

为什么有些人吃中成药没有效果?

中成药在日常生活中很常见,是中医药的重要组成部分。然而,有不少人吃中成药后却发现没有明显的疗效,这是为什么呢?

首先,我们需要了解中成药的特点。中成药是由多种中草药组合而成,具有多种功效。它们通常以草药粉末、浓缩丸、颗粒剂、丸剂等形式出现。

与西药不同,中成药的疗效通常需要一定的时间才能显现,因为中成药主要通过调整人体的阴阳平衡和气血运行来达到治疗的效果。因此,很多人吃中成药期望立即见效,但感觉短期内没有明显地改善。

其次,中成药的疗效受到多种因素的影响。首先是个体差异。每个人的体质和病情都不尽相同,对中成药的反应也会有所不同。有些人可能对某种中成药非常敏感,而另一些人可能对同一种药物的效果不太明显。

其次是病情的复杂性。一些疾病可能是由多种因素引起的,中成药往往需要综合调理才能达到最佳效果。此外,个人的生活习惯、饮食结构、环境等也会对中成药的疗效产生影响。

中成药用药误区一定要避免

值得注意的是,有些人对中成药有认识误区,没有合理用药也会导致服药无效,有时甚至会带来副作用,严重时甚至威胁生命安全。

1. 不辨证,随意用药。这是最常见的误区。比如感冒了,随意买清开灵或抗病毒口服液吃,不分风寒或风热感冒,以清开灵为例,该药用于风热感冒有效,用于风寒感冒则效果大打折扣。许多患者在自我诊断或听信他人

建议的情况下,未经中医师辨证,而自行购买中成药进行治疗。这种盲目使用中成药的行为往往会延误病情,甚至导致不良反应。

2. 认为中成药无副作用,长期或过量使用。一些患者长期使用中成药,甚至成为习惯性用药。中成药虽然是天然药物,但也有一定的毒副作用,而且长期使用中成药可能会导致药物耐受性增加,药效减弱,甚至出现药物依赖性。比如很多中成药含有冰片,过量或长期服用冰片可能导致胃肠道不适、中枢神经系统不适、过敏等身体危害。

3. 不合理配伍。中成药中的药物组方是经过严格科学研究和临床实践验证的,药物之间

的配伍关系是经过合理搭配的。然而,一些患者在使用中成药时,往往会将多种药物混合使用,甚至与西药一起使用,导致药物之间的相互作用不明确,增加了药物不良反应的风险。

4. 忽视不良反应。中成药虽然是天然药物。但也有一定的毒副作用。一些患者在使用中成药时,往往忽视药物的不良反应,只关注药物的疗效。这种忽视不良反应的行为可能会导致药物的不良反应加重,甚至对身体造成损害。

为了避免中成药的不合理用药现象,建议患者在使用中成药前应该先咨询专业医生,在医生指导下合理用药,不得随意增减用药剂量。此外,患者在使用

中成药时应注意观察药物的不良反应,如出现不良反应时要及时停药并咨询医生。

5. 不注意生活调理。中成药的治疗效果往往需要与生活调理相结合。一些疾病可能与不良的生活习惯、饮食结构等有关,如果不注意生活调理,中成药的疗效可能会受到影响。因此,患者在用药过程中应合理饮食,适量运动,增强自身的免疫力。

综上所述,很多人吃中成药没有效果,除了与中成药的特点、个体差异以及病情复杂性有关,还与不合理用药有关。为了正确使用中成药,我们需要避免上述误区,防止药物疗效不佳甚至导致延误病情或发生副作用而危害健康。(谊 人)

热天失眠试试五味中成药

许多人天气一热就睡不好,受季节影响比较大。中医认为,天气炎热,热邪容易扰乱心神,心神不安使人烦躁失眠、情绪不稳,经常失眠又使人疲劳感加重、反应迟钝、健忘心悸,人的情绪不稳处于恶性循环中。热天失眠与心神不安有关,可在医师的指导下适当用药调理。

1. 朱砂安神丸 如心火旺偏亢者会失眠、口舌生疮、小便

短赤,有舌尖红、苔薄黄、脉细数等表现,朱砂安神丸可以清心养血、宁心安神,以解胸中烦热、心悸不宁、失眠多梦。

2. 天王补心丸 心阴不足、心悸健忘、失眠多梦、大便干燥者可用天王补心丸,能滋阴养血,补心安神。

3. 安神补心丸 热邪伤阴耗气,对心血不足、虚火内扰所致的心悸失眠、头晕耳鸣者来说,服用安神补心丸可养心安神。

4. 百乐眠胶囊/琥珀安神丸 对入睡困难、多梦易醒、醒后不眠、头晕乏力、烦躁易怒、心悸不安、虚烦健忘的阴虚火旺型失眠,可用百乐眠胶囊滋阴清热、养心安神,或用琥珀安神丸育阴养血、补心安神。

5. 生脉饮/黄芪生脉饮 对气短乏力、容易出汗、眩晕心悸、烦躁咽干的气阴两虚型失眠者,可用生脉饮或黄芪生脉饮益气、滋阴、养心,以助睡眠。

引起失眠的原因很多,须因人、因时、因地辨证施治,在医生的指导下使用药物。(标 远)

常见的“伤肾”药物

在我们常用的药物中,有几类药物容易“伤肾”,需要提高警惕。

1. 部分中药:滥用中药是导致肾损伤的一个直接原因。尤其是很多人把中药当成“宝”来使,用来泡茶,用来煲汤以及其他药膳,这听起来似乎很不错,但事实上,这种做法常常是好心办坏事。从中医的角度来说,用药得“辨证论治”,即讲究用药时“因人而异”,每个人的体质不同,用药也有所不同。因此,全家人喝同样的中药汤,显然是不够明智的选择。中药虽好,但若用法不对,反而因利生弊。

2. 止痛药:包括非那西丁、

扑热息痛、阿司匹林、布洛芬、舒林酸等镇痛药。若用药不当常出现消化性溃疡、胃出血、血小板减少性紫癜和支气管哮喘等并发症。长期滥用镇痛药还可引起急性肾炎或肾小球坏死等肾脏疾病,严重时致肾衰竭而死亡。

3. 抗生素:(1)氨基糖苷类。如庆大霉素、卡那霉素等。这类药物使用超过10天后,肾损害的发生率会明显上升。(2)喹诺酮类,如诺氟沙星、环丙沙星、氧氟沙星等,一旦这类药物剂量过大,便会引起血尿、间质性肾炎,严重者会导致急性肾功能衰竭。目前规定未成年人禁止服

用这类药。(3)磺胺类。如复方新诺明等。服药后易产生结晶而引起梗阻性肾病,出现血尿、肾绞痛,甚至急性肾衰,特别是长期脱水及老年患者更易发生。因此,在服用这类药物时应多饮水,并服用碳酸氢钠(小苏打)片碱化尿液,减少对肾脏的损害。

4. 造影剂:常应用于一些医疗检查或治疗,由它引起的急性肾功能损害也越发常见。造影剂的高渗性可加重肾缺血,也可直接对肾脏产生毒性。此外,造影剂还是常见的过敏原,可引起全身过敏反应累及肾脏。

因此,在进行造影剂相关检查及治疗前,医生常常会评估患者肾功能是否耐受,若利大于弊,才能进行此项操作。

(梁 实)

咳嗽辨证分型论治

咳嗽是因为空气中悬浮着太多过敏物质和颗粒物,天气潮湿干燥而直接刺激呼吸道,从而诱发的反应。中医把咳嗽分为多种类型,不同的证型治疗方法有差异。

风寒型 由于外感风寒入侵体表,或是由口鼻入侵,从而伤害肺脏。其特征是痰液稀薄且颜色发白,咳嗽声重浊,同时伴有流清鼻涕、鼻塞、恶寒发热、四肢酸痛、头痛等。

治疗:疏风散寒以及宣肺止咳。取适量葱、白萝卜和生姜共同放在锅中煎煮汤饮用,能起到祛风散寒止咳的效果。

风热型 由于风热累及肺脏而造成咳嗽,表现为难以咳出痰液、痰液发黄或质地黏稠、咽干疼痛等,往往伴有口渴、流黄鼻涕、头痛和发热以及怕风等。

治疗:疏风清热以及宣肺止咳。取适量百合、雪梨、荸荠共同煎煮汤服用,能起到清肺止咳功效。

风燥型 如果气候干燥,风沙天气多,易伤及肺脏而造成咳嗽,表现为干咳、喉咙痒痒、口干和咽喉干痛,往往伴有发热、稍微怕冷和头痛等。

治疗:疏风清肺以及润燥止咳,取适量的红枣、百合、银

耳以及红糖共同熬成汤饮用,能起到养阴润肺效果。

肺肾阴虚型 此类咳嗽者往往有肺脏疾病,造成气道干涩、呼吸干燥等,从而导致咳嗽。表现为干咳且少痰、咽喉干燥、声音嘶哑,往往伴有易出汗和手脚心发热等。

治疗:滋阴润肺以及化痰止咳,取适量的黑木耳、百合以及银耳、冰糖共同煮成汤饮用,能起到补肾润肺效果。

脾肺气虚型 此类咳嗽者一般有肺脏病史,长时间患病可损伤脾胃消化吸收功能,减弱肺脏呼吸功能,表现为反复咳嗽、失眠多梦、全身乏力和气短、痰液白稀等。

治疗:益气健脾以及化痰止咳,日常可以多喝山药粥来健脾止咳。

痰热蕴肺型 该类型常见于急性支气管炎、呼吸道感染后,由于不能及时清除肺脏中内火和痰液,从而造成咳嗽。除了咳嗽外,也伴有呼吸急促、痰液多且黏稠或是黄痰、口干和胸闷等。

治疗:清热化痰以及理气止咳,不妨把适量的绿豆、薏苡仁、甘蔗水共同制作成汤饮用,能帮助止咳。

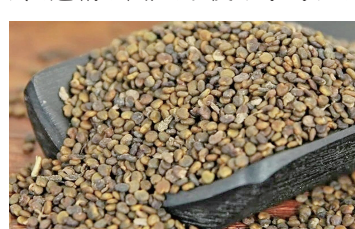
(秋 水)

沙苑子为豆科植物扁茎黄芪的干燥成熟种子。始载于《本草衍义》。别名:沙苑蒺藜、潼蒺藜、沙苑蒺藜子,夏黄草,沙蒺藜、同州白蒺藜等。

性味功效:性甘,温。归肝、肾经。

功能主治:补肾助阳,固精缩尿,养肝明目。本品为补益肝肾之要药。主治肝肾不足引起的肾虚腰疼、遗精早泄、白浊带下、小便余沥、眩晕目昏。

1. 补肾固精,用于肾虚腰疼、遗精、早泄、小便不禁等证。



常配伍山药、芡实、莲须、龙骨、牡蛎等,如金锁固精丸。

2. 养肝明目,用于肝肾不足,目暗不明,头晕眼花等证。常配伍枸杞子、菟丝子、女贞子等。

3. 本品还用于治疗脾胃虚弱、饮食不化、湿热成鼓胀者及神经衰弱。

抗癌药理:抗白血病作用。沙苑子黄酮有抑制HL-60增殖作用,在一定范围内呈剂量效应关系及时间效应关系。其作用机制可能是通过提高p53蛋白表达,诱导HL-60细胞凋亡。沙苑子黄酮能抑制K562的增殖,其机制可能与诱导细胞凋亡有关。沙苑子对癌症有一定的抑制活性。沙苑子能提高机体非特异性和特异性免疫功能,增强机体的抗癌能力。此外,本品还有降低血压、减慢心率,降低

沙苑子

心肌张力,增加脑血流量,降低脑血管阻力和血脂及降转氨酶的作用。

抗癌临床应用:临床常用配合治疗食管癌、直肠癌、膀胱癌、骨肉瘤等癌瘤中属肝肾不足者。

1. 治疗食管癌:①沙苑子、川断各115克,黄药子30~60克,蜈蚣3~5条,海藻、牡蛎各15克,砂仁6克,枇杷叶15克,熟地20克,钩藤、远志各15克,党参10克,鸡内金6克。黄药子用白酒30克浸泡1小时单煎,其他药煎2次,与黄药子煎液混合早晚服。②沙苑子、钩藤、射干、牛蒡子、红花、桃仁、大黄各10克,黄药子30克,续断、远志、附子、干

姜、肉桂、党参、生地黄、熟地黄、玄明粉(冲服)各15克。水煎服,每日1剂。

2. 治疗直肠癌:沙苑子、川断各15克,槐花5克,地榆15克,黄药子30克,藤梨根、天葵子各15~20克,青皮15克,干蛤蟆10克,急性子10~15克,斑蝥2~5个,滑石15克,独角莲15~25克,陈皮10克,半夏15克,竹茹10克,代赭石30克,生姜5片,大枣5个。水煎2次,早晚分服。

3. 治疗膀胱癌:(1)桑寄生30克,猪苓30克,沙苑子15克,山慈菇15克,白花蛇舌草30克。每日1剂,水煎,分2次温服。(2)①党参15克,黄芪、茯苓、女贞子、桑寄生、白花蛇舌草各30克。②沙苑子、山慈菇各15克,桑寄生、猪苓、白花蛇舌草各30克。水煎服,每日1剂,可交替服用。

4. 治疗骨肉瘤:沙苑子、补骨脂、牛膝、丹参、淮山、桃仁各15克,水煎服。

5. 治疗肾癌:对肾癌伴有腰疼膝软者,沙苑子常与狗脊、续断配伍运用,对改善肾癌临床症状有效。

6. 治疗前列腺癌:对前列腺癌伴有肝肾不足者,沙苑子常与山药、山萸肉、通关藤配伍应用,对控制病情进展有一定疗效。

沙苑子有补肾固精,益精明目功效,各种癌症伴有肝肾不足,腰膝酸软者均可应用。

用法用量:内服煎汤,10~20克;或入丸、散。

使用注意:相火偏旺之遗精、膀胱湿热之淋浊带下慎服。

(蒋官军)

