春苗未出时采挖。例如五层风,在秋末及冬季采收具有坚实粉性,此时营养物质大部分存于植物体内,所含的有效成分较高,一旦到了春天,地上部分长出,根茎则完全无粉质,便不能入药。野生药用植物在冬季地上部位枯萎后,找寻不易,则以在秋末苗枯之前采收为宜,但防风须在早春地上部分刚发芽时采收,因其在春天

采收其体糯而润,质量较好。

③树皮与根皮类:通常在清明至夏至间剥取树皮采收为好。此时生长旺盛,质量较佳,且树木枝干内浆汁丰富,形成层细胞分裂迅速,皮层和木质易剥离。如肉桂宜在清明前后雨天采收。但三棵针根皮等以秋后采收为好,此时养分多贮存于根部;丹皮秋天采收粉性大,品质好。根皮则与根和根茎相似,应于秋后苗枯,或早春萌发前采集,如牡丹皮和苦楝根皮。树皮类药材一般要多年生长才能入药,如肉桂、丹皮、地骨皮等需5年左右方可供药用;厚朴、杜仲等甚至要生长15~20年始能采皮。

④花类:药材花期一般较短,若采收时间不当,对药材品质影响大。花的采收,宜在花正开放时采,如红顶风;月季花、蜡

梅花等则在含苞时或初放时采。由于花朵次第开放,所以要分次采摘,若过早则气味不足,采收过迟,则易致花瓣脱落或变色,气味散失,影响质量,如菊花、旋覆花。金银花、槐花、辛夷等花宜在含苞欲放时采摘花蕾;有些在刚开放时采摘最好,如月季花。而蒲黄等以花粉入药,则须于花朵盛开时采收。采花时以晴天、清晨为好,利于晾干,防止霉烂。

⑤果实和种子:多数果实类药材,宜在果实成熟后或将成熟时采收,因为老熟后果实破裂而影响质量,或种子散落,不便收集,如瓜蒌、马兜铃等。金骨风、五指风等应在初熟或未老熟时采收。以种子入药的,如果同一果序的果实成熟期相近,可以割取整个果序,悬挂在干燥通风

处,待果实全部成熟,进行脱粒。若同一果序的果实次第成熟,则应分次摘取成熟果实。

2.动物药

动物类药材因品种不同,采收各异。畜、禽、兽类宜秋冬凉爽季节采收,选取膘肥、无病者为上;昆虫类药物应在夏、秋季采收,如桑螵蛸应在三月中旬采收,过时则虫卵已孵化;动物粪便类以经过风吹日晒者为好。

3.矿物药

矿物类药材,不受季节变化的影响,故四季均可采收。一般以未露地面、未受风化者为佳,如石膏、寒水石、磁石等。

总之,药材的正确采收与贮存,对于药源的保护和药材质量的保证都是十分重要的。然而在采收野生瑶药材时,应注意保护药源,既要考虑临床需要,又要考虑长远利益,计划采药,合理采挖。做到凡地上部分者要留根,地下部分者要采大留小、采密留稀,合理轮采,轮采地要分区封山育药以保证可持续发展,保护生态环境。

中医辨治呼吸衰竭重症

□ 北海市合浦县中医医院 郭 亮

呼吸衰竭简称“呼衰”,是指各种原因引起的肺通气和(或)换气功能严重障碍,使静息状态下亦不能维持足够的气体交换,导致低氧血症伴(或不伴)高碳酸血症,进而引起一系列病理生理改变和相应临床表现的综合证。

对于呼吸衰竭重症,中医辨证施治疗效明显。临证主要是以祛邪为主,兼顾补肺健脾或益气。

1.痰瘀阻肺 证见咳喘明显,呼吸气促,痰稠不易咯出,神疲乏力,唇青舌紫、苔黄,脉滑。本证多因肺气失宣、痰浊内阻所致。痰阻肺气,肺失宣达,气逆上冲,而见咳喘、呼吸气促;肺气虚,血行涩滞,百脉皆瘀,故见唇青舌紫等血瘀之象。治宜清肺化痰。常用的方剂可选二陈汤、三子养亲汤等。

①二陈汤:二陈汤属于祛痰剂,由半夏、橘红、白茯苓、甘草等组成。具有燥湿化痰、理气和中的功效,可用于痰湿证引起的咳嗽痰多、恶心呕吐、肢体困重、舌苔白滑或腻等。

②三子养亲汤:三子养亲汤由紫苏子、白芥子、莱菔子组成。具有温肺化痰、降气消食的功效,可用于痰壅气滞引起的咳嗽喘逆、痰多胸痞、舌苔白腻、脉滑等。

2.里热炽盛 证见高热,头痛,烦躁不安,呕吐,呼吸急促,兼见抽搐、神昏等,舌质红绛而干,苔黄,脉滑数。本证多因热毒炽盛而致。热盛于内,故见高热烦躁;热毒引动肝风,可见抽搐;热毒嚣张,邪陷心包,可见神昏。治宜甘寒滋润,清热生津。里热炽盛证可以选用白虎汤治疗,主要由石膏、甘草、粳米等组成,具有清热生津的作用。内热炽盛者方剂中酌加一些清热泻火之品,如金银花、石膏、黄连、大黄等,以泻火解毒和通便。

3.温毒内闭 证见高热,神志迅速转入昏迷,烦躁谵妄,面色青紫,唇指发绀,喉内痰鸣,呼吸不整,快慢深浅不匀,或见抽搐频繁,角弓反张,双目斜视,瞳孔不等,舌绛少苔,脉滑数。本证多因邪毒炽盛,痰热内闭所致。清窍被阻,阳气郁滞,气机失畅,故见神昏谵妄;阴绝阳衰,元气散脱,故见呼吸节律

不整;若热毒引动肝风,肝风内动,则见抽搐。方选清瘟败毒饮加减治疗,方由生石膏、鲜生地、板蓝根、水牛角等组成,具有清热解毒功效。

4.阴绝阳衰 多为晚期重症,证见高热或体温不升,神志昏迷,面色晦暗,皮肤发花,四肢厥冷,唇指发绀,呼吸微弱,舌质淡或紫暗,少苔,脉微细欲绝。本证多因邪热炽盛,里热伤阴,阴液大伤,致真阴耗竭,脏腑阴伤,阳无所附,使正气大伤,真阳亦竭,则五脏六腑的功能衰败,阴绝阳衰,而见诸症。阴盛阳虚一般分为肾阳虚和心阳虚,治疗以补阳为主。患者可以遵医嘱服用以下方子:

①肾阳虚者,方选金匱肾气丸,由干地黄、山药、山茱萸、泽泻、茯苓、丹皮、桂枝、附子等组成。也可选用右归丸,由附子、五味子、山茱萸、山药、丹皮、鹿茸、熟地、肉桂、泽泻、茯苓等组成。

②心阳虚者,方选保元汤,由人参、黄芪、甘草、肉桂、生姜等组成。若患者心悸较重,可以服用参附龙牡汤加减。

除上述方子外,患者可以选择一些中成药来治疗。

清开灵:主要用于治疗外感风热所导致的发热、咽喉肿痛等症状。呼吸衰竭后,患者可以在医生的指导下,选择清开灵来服用。

参麦饮:参麦饮具有养阴润肺的功效。主要用于肺肾两虚所引起的咳嗽气喘、咽干口燥等多种症状。

鲜竹沥:鲜竹沥口服液是一种常见的祛痰剂药物,具有清热化痰、止咳化痰的功效,在治疗热咳嗽、痰黄黏稠等呼吸道疾病方面有比较明显的治疗效果。

生脉散合参附汤:生脉散合参附汤是一种常见的中成药,其主要成分有红参、麦冬、五味子、附子组成,可以有效地改善肺气衰竭,呼吸急促等一些症状。

此外,在治疗期间应协调吸氧治疗以缓解症状。吸氧治疗不宜过长。同时,还应注意禁止大量吸氧,以避免过度不良反应。

帕金森病日常康复及护理

□ 平乐县人民医院 伍玉君

帕金森病是一种常见的老年神经系统退行性疾病。患上疾病后,老年人会出现各类运动障碍、睡眠障碍、神经功能障碍或认知障碍,对老年人的生活造成严重的影响。笔者小汇帕金森病患者的日常康复和护理,供读者参考。

帕金森病的症状

1.运动症状

静止性震颤:一般为首发症状,大多数患者都开始于一侧上肢远端部位。在静止体位时会出现或是症状加重,在发病时拇指与屈曲的食指间呈“搓丸样”动作。

肌强直:患者肢体会出现类似弯曲软铅管的状态,被称为“铅管样强直”。在有静止性震颤的患者中,可能会出现断续停顿样的震颤,被称为“齿轮样强直”。部分病情严重的患者可能出现特殊屈曲体位或姿势,甚至完全生活不能自理。

运动迟缓:在疾病早期,患者手指精细动作缓慢,在进行一些精细操作时,尤为明显。

姿态平衡障碍:在疾病中晚期时,患者会站立困难,站立后容易向后跌倒,迈步行走时以极小的步伐越走越快,不能及时止步,称为前冲步态或慌张步态。

2.非运动症状

感觉障碍:早期可能出现嗅觉减退,中晚期伴有肢体麻木、疼痛。

睡眠障碍:夜间多梦,伴大声喊叫和肢体舞动。

自主神经功能障碍:可能伴有便秘、多汗、排尿障碍、体位性低血压等。

精神障碍:约有50%的患者伴有抑郁,常伴有焦虑情绪。在疾病晚期,少部分患者还会出现认知障碍,甚至痴呆或出现幻觉。

帕金森病康复训练

1.呼吸疗法:患者可以找一个安静的房间,将灯光放暗,将身体尽可能舒服地仰卧,之后闭上眼睛,开始深而缓慢地进行呼吸。当腹部在吸气时鼓起,想象气向上到达头顶,在呼气时腹部放松,想象气从头顶顺流而下,经过背部到达脚底,让全身肌肉完全放松,如此反复练习5~15分钟。患者也可以取坐位,背靠椅

背,全身放松,将两手放于胸前做深呼吸。

2.面部疗法:皱眉动作,患者面部尽力进行皱眉表情,反复地用力展眉,每天反复进行50次,能有效锻炼面部肌肉;可以尝试鼓腮锻炼,用力将腮鼓起,之后再尽量将两腮吸入;也可以做露齿和吹箫动作,在做动作时要尽量将牙齿多露出,能让面部活动达到最大化。

3.颈部康复:患者头向后仰,双眼注视天花板约5秒钟,之后头向下,下颌尽量触及胸部;继而头面向右转并向右后看大约5秒钟,用同样的方式向左转。患者还可以头部缓缓向左右肩部侧靠,尽量用耳朵去触到肩膀,或下颌前伸保持5秒钟,然后内收5秒钟。

帕金森病患者的家庭护理

1.合理饮食:在饮食方面,要保证营养均衡,多吃一些肉类、牛奶和豆制品,但蛋白质可能会抑制左旋多巴的效果,因此,患者可以在白天低蛋白饮食,在晚上增加蛋白质的摄入量;平时要多喝水,多吃蔬菜水果,因为蔬菜水果中的膳食纤维可促进肠道蠕动,避免便秘,同时还能补充大量维生素和微量物质;尽量少饮酒和浓茶,应该完全戒烟,这些不仅会影响药物的治疗效果,还可能会诱发其他疾病。

2.坚持体育锻炼:患者应该坚持进行适度的体育锻炼,以较为舒缓的运动为主,避免参加剧烈运动,运动量也要较为适宜,不应该过于劳累,如太极拳、散步、乒乓球等舒缓的有氧运动。

运动贵在持之以恒。在运动过程中,家属要在身旁照顾,避免患者摔倒,如果患者跌倒,就要立刻检查患者是否受伤。如出现摔伤,则应马上进行处理,严重的要及时送医救治。

3.日常用药需注意:药物是控制帕金森病的关键,患者应该坚持足疗程的用药。部分患者可能会出现症状暂时消失,就认为疾病治愈,从而停药或是减少药物剂量的情况,这有可能会旧病复发。因此,患者应该遵循医嘱,按时按量地服用药物,也不可随意更换药物,以免造成用药安全事故,或是降低治疗效果。