

# 这些中成药 你吃对了吗?

## 案二:喝了藿香正气水,照样拉肚子

自小,小芳的肠胃就不太好,容易拉肚子,妈妈每次总会拿出一瓶气味浓烈、深棕色的药水给她喝,尽管非常难喝,小芳还是会硬着头皮喝下去,不一会儿,原本隐隐作痛的肠胃瞬间就会感觉舒服了许多……此后,只要一腹泻,小芳就用藿香正气水来解决,每次总能药到病除。可是,前不久的一次腹泻,这“灵丹”似乎没什么效果……来到医院后,医生告诉她,她这次患的是细菌性肠炎,单服用藿香正

水是没用的。

**点评:**藿香正气水由藿香、苍术、陈皮、厚朴、白芷、茯苓、大腹皮、半夏、甘草等中药组成,具有散寒化湿、和中祛暑的作用,是治疗脘腹胀痛、呕吐腹泻、胃肠型感冒的常用中成药,对夏季因生冷食物吃多了造成的腹泻,以及头痛、发热无汗、胸闷恶心等阴暑症状时很管用。但是,对于小芳这种细菌性肠炎,藿香正气水就无能为力了。

## 案三:六味地黄丸≠补肾万能药

44岁的黄先生经常感到腰膝酸软、怕冷,自认为是肾虚,听说六味地黄丸专治肾虚,黄先生连吃了3个月,但是怕冷的症状不仅没有得到改善,还出现了胃胀、食欲差等不适。黄先生特地去找了位中医专家,本想好好调理下自己的肠胃,可没想到医生要他立刻停掉六味地黄丸,黄先生感到很疑惑。医生告诉他:“你这是肾阳虚,吃六味地黄丸只会雪上加霜。”

**点评:**肾虚分为肾阳虚和肾阴虚两种,肾阳虚主要表现为腰膝酸软、畏寒怕冷、四肢发凉、小便清长等,而肾阴虚主要表现为腰膝酸痛、头晕耳鸣、失眠多梦、五心烦热、潮热盗汗、遗精早泄、咽干颧红等。从黄先生的症状来看,属于肾阳虚,而六味地黄丸只适合肾阴亏虚的人,像黄先生这样辨错了证,吃错了药,好比本来体内只有一点点火了,还浇了一盆冷水,无异于雪上加霜。

## 案四:老吃左金丸,胃寒了

张阿姨很容易上火,经常会各种上火症状困扰,在她家的药箱里,有各种祛火药,其中最多的就是左金丸。每次只要稍有上火症状,她都会吃上一些左金丸,每次都有不错的疗效。慢慢地,张阿姨即使没有上火症状,也会经常服用一些来预防。可是最近,张阿姨经常感到胃部饱胀、隐隐作痛,她去了趟医院,医生说,她这是胃寒,罪魁祸首就是她视为降火神药的左金丸。

**点评:**左金丸的主要成分是黄连,黄连为大苦大寒之品,有清热燥湿、泻火解毒之功效,长期服用最易伤人阳气,损伤脾胃。虽然该药里面少佐了辛热之药吴茱萸,能制约大量黄连的苦寒伤胃之性,但是长期吃,还是会造成胃寒,出现胃部胀满、疼痛等不适。因此,如果有上火症状需要服用左金丸等降火药时,症状一有缓解,应马上停药,切不可长期连续服用。

吕斌

相关链接

## 脱肛临床分期

根据脱肛程度,临床一般分为3期。

**I期:**排便或增加腹压时,直肠粘膜脱出肛门外,便后能自行回纳,脱垂长度一般不超过2厘米。

**II期:**排便时直肠长期反复脱出,使直肠粘膜充血、水肿、溃疡、糜烂,因而常有带血及粘液的分泌物流出肛门。此期直肠全层脱垂,需用手方可回纳,脱垂长度在4厘米左右。

**III期:**不仅在排便时直肠脱出,而且在咳嗽、喷嚏、排气,行走或久站、久坐时,直肠都会脱出肛门外,无法自行回纳,脱垂长度在6厘米以上。

## 脱肛外治四法

脱肛,又名直肠脱垂,临床主要表现为排用力时直肠脱出肛外,部分患者还伴有粘液血便、便秘、肛门部位坠胀等症状。本病中医也称“脱肛”,升阳益气为第一大治法,临床研究发现,以下方法对治疗该病有较好的辅助作用,供参考。

**方一** 云南白药8克,五倍子、煅牡蛎、煅龙骨各12克,枳实3克,共研细末。先以3%温盐水坐浴,再外涂石蜡油,然后取药粉均匀地外扑直肠粘膜面,手法复位后卧床休息1小时,一般连续使用3-5次可治愈。

**方二** 取鱼腥草60克,野菊花

根50克,赤石脂、伏龙肝各40克,水煎取汁,放入浴盆中,候温坐浴,每日2-3次,连续5-7天。直肠还纳后勿过度劳累,能够稳定疗效。

**方三** 五倍子、龙骨各等份,研为细末备用。每次排便后,先用1%白矾水洗净肛门,涂以香油,而后在消毒纱布上撒上上述药末,将脱出的直肠缓缓送入肛门,并卧床休息30分钟,连续7-10天。

**方四** 石榴皮50克,苦参60克,五倍子40克,明矾、石菖蒲各20克。将上药加水煎汁坐浴,每日1剂,每日2次,连续7-10天。

湖北远安县中医院 胡献国

长沙市按摩骨科医院  
CHANGSHA MASSAGE ORTHOPEDIC HOSPITAL  
地址:长沙市人民中路348号  
咨询电话:0731-83580580  
网址:www.csamgkyy.com



## 治湿疹验方

吴茱萸30克,海螵蛸24克,硫磺9克,冰片3克,共研末过筛,装于干净瓶中备用。湿疹严重流水者,取药粉撒于患处;未流水者,则用香油将药末调成糊状敷于患处。每天换药2次,一般连用3-6天可愈。

山东莱州市慢性病防治院  
郭旭光 献方

## 治输卵管不通方

败酱草、鸡血藤、蒲公英各30克,土茯苓、香附各15克,炮山甲、川楝子、王不留行、车前子、郁金各12克。水煎服,每日1剂,分2次服。

月经期长、淋漓不尽者,加熟大黄6克;月经量少、色淡者,加党参、当归各15克,白术12克。

河北省河间市人民医院  
狄俊虹 献方

## 友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

## 便秘自我按摩疗法

便秘是消化系统常见病,表现为大便秘结不易解出,排便时间延长,3日以上不通便者。除了饮食及药物治疗外,其实按摩也可以很好调理胃肠功能,治疗便秘,且方法简单,实用性强。

1、双手掌根沿任脉(腹前正中)、胃经和脾经向下平推腹部。

2、双手掌以神阙穴(肚脐眼)为中心,顺时针方向揉腹部。

3、用2指或4指按揉中脘穴(脐上4寸)、关元穴(脐下3寸)、天枢穴(脐中旁开2寸)、大横穴(脐中旁开4寸)。

4、抓起肚皮并抖动几次,然后小腹鼓起,再快速拍打整个腹部,使有痛热感,再全掌摩腹30次。

用按摩缓解便秘的同时辅以下方法,效果更显著。如饭后半个小时散步,或平卧位,做做双脚空中蹬踏动作;也可用食疗的方法,如①番泻叶每次6克,泡水当茶饮;②每天清晨起床后空腹喝一杯(300-500毫升)蜂蜜水;③梅子汁、杏汁、柠檬汁、橘子汁等都具有刺激肠蠕动的作用,经常饮用可以达到预防和治疗便秘的作用。

长沙市按摩骨科医院 刘峰