

湿热瘀血

狼疮性肾炎的“病根”

系统性红斑狼疮性肾炎简称狼疮性肾炎，是一种包括肾脏在内的多个脏器受累的炎症性自身免疫性疾病，是我国较常见的继发性肾炎。中医认为狼疮性肾炎的形成有内外两方面因素，证候复杂，病程迁延，具有临床和病理类型的多样性，临证治疗必须遵循个体化原则。

狼疮性肾炎的发病涉及多因素、多方面，详细机制至今不十分明确。中医专家认为，肾虚是狼疮性肾炎发病之基础，血分热毒则是其重要致病诱因。本病急性活动期多见发热、面部红斑、皮疹、尿短赤、口渴、舌红等热毒炽盛之象，故热毒之邪是导致本病发生的重要诱因，此热毒有外感与内生之分，如风、湿、燥、火之邪，病毒、紫外线等环境因素即属外感之热毒。饮食劳倦、情志不畅则可内生热毒，如恣食发物，或服药不当，阴阳气血紊乱，可

蕴生热毒；五志过极，郁而化火，或思虑过度，阴血暗耗，可致肝肾阴亏、火盛血热。此外，湿热瘀血是狼疮性肾炎进展的主要病理因素，瘀血贯穿病程始终。湿热可致血瘀，瘀血又致湿热之邪愈加猖獗，二者互为因果，相互促进。

对于狼疮性肾炎的中医药治疗，首先，强调辨识其常见证型，进而辨证施治。如热毒炽盛型多见于狼疮性肾炎的活动期（急性期），当处以清气凉血解毒之药，伍以透热凉营之品，以达气营两清，迅速截断病势。临床常用清瘟败毒饮、清营汤加减，以求清气、凉营、解毒于一体。药用生石膏、生地、丹皮、赤芍、玄参、连翘、黄芩、知母、山栀、紫草、生地榆、茜草等。阴虚内热型多见于亚急性期或轻度活动期，当治以凉血解毒、滋阴降火，方用知柏地黄汤合青蒿鳖甲汤加减。药用生

地、山茱萸、知母、黄柏、青蒿、鳖甲、丹参、赤芍、红花、金银花、紫草、大黄、地骨皮、龟板等。气阴两虚型多见于缓解期，治疗宜重视扶正、补肾培元，兼以祛邪。治以益气养阴、清热活血之法，方选参芪地黄汤加减。药用生地、山药、山茱萸、泽泻、党参、生黄芪、玉竹、麦冬等。

其次，对于狼疮性肾炎的防治，不但需要药物治疗，尚应控制诱因，澄源疏浚。“澄源”，即尽可能避免外界因素刺激，如忌毒物接触、忌过度劳累、忌情绪大起大落、忌虾蟹、辛辣等食物及避免过度日光照射；若为感染诱发者，当积极清除感染灶。“疏浚”，乃强调给邪以出路，反对截流，忌过早固涩，以免闭门留寇，犯“虚虚实实”之弊。全国老中医药专家学术经验继承工作指导教师、天津市名中医 曹式丽



针灸配合科学饮食运动 减肥效果事半功倍

29岁的小华生完二胎半年来，体重“节节攀升”。眼看夏天就要到了，小华因担心穿衣服不美，很是着急，尝试了控制饮食结合运动的方法来减肥，可最终因不能坚持而收效甚微。小华来到医院咨询，在医生建议下开始了中医针灸减肥治疗。不到两个月时间，小华就感觉腰部不像刚生完宝宝后那样松松垮垮，体重也减轻了近5千克。

50岁的于阿姨体重70千克，长期肠胃功能不好，大便不成形，且处于更年期阶段，常感心烦易怒、易失眠。在专业医生指导下连续针灸一个疗程后，于阿姨体重降至66千克，肠胃功能以及心烦、失眠症状改善很多。

减肥时，如果发现脂肪对身体“恋恋不舍”效果不好时，可试试针灸减肥。针灸减肥的机理主要是通过刺激穴位、经络，达到调整人体各种代谢功能和内分泌功能，从而促进脂肪分解，达到减肥降脂的效果。对穴位的刺激，一是能够抑制肥胖患者亢进的食欲，减少进食量，二是可以促进患者能量的代谢，增加能量消耗，促进体脂分解，最终实现其减肥目的。

针灸减肥治疗，也需要配合饮食控制和适量的运动，效果才会事半功倍。而且，进行针灸减肥治疗，专业性要求非常高，想减肥瘦身的的朋友一定要到正规医院，找专业的针灸医师进行治疗。

湘西自治州民族中医院推拿科主任医师 王鹏

粘滞性便秘 补法胜于泻下

对于大便粘滞难解、排出困难这类便秘可称为粘滞性便秘，这种便秘有两个特点，一是“粘”，二是“滞”。“粘”表现为粪质黏稠；“滞”表现为排出不畅，有残便感。

便秘常用大黄、芒硝等泻下药或祛湿药进行治疗，虽服药期间大便易解一些，但患者的黏稠便不能改善，停药后排便困难依然存在。

粘滞性便秘是机体功能衰退在肠道的表现，多发生于老年、体弱、大病后、素体湿热盛或痰湿重的人，多在身体虚弱时发生。为此，在治疗这类便秘时，需针对虚损情况进行调整，用补的方法帮助机体功能恢复正常。

治疗可用黄芪人参汤为主方加减。基本方药为：黄芪20克，升麻6克，党参12克，陈皮6克，苍术、白术各10克，黄柏6克，神曲8克，当归10克，炙甘草3克，生苡仁10克，熟地10克，乌贼骨15克，制厚朴2克，炒防风5克。若胸闷，加青皮2克；若肛门坠胀，加炒木香6克；若腹痛，不恶寒，加白芍6-8克；失眠者，加连翘5克。该方的主要作用是补益气血，健脾助运。上述药浸泡半小时后煎煮半小时，取汁200毫升左右，煎煮两次，合而为一，再分成两份，饭后半小时服下。

江苏省中医院主任中医师 史仁杰

同是“螺蛳” 功效各异

在中药中，常有一些名称相似而功效相异的药物，如北豆根与山豆根，白豆蔻、草豆蔻与肉豆蔻，半边莲与半枝莲，桑螺蛳与海螺蛳，石菖蒲与水菖蒲等。我们来了解桑螺蛳与海螺蛳。

螺蛳，都有虫字旁，但不都是虫子。桑螺蛳对于大众可能是一个陌生的名字，它是由螳螂（亦称刀螂）中的雌螳螂将卵产在树枝表面，形成一个卵鞘，也就是螺蛳。因多产于桑树的树枝上，故称桑螺蛳。每个雌螳螂可产4~5个卵鞘，每1个卵鞘内有卵20~40个。

桑螺蛳是一味常用的中药，味甘、咸，性平，归肝、肾经，具有固精缩尿、补肾助阳的功效，可用于遗精滑精、遗尿尿频、白浊带下、肾虚阳痿等治疗。

海螺蛳可不是来源于虫子，它来源于海里的一种软体动物，这种动物是我们餐桌上的美味，它就是乌贼。乌贼又称墨鱼，它的体内有一块船形的石灰质的内壳，这个内壳在中药里就称为海螺蛳，俗称乌贼骨。



桑螺蛳



海螺蛳

海螺蛳也是一味常用的中药，味咸、涩，性微温，归肝、肾经，具有固精止带、收敛止血、制酸止痛、收湿敛疮的功效，可用于遗精带下、崩漏、吐血、便血及外伤出血、胃痛吐酸、湿疮湿疹、溃瘍不敛等的治疗。

桑螺蛳与海螺蛳均有固精止遗的作用，均可用于治疗肾虚所致的遗精、滑精等证，但各有所长，桑螺蛳固涩之中能补肾助阳，海螺蛳固涩力较强，临床使用时需区别对待。

西安市中医医院 杨康



治咽干口臭验方

枇杷叶10克，南杏仁15克，松子仁、核桃肉各50克，蜂蜜适量。上药加水，煎煮20分钟，去渣，滤取药液，药液候温，调入蜂蜜搅匀即可饮服。分3次服用，每日1剂，连服3~5剂。对咽干口腔异味有良效。

治老年气虚便秘方

蜜炙黄芪20克，生火麻仁10克，蜂蜜15克。先将生火麻仁打碎，与黄芪一同入锅，加适量清水煎煮半小时，滤取药液，温热时调入蜂蜜，搅拌均匀。每日清晨空腹温服1次，连服5~7剂。对于中老年人腹胀、大便秘结有一定疗效。

治骨折延迟愈合方

丹参、桑寄生各12克，川芎、当归、熟地、牛膝、肉苁蓉、骨碎补、威灵仙各10克，血竭、白术、续断、鹿角胶、自然铜、土鳖虫各6克。水煎，分3次服，每日1剂，7剂1疗程。对韧带、骨折受伤三月后仍未完全康复者有促进愈合作用。

四川 胡佑志 献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用