

辨证准确 才能药到咳止

冬天是呼吸道疾病高发的季节,尤其是孩子易感染引发咳嗽,有时还久咳不愈,家长揪心不知如何应对。中医治疗咳嗽有自己的特色,疗效也较好。

“有声无痰谓之咳,有痰无声谓之嗽”,统称咳嗽。中医将咳嗽分为外感(风热、风寒、风燥)咳嗽、内伤(痰湿蕴肺、痰热郁肺、肝火犯肺、肺阴亏耗)咳嗽等几种类型。止咳药也有寒、热、温、凉之分,中医讲究辨证论治,对症下药,才能药到病除。

外感咳嗽,分清风热、风寒还是风燥

1. 风寒咳嗽 主要表现为头痛鼻塞、流清涕,初起咳嗽咽痒,吐白色稀薄痰,舌质淡红,舌苔薄白。治疗应该辛温散寒,止咳化痰。可服用儿童清肺口服液、消咳喘、解肌宁嗽丸、半夏露、通宣理肺丸等。也可喝点生姜红糖大蒜水:在生姜红糖水里加2~3瓣大蒜一起煮,小火煮10分钟,把大蒜的辣味煮掉,有祛风、散寒、止咳的功效。

2. 风热咳嗽 主要表现为咳嗽,痰稠色黄不易咳出,胸闷气促,咽喉疼痛,发热微恶寒;治宜疏风清肺,可选用川贝清肺糖浆(露)、二母宁嗽丸、枇杷露、蛇胆川贝液或羚羊清肺丸。也可喝点白萝卜水:白萝卜洗净,切下5~6片,放入锅内,加大半碗水,大火烧开后再用小火煮5分钟,晾温后给孩子喂服,有顺气化痰、消食健脾、清热生津的作用。

痰、消食健脾、清热生津的作用。

3. 燥热咳嗽 表现为干咳无痰或痰少而粘不易咳出,口干咽燥,治宜滋阴润肺、化痰止咳,可选用养阴清肺膏、百合固金丸、秋梨润肺膏等。

内伤咳嗽,多因饮食不节制

对学龄前孩子来说,由于脏腑稚嫩,如果饮食不节制,影响了各脏腑的功能,尤其是脾胃失调,最终伤及肺脏,就会引起内伤咳嗽,具体来说有以下三型。

1. 痰热咳嗽 主要表现为咳嗽痰稠量多不易咳出,口渴面红,烦躁,大便秘结,小便短少,舌红苔黄腻。治宜清肺化痰,可选用鲜竹沥、橘红片、川贝止咳露、止咳定喘口服液或竹沥化痰丸等。

2. 肺虚咳嗽 表现为咳嗽无力,痰稀色白易咳,气短胸闷。治宜补肺化痰止咳,可选用人参保肺丸、玉屏风散等。

3. 痰湿咳嗽 表现为咳嗽伴有喘、胸闷、痰多清稀,舌质淡红,舌苔白腻。治疗宜宣肃肺气,燥湿化痰。可服用杏苏饮、复方鲜竹沥口服液等。

止咳不是目的,关键是化痰

许多家长都会遇到这种情况,孩子咳嗽不重,但一咳就是几个星期。这是因为没有用药帮他尽快把分泌物排出来,而咳嗽又使黏膜再次受到刺激,分泌新的分泌物,导致咳嗽反复。所以,治疗咳嗽主要是化痰,让分泌物变得稀一些,容易被排出,不给细菌繁殖机会。

如果发现孩子喉咙里有痰排不出去,家长要帮助孩子排痰。下面推荐两种排痰的方法:

一是拍背法:在孩子咳嗽的间隙,让他侧卧,用手轻拍他的背部,这能促使孩子喉咙里的痰松动,利于排出。

二是蒸气法:将沸水倒入一个大茶杯中,抱起孩子,使其口鼻对着升起的水蒸气呼吸,这可使其喉咙里的痰液变稀,利于咳出。

山东莱阳中心医院 宋丽华

长沙市中医院
(长沙市第八医院)

星沙本部:0731-85259000
南门口南院:0731-85123831
火车站东院:0731-82637257
网址: http://www.csszyy.com/

冬季进补 药食皆可

俗话说“三九补一冬,来年无病痛”“冬令进补,开春打虎”,说明冬令进补的重要性和必要性。

进补推崇冬季,是因为此时人体食欲旺盛,进食量较多,更能吸收营养精华,贮藏于体内,有助于体质的增强。进补可以选择食补,亦可选择药补,药补首推膏方。我院几位著名老中医根据多年的临床经验研制出了多款冬令膏方,如温阳培补膏、滋阴润燥膏、三仙滋补膏、参灵扶正膏、补肺膏、养颜调经膏、糖尿病调理膏、脑梗塞膏、慢性咽炎膏等。然后根据各人的具体症状、性别、年龄、既往病史以及季节、气候、生活习惯、工作环境、精神状态等综合因素运用中医八纲辨证、脏腑辨证、五行学说来进行辨证分析,在经验膏方上进行加减,开出“量体裁衣”的药方。起到滋补强身、抗衰老延年、治病纠偏的独特功效。

对于饮食进补,应当遵循“保阴潜阳”“无扰乎阳”的原则,在食物的选择上,既不宜过于生冷,也不宜过于燥热。应选择温补而不燥,滋润而不寒的食物。如谷类、羊肉、鳖、龟、木耳、红枣、胡萝卜、油菜、豆芽等都是适宜之品。

具体来说要注意以下几点:1.食宜温热:多食温热之品,以助阳防寒,如狗肉、羊肉、鹿肉、葱、姜、核桃、板栗等品,助养阳气,阳气固而阴精得于敛藏。2.早餐食粥:粥类之品性平补中,滋养阴津,于寒冷之早晨服热粥则畅旺中州,化生气血,促进脾胃的运化,从而达到充实肾中阴精的作用。3.少咸增苦:冬季肾脏的养生重在“坚”。苦味之品具“坚”的特性,可以使阴精固秘于内而不得外泄,从而使阴精充足。

长沙市第八医院药剂科主任药师 邓曼静



千家药方

葱头姜汁治关节冷痛

取葱头500克、生姜500克,二药共捣烂绞汁,用上等醋烧滚开后,将葱、姜汁放入,再熬成膏样,摊厚布上,敷于关节冷痛处。一剂药可连续敷用3~5天。使用2~3剂病可显效或愈。本方有祛寒湿、通血脉、止痛之功。

萝卜籽煮粥治哮喘

取莱菔子(俗称萝卜籽,中药店有售)20克、大米50克,加水煎煮莱菔子后滤汁100毫升,倒入淘净的大米,再添水500~700毫升煮为稀粥即成。该方具有下气定喘、健脾消食之功效,可用作哮喘的辅助治疗,特别是痰多气急、食欲不振、腹胀不适的患者。每日分2次,空腹温热服用。

四川 胡佑志 献方

治糖尿病合并失眠方

栀子、淡豆豉、酸枣仁、麦冬各10克。加水1000毫升,浸泡30分钟,急火煎沸即可,然后代茶饮。服药期间停用其他镇静药物,忌辛辣食物、浓茶。每日1剂,连服7天为1个疗程。

山东莱州市慢性病防治院 郭旭光 献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用

认识中医中的“引经药”

某公司文员钱女士因胃病在一家中医院内科住院治疗,一天上午查房时,她听主管医生对身边的实习生说要给她用一些“引经”的中药。她不明白,也很惊愕:自己的月经量基本正常,并非月经少或不来月经,医生为什么要给她用“引经药”呢?该不会是用错药了吧?

钱女士的疑惑并非“瞎猜想”,然而,却实实在在在理解错了。医生说的“引经药”不是她认为的那种引、催月经的中草药如桃仁、红花、当归、丹参、川芎、三七、麝香等,而是指某些药物能带引其它药物直达病所而起向导作用。

中医的“引经药”是在归经理论的基础上,通过长期临床实践总结出的一种用药经验。善用“引经药”,能提高用药的准确性,增加病所的有效药量,从而改善疗效。“引经药”大致可分如下两类:1.按十二经记述,如手太阴肺经为桔梗、升麻、葱白、辛夷,手阳明大肠经为白芷、石膏,足太阴脾经为升麻、苍术,足

阳明胃经为白芷、石膏、葛根,手少阴心经为细辛、黄连,手太阳小肠经为木通、竹叶,足少阴肾经为肉桂、细辛,足太阳膀胱经为羌活,手厥阴心包络经为柴胡、丹皮,手少阳三焦经为连翘、柴胡,足厥阴肝经为柴胡、川芎、青皮、吴茱萸,足少阳肝经为柴胡、青皮。2.按六经记述,如太阳经用羌活、防风、藁本,阳明经用升麻、葛根、白芷,少阳经用柴胡,太阴经用苍术,少阴经用独活,厥阴经用细辛、川芎、青皮等。

“引经药”临床作用主要表现在以下两个方面:1.“引经药”在方剂中先驱先行,引药入经。如左金丸为清泻肝火之剂,方中吴茱萸辛热入肝,黄连苦寒入心,吴茱萸为肝经引药,可引黄连之寒来清肝火等。2.一些“引经药”具有明显的作用趋向,可引导它药作用于病所。如补中益气汤,以升麻、柴胡为引,升提下陷之中气。清胃散中也以升麻引诸药清泻胃火等。

安徽省中医院 王金山