



奋斗 医者

望闻问切 视触叩听 缺一不可

——访骨伤科专家周长征教授

周长征教授，湖南中医药大学第一附属医院脊柱二科主任，从事骨伤临床工作33年。30多年的医者生涯，浸淫骨伤医学领域，他在骨、关节损伤与疾病，尤其在脊柱损伤与疾病、脊柱微创外科的中西医诊断和治疗方面，见解独到，经验丰富。

笃学尚思，明辨尚行

周长征教授常说：“医学和其他科学一样，日新月异，学习稍有懈怠就会掉队，连微生物都在不断地进化，我们的知识怎么能不更新”。1985年毕业于湖南中医学院后，周教授曾先后到第二军医大学长征医院、湖南省中医药跨世纪人才培养班、第三军医大学新桥医院、美国加州脊柱医疗中心学习，不断为自己“充电”，以跟上专业发展步伐。

江西63岁的李爹爹，因双下肢乏力、行走不稳4个月，辗转江西省多家医院，做了无数检查，仍病情未明，后在友人的介绍下找到了周主任。经过询问病史、详细的体格检查，周主任发现李爹爹的问题很可能出在颈椎，再完善相关检查后，确定是颈椎脊髓神经受压所致。立即为李爹爹进行了手术，术后症状缓解。

周长征教授认为，详实的病史采集、认真的体格检查、缜密的思维分析是一个临床医生应该具备的基本素质。他常说：“任何高端的仪器检测都不能替代医生的体格检查，中医的‘望闻问切’，西医的‘视触叩听’，缺一不可，任何一个

有疑问的症状、体征都要认真分析、求证。”

中西并举，妙手仁心

50岁的胡先生因颈部及左上肢反复疼痛伴头晕两年，核磁共振检查后诊断为混合型颈椎病，但辗转多家医院，经过牵引理疗、中西药物治疗，症状都没有明显缓解，医生都建议他手术治疗。

周教授仔细诊查、阅片后，认为胡先生并没有脊髓损害症状和体征，劝说他暂时不要手术治疗，认为非手术治疗也可以解决病痛。周教授查阅中西医学文献，结合自己临床经验，对患者病症辨证分析，施以活气血、通督脉、升清阳、降浊阴之汤药，配合针灸理疗。胡某服汤药7剂后疼痛减轻减，再服7剂，颈臂疼痛及头晕症状消除，后来又再服汤药10剂巩固，至今已三年未复发。

周长征教授几十年的临床生涯中经常会遇到各种疑难杂症，患者都是做了无数检查，却查不出病症所在。周教授认为，中医是伟大宝库，面对疑难杂症，医生一定要仔细诊查，洞悉玄机，另辟蹊径，通过四诊合参，辨病辨证论治，中西并举，往往可获良效。

仁爱之术，止于至善

一位良医，在医术上要精益求精，医德品质常显露于与患者沟通的耐心、细心。周长征教授常说，我们不仅仅只是患者的医生，更是他们亲密的家人和朋友。

45岁的王先生在外打工时因不慎从高处坠落致腰椎骨折伴双下肢不全瘫，治疗过程中又因长期卧床出现了褥疮，臀部及骶尾部反复溃烂，久治不愈，气味难闻，患者痛苦不堪，甚至出现了抑郁等情绪。周教授仔细检查后，为王先生制定了一系列治疗方案，但王先生都拒绝配合，使治疗停滞不前。周教授深知，医病更要医心。他每天亲自给患者换药，每次半个小时，换药时还和患者交流谈心，慢慢地，王先生的心态慢慢平稳，眉头渐渐舒展。20多天后，伤口逐渐愈合，双下肢肌力也开始恢复，治疗始见成效。

“德不近佛者不可为医，术不近仙者不可为医”，周长征教授经常这样提醒自己，医学领域，学无止境，唯有不断探索学习实践，才能扛负医者的责任。

脊柱二科 李洪辉

清热除烦用石膏

石膏始载于《神农本草经》，应用历史悠久，其饮片有生、熟之别。生石膏是清热药之一，单用有清热泻火、除烦止渴等功效，适用于外感热病、高热烦渴、肺热咳嗽、胃火牙痛等实热证。与它药合用，还可治疗流行性感、乙型脑炎、肺炎、中暑等。

外感实热 轻症用30克左右，若实热炽盛，可用120~240克，单用或与它药同用。必煎汤三、四茶杯，分四、五次徐徐温饮下。热退不必尽剂。

暑热烦渴 若大渴引饮而渴不止者，取生石膏末20~30克，内服，烦渴顿止；若湿温多汗，妄言烦渴者，取生石膏、甘草等分为末，每服6克，米浆水调服。

温病、感冒初起 生石膏60克，粳米75克，用水三大碗，煎至米烂熟，得滤液约两大碗，乘热尽量饮之，使周身皆汗出，病无不愈者。

热病烦渴 生石膏50克，知母18克，炙甘草6克，粳米9克，水煎至米熟，去渣，温服一升，日三服。能清热泻火，除烦止渴。

肺热喘咳 生石膏25克，麻黄、杏仁各9克，炙甘草6克，水煎，温服一升，能宣肺泄热平喘。

胃火头痛、牙痛 若为胃阴不足、胃火炽盛而致的牙痛、头痛、烦热口渴等症，可用生石膏15~30克，熟地黄9~30克，麦冬6克，知母、牛膝各5克，水煎服；若为胃火上炎所致的头痛、牙龈肿痛，可取生石膏15~30克，白芷10克，细辛3克，水煎服。

生石膏不但适用于实热证，如运用得当，还可以退虚热。如骨蒸唇干口渴，欲得饮水止渴者，可用生石膏18克，大乌梅20个，水煎服。

药剂科主任药师 张志国

宝宝不爱吃饭怎么办？

随着人们生活水平的提高，儿童多食肥甘厚味，但小儿脾胃不足，常易引起脾胃功能受损。怎样才能让宝宝的胃口大开呢？中医认为：“脾健贵在运，不在补”。因此，厌食的治疗，当以运脾开胃为基本法则，而不是一味地用一些补脾益气的药物。



谢医生微课

一、中药汤剂

1. 脾失健运 食欲不振，食量减少，精神、形体如常，无其它伴随症状。治疗以不换金正气散为主方（厚朴、藿香、半夏、苍术、陈皮、焦山楂、神曲、麦芽、甘草）。

2. 脾胃气虚 不思饮食，食量减少，食而不化，大便溏薄夹有不消化食物，面色少华，形体偏瘦，容易疲倦。治疗以异功散为主方（党参、白术、茯苓、陈皮、甘草），加用健脾利湿之砂仁、扁豆，以及消食运脾之焦三仙（焦麦芽、焦神曲、焦山楂）。

3. 脾胃阴虚 食少饮多，大便秘结，皮肤干燥，治疗以养胃增液汤为主方（石斛、麦冬、乌梅、沙参、玉竹、白芍、甘草）。

二、刺四缝

俗称挑疳积。令患儿伸手，

仰掌，取“四缝穴”（第2~5指掌面，第1、2节横纹中央），皮肤局部消毒后，用三棱针点刺穴位，深0.5毫米，刺后用手挤出少许淡黄色或透明粘液，或者少许血液即可，然后用消毒干棉球拭干，按压片刻即可。每周治疗一次。

三、推拿

因为小儿推拿对辨证和手法有要求，需专业人员进行操作，所以建议家长带孩子到专业的推拿科进行。

四、药膳食疗

1. 蜜饯山楂

制作方法：生山楂500克，蜂蜜250克。将山楂去柄、核，洗净后入锅中，加水煮沸，待水干时加入蜂蜜，改用小火煎煮5~10分钟，离火晾凉即可。饭前或饭后嚼食3~5枚，适用于脾失健运证。

2. 八珍糕

制作方法：党参、茯苓、白术、白扁豆、莲子肉、薏苡仁、生山药、芡实各60克，白米面、江米面各3000克，白砂糖2400克。将诸药烘干研细为末，过筛；白米面、江米面混匀，将药粉与白砂糖和水拌匀，压制成糕状，上蒸笼蒸熟，干燥即成。不拘时食用。适用于脾胃气虚证。

3. 太子参石斛炖鸡汤

制作方法：太子参、石斛、山药各10克，鸡半只，生姜3片。将鸡洗净后斩块，焯水捞起，太子参和石斛用清水稍冲洗。将水倒入炖锅中，煮沸后放入所有食材，加盖炖煮2小时至鸡肉烂熟，加食盐适量调味，饮汤食肉。适用于脾胃阴虚证。

儿科副主任医师 谢静