



# 宝宝高热不退 中药灌肠辅助降温

“医生，我家宝宝烧退下来了，这次加用了中药灌肠，才三天就退了，以前发烧起码一星期才能退。”近日，家住陕西岚皋县四坪社区的周女士对我说。

上周二，周女士带着高烧不退的女儿丽丽到岚皋县中医院门诊诊治。我检查后发现丽丽扁桃体已严重化脓，白细胞也达  $15.3 \times 10^9/L$ 。

周女士告诉我，丽丽体质差，扁桃体经常发炎，一旦扁桃体化脓就会高烧不退，这次已经连续发热4天，最高的时候达  $40.6^\circ C$ ，中成药吃了就吐，退热药吃了效果也不明显，这可急坏了家里人。

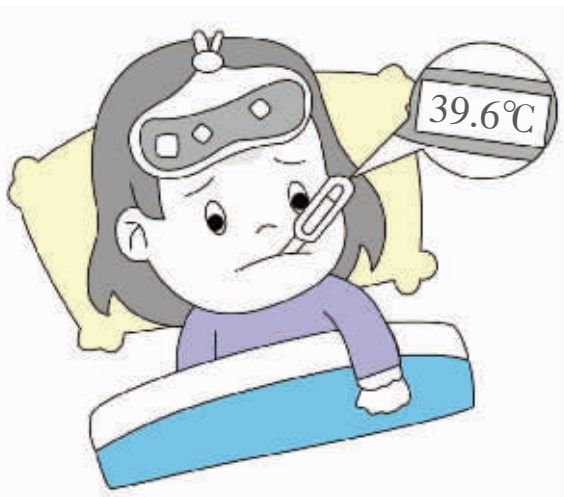
考虑到丽丽才两岁半，难以配合吃中药，服用退热药效果也不理想，我建议输液治疗，并用中药保留灌肠辅助降温。中药灌肠液在肠腔保留吸收，药物可经肠粘膜渗透作用被吸收至血循环，起到全身治疗作用。

“第一次灌肠后当晚丽丽的体温就只上来过1次，第二天只是有低热，第三天体温逐渐正常

了，这是宝宝病程最短的一次。”周女士说：“灌肠治疗发热的方法以前听别的家长说起过，一开始我是半信半疑，没想到效果还挺满意的。”

小儿脏腑娇嫩、肺常不足，易感外邪，中药灌肠根据患儿体质特点和疾病类型，通过中医辨证，配制出合适的中药，经直肠给药，以达到清热、抗炎、抗病毒，标本兼治的功效。中药灌肠方法突出了中医辨证论治的特点，消除了患儿外用及口服药物的抵触心理。另因药物直接作用于肠道，不经胃、肝脏代谢吸收，有效避免了对胃及肝脏的不良反应，减轻了口服退热药的副作用，具有起效快、药效持久等优点。

但不是每一位发热的患儿都适用中药保留灌肠，要经过专业



中医师辨证，只有对症下药，才能起到良好的效果。另外，针对不接受中药灌肠治疗的家属及患儿，可以采用穴位贴敷疗法。穴位贴敷疗法是将清热解毒的中药打磨成药粉，护士将药粉调配好，家长在孩子临睡前把敷贴贴在双足底涌泉穴上，第二日清晨揭去即可。

陕西岚皋县中医医院  
副主任医师 胡本先

## 雨水节气 防湿邪、调脾胃

2月19日迎来雨水节气。东风解冻，雪渐少，雨渐多，要想早春少生病，雨水养生重点是“防湿邪，调脾胃”。

防湿邪，首先要做到的就是“避”。雨水节气降雨多，出门记得带把伞，就可避免冒雨涉水、湿衣裹身而感受寒湿引发疾病。若是不小心感受了湿邪，喝杯温热的红糖姜枣茶，泡个热水脚，微微出汗即可祛除外湿。同时，还要防内湿。内湿的生成，多因脾胃。脾胃是“后天之本”“气血生化之源”，脾胃的强弱是决定人体健康的重要因素，故有“脾胃伤，百病生”之说。雨水节气多雨多湿，容易伤脾胃；此外春季肝气旺，易于克犯脾土而伤脾胃。

雨水养生，调理脾胃可药食滋补，同时，调畅情志，并配合适量运动。中医方面，可以用以下3种方法。

◆**平衡罐** 平衡罐以中医为理论基础，帮助自我修复，自我调节。是用不同罐法作用于皮肤，以达到激发经气，调理气血，排出湿气，提高人体免疫力的一种绿色疗法。

◆**艾灸** 艾蒿生长在光照较为强烈的阳面，又是在每年阳气处于上升阶段的端午采集，所以是“纯阳之品”，有驱寒、除湿、通经络的作用。艾蒿的叶子做成艾柱，艾灸足三里，借助艾草的阳气刺激穴位，帮助身体从内而外祛除湿气。

◆**药食滋补** 药膳食补是调理脾胃最常用的办法。五味之中，甘甜入脾，雨水节不妨吃些甘甜的药粥。药物的选用上既要考虑阳气的升发，又要考虑滋补脾胃，推荐选用党参山药薏米粥。党参味甘益气，山药健脾，薏米祛湿，益气健脾除湿相得益彰，能达到事半功倍的效果。

醴陵市中医院国医馆护师 张欢瑜

## 中药配方颗粒的 优缺点与服用方法

目前医院医生开具中药有两种形式，一种是传统中药饮片，另一种是中药配方颗粒。对于传统中药饮片煎煮，大家都熟悉，对后者很多人还比较陌生，下面让我们来详细了解一下。

中药汤剂，指将中药饮片或粗颗粒加水煎煮，去渣取汁而得到的液体制剂，是我国应用历史悠久且最广泛的一种剂型。中药配方颗粒，是在中医药理论指导下，由单味中药饮片经水提、分离、浓缩、干燥、制粒而成，按照中医临床处方调配后，可供患者直接冲服使用的颗粒。

中药配方颗粒具有剂量小、无须煎煮、服用便捷、剂型稳定、方便携带、易于保存等有点，缺点是价格较传统中药饮片贵。中药配方颗粒为开水直接冲服，与传统汤剂相比，缺少组方药物“共煎”的过程，有可能造成两者间成分变化和临床疗效间的差异。有部分临床研究报告二者在疗效上无显著差异，也有部分临床研究报告二者存在差异。在实际应用中，可根据其优缺点

结合自身情况做选择。

中药配方颗粒目前应用较广泛的有两种包装形式：单味小包装、处方预混型。单味小包装是单味中药成袋包装的。在每次服用时，需要将处方上每一味中药对应的颗粒药混合在一起冲服。患者在取这类药时，要与药房工作人员充分沟通，确定每天需要服用的颗粒药包数量。服用时，将一剂中药处方中所含所有药包全部撕开，把颗粒倒入容器中，加开水  $150 \sim 200$  毫升冲化、搅拌、调匀后密封  $2 \sim 3$  分钟，待溶解充分，一分为二，早晚冲服。

处方预混型是配方颗粒剂在调配的时候，用自动调配机直接把整张处方中所有的药味颗粒剂混合在一起，成盒包装的，而且将一天需要服用的中药剂量平均分成了2盒，每盒包含1剂中药处方上所有中药（除部分贵重中药以外）的  $1/2$ ，每次冲服1盒，早晚两次，更为简单方便。

湖南中医药大学第一附属医院药学部 张年

## “阳”过后脱发 中医综合调理

年前“阳”过的人们身体大多恢复正常，但不少人反映，头发很容易掉。对此，湖南省中西医结合医院（湖南省中医药研究院附属医院）皮肤科副主任医师曲靖表示，阳康后的大部分人会有明显的脱发现象，其原因一般有以下五种情况：

一、和病毒感染相关。脱发问题多发生在感染后一个半月左右，一般在去除诱因后两到三个月左右会自然恢复。中医可配合头皮针和梅花针治疗，促进新发生长。

二、和感染期间过度紧张焦虑、睡眠不规律有关。建议大家放松心情，健康饮食，注意休息。

三、和感染时不敢洗头，致皮脂腺分泌异常有关。建议配合医院研发的养血生发洗发精，活血祛风、养发生发。各种脱发症、头皮癣和头痒、头屑、头油增多等情况都适用。

四、和长时间不洗头，致真菌感染加重有关。可配合医院研发的参黄洗液，止痒除湿、清热杀菌。也可用酮康唑洗剂洗头，一周  $2 \sim 3$  次。

五、新冠感染后正气耗伤，气血亏虚，生发乏源。可在医生指导下食用医院研发的养真生发冲剂、昇力合剂中药制剂，起到滋补肝肾、祛风生发、增补肾元等疗效。

生活中，同时可进行以下两方面的自我养护。一、喝养生汤。1. 何首乌黑芝麻红枣生发汤：制何首乌、菟丝子各10克，红枣5枚（剥开），黑芝麻2茶匙，黑豆1茶匙，加水  $500 \sim 1000$  毫升熬煮成汤，代茶饮。喝时可加少许蜂蜜。2. 土茯苓煲猪骨汤：土茯苓50克，猪脊骨500克，扁豆、赤小豆各15克，蜜枣3粒。先将猪脊骨洗净，加水煨汤，捞出猪骨。土茯苓洗净，切片用纱布包好，与扁豆、赤小豆、蜜枣等一起放入猪骨汤内熬制，尤其适用糖尿病患者出现阳过脱发的情况。

二、头皮自我按摩激活毛囊。1. 脱发较多的时候，用手指腹或者木梳垂直于头皮进行垂直敲击。2. 脱发症状减轻，但生发仍然较慢的时候可进行头皮穴位按摩：从两侧太阳穴开始，用大拇指顺着发际线往上按摩。然后按摩头顶，从头顶开始横向两侧按摩。再从前额发际开始按摩，之后慢慢转移到后颈。再用指尖轻轻捏头部两侧，轻敲打按压。最后将头发束起来，向上轻轻拽头发。

通讯员 刘娜