

武进中医医院内分泌科：“内”外平衡“泌”良方 精细管理护健康

内分泌科主要诊治内分泌与代谢性疾病，这些疾病往往起病隐匿，临床表现复杂多样，症状多变，常涉及多个系统及器官。常州市武进中医医院内分泌科始终致力于内分泌疾病诊疗及糖尿病防治等工作，中西医结合，充分发挥中医药特色优势，不断探索慢性病的管理新模式。

例一 >>

“糖”友眼睛干涩模糊 中医治疗有妙招

53岁的陆女士，患有糖尿病15年。近一个月来，她口干多饮的症状加重，伴双眼干涩、视线模糊、肢体麻木。完善相关检查，陆女士血糖控制较差，出现了糖尿病视网膜病变。糖尿病视网膜病变是糖尿病的严重并发症之一，发病隐匿，中晚期会出现视野模糊、视力下降明显、飞蚊症等，严重者可能出现失明。

内分泌科负责人黄英俊为陆

女士四诊合参，属阴虚燥热证，予降糖、营养神经、改善循环等对症治疗的同时，选用滋阴固肾、清肝明目的中药汤剂，结合中药熏眼治疗，达到滋阴明目的疗效。经过半个月的治疗，陆女士双眼不再干涩，视线模糊明显改善，口干多饮、肢体麻木的问题逐渐好转。

专家介绍，中药熏眼是中医常用的一种外治方法。作用直接、吸收较快、疗效持久，且操作简单、无创伤、价格低廉，深受广大患者好评。在糖尿病视网膜病变变早期采用中药熏眼治疗，能疏通经络，促进眼部血液循环，减轻高血糖对视网膜的病理学损害，改善眼睛干涩、视物模糊的症状，有效避免病情加重。

例二 >>

年轻小伙突然四肢瘫软 甲亢患者需警惕低钾

25岁的小李一年前查出患上甲亢，接受一段时间的药物治疗后自我感觉良好，便自行停药。夏日炎热，小李一口气喝下了一大瓶碳酸饮料。随后，他出现了恶心、呕吐、心悸胸闷，全身肢体乏力。晚上，小李浑身软绵绵的，甚至无法站立行走，家人赶忙将他送至急诊。

查体发现小李四肢无力，血

液检查提示血钾 $<2.0\text{mmol/L}$ ，严重低于正常水平，符合低钾血症。结合甲亢病史及相关检查，考虑是甲状腺功能亢进症引起的低钾型周期性麻痹。心电图提示窦性心律不齐，随时有出现心率紊乱、呼吸肌麻痹等危险，病情紧急。黄英俊组织团队开展救治，予静脉输液补钾、减慢心率、抗甲状腺等对症处理。几小时后，小李血钾逐步恢复到正常范围，四肢肌力明显恢复。5天后，小李康复出院。

专家介绍，甲亢性周期性麻痹多见于弥漫性毒性甲状腺肿，发作时常伴低钾血症，是甲亢患者常见的神经肌肉合并症。往往发病突然，主要表现为对称性的双下肢无力、站立不稳或无法站立。病情严重者肢体完全不能活动，甚至出现呼吸肌麻痹或心律失常，可能危及生命。

小李在治疗甲亢时擅自停药，病情没有得到控制，身体处于高代谢状态。又一次性饮用了大瓶碳酸饮料，造成体内的钾元素排除过多，因而诱发了低钾型周期性麻痹。专家提醒，甲亢患者要积极治疗原发病甲亢，养成良好的生活习惯，适量进食低钠高钾食品，少饮碳酸类饮料。出现肢体麻木、酸胀、多汗等症状时，及时就医。



科室介绍 >>

武进中医医院内分泌科成立于2000年，规范化诊治糖尿病及其并发症、甲状腺及甲状旁腺疾病、痛风、骨质疏松、肥胖症等常见内分泌代谢疾病，常规开展垂体、肾上腺、性腺等少见病诊治工作。

科室引进了胰岛素注射泵等专科设备，糖尿病慢性并发症筛查仪器，擅长早期胰岛素强化治疗糖尿病，中西医结合治疗糖尿病各种慢性并发症、骨质疏松、科学治疗肥胖症。科室于2015年与江苏省中西医结合医院合作成立了多专业一体化甲状腺疾病诊疗技术合作中心，在甲状腺疾病的诊疗水

平达国内先进水平，常规开展甲状腺细针穿刺、甲状腺局部免疫治疗、甲状腺囊液抽吸、甲状腺肿瘤基因检测等诊疗技术。

科室注重发挥中医药优势，通过传统的中药汤剂内服，中药散剂以及开展的中药熏洗、耳穴埋籽、中药贴敷等特殊外治手段，针对糖尿病以及糖尿病各种并发症等具有良好的疗效，在消渴、消渴痹症、瘰疬等优势病种的中西医结合治疗上取得了丰富的治疗经验。



扫码关注
武进中医医院
微信公众号

名中医下基层 惠群众传薪火

“现在真是方便，看中医专家，不用跑那么远，在镇上就可以看了！”洛阳镇居民王大妈的一声赞叹，道出了来武进第六人民医院薛红良专家门诊就诊居民的心声。

“看病难、看病贵”一直是百姓就医的一个难点问题，近年来，武进第六人民医院特邀市名中医、武进中医医院主任中医师薛红良下基层，让洛阳镇的患者在家门口就能看专家门诊，享受到优质高端的诊疗服务，解决患者“看专家难”问题。

早上8时，武进第六人民医院中医馆专家门诊门口排起了长队，患者络绎不绝。记者在采访中了解到，很多患者是得知当天有市名中医来坐诊后专程过来看病的。在接诊中，薛红良一直耐心询问患者病情，对其进行细致检查，并根据患者病情和需求，制定个性化诊疗方案，反复叮嘱患者注意事项，帮助他们更好康复。“看诊就是一个‘破案’的过程，患者症状是线索，医生要将病因病机相结合，辨证论治，贴合患者特点加减方药，才能快速解决患者困苦。”薛



红良说。

“我父亲脚有点水肿，平时走路很困难，之前做过检查，看过西医但是疗效不明显。”施浩炳的儿子是武进第六人民医院的医生，知道薛主任前来看诊，便提前来到医院挂号，就诊时一边和薛主任交流父亲的病因，一边学习中医知识。“父亲已经在这里看了半年，脚也很多，走路稳健多了，而我也从薛主任那里学到了很多。”

市名中医坐诊让患者受益的同时，也推动了基层医院的中医队伍建设。每次出诊，薛红良都会对武进第六人民医院医护人员现场教学指导，并在

门诊结束时分析总结当日出诊病例，强化基层医生对此类疾病的认识，传授疾病诊疗思路及方法，引导他们完善中医诊疗思路，提高诊疗水平。

“授人以鱼不如授人以渔。我希望他们能够读经典、跟名师、做临床，形成自己的诊疗模式，让中医在代际相传中不断丰富发展。”薛红良说，“如今我不在时也有很多居民愿意来找我的‘徒弟’看病了。”

“我们医院和武进中医医院组成了医疗联合体，在薛主任等专家的帮扶下，我们成功创成了五级中医馆。”武进第六人民医院副院长李根玉表示，通过专家下沉，让居民享

受到三甲医院的优质服务，既方便快捷又保证了医疗服务的高质量。

事实上总被当地居民称为“大专家”的薛红良，却经常说自己在基层帮扶中也是收获良多：“我很高兴看到这里的患者对中医更信任，当地医生的诊疗水平也有所提高。能够用自身诊疗经验为百姓带来健康，我感到很满足。”

薛红良期待，基层中医馆在满足群众中医药诊疗需求的同时，能真正成为中医养生保健和健康生活方式的宣传站、体验馆，真正做到打通“最后一公里”，服务群众“零距离”。（何新雨）

焦虑到失眠 试试三方法

焦虑是很多人不得不面对的一种不良情绪，这种无形的压力可能使人感到担忧、烦躁，甚至出现睡眠障碍。长期失眠还会反作用于情绪，使焦虑状态加重。想要打破这个恶性循环，可尝试以下几种方法。

肌肉放松法。尝试穿着宽松平躺在床上，进行深长的腹式呼吸，想象自己正躺在微风徐徐的海滩上，天空湛蓝。研究表明肌肉的放松可以带动大脑皮层放松，有助于快速入睡。

睡眠日记法。在准备睡觉之前，将担心及对于这些担心所设想的结果写在日记里，把纷乱的思维以逻辑的文字呈现出来，一切就会变得更有条理，心理的焦虑也会随之减轻。

按摩神藏穴。中医认为“心藏神”，神藏穴邻近心脏，是心神所藏之所。该穴位于胸部，第二肋间隙，前正中线左右旁开两寸处即是。采用按揉方法，大拇指指腹按在神藏穴的位置，然后以穴位为中心，保持一定力量进行旋转按揉，力度以有酸胀、发热感为宜，每次按揉5~10分钟即可。

（中国中医药报）