



“世界针灸日”带您了解针灸:

能改善过敏体质 治疗范围广

家住长沙市天心区的吴先生很是苦恼,他被过敏性鼻炎困扰了多年,每当换季更是历经劫难,北风一吹鼻炎就准时来了!要命的是,眼泪、鼻涕、喷嚏、呼吸困难、咽炎也跟着来了……就算服药还是反复发作。

被鼻炎折磨多年的吴先生近日经朋友推荐,来到湖南中医药大学第二附属医院针灸推拿康复科寻求治疗。该科副主任、主任医师刘未艾接诊后,予以温针灸治疗,选用迎香、风池、印堂、肺俞、脾俞、肾俞、足三里等穴;同时对其采用自血疗法,这种疗法集放血、针刺、穴位注射等传统疗法为一体,主要选取肺俞穴和双侧足三里。在施以2~3次治疗后,刘先生感到效果明显,症状也很快好转,“没想到这么顽固的过敏性鼻炎居然会怕针灸”,刘先生决定继续坚持治疗。

针灸能改善过敏体质

针灸在我国已有数千年的历史,每年的11月22日为“世界针灸日”,11月16日~22日为“世界针灸周”。刘未艾主任医师解释说:针灸是一种外治法,包括针刺、艾灸、敷贴、拔罐、耳贴等。该法运用中医辨证论治、整体施治的观点,对改善过敏体质,缓解鼻炎症状,减少复发,提高机体免疫力,降低药物使用

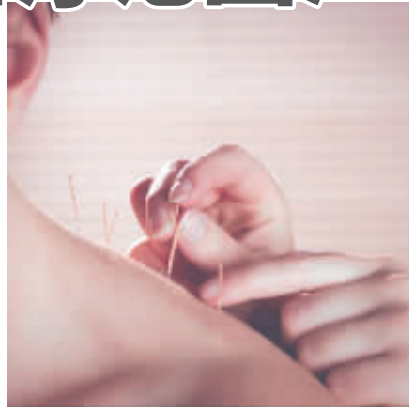
频率都有显著效果。

对于针灸、拔罐、艾灸,可能很多人在感叹它神奇,跃跃欲试的同时,心里还是有点小害怕的。刘未艾说,大家有相关病症时可以去医院了解这些中医特色诊疗方法,包括针刺、隔物灸、压灸、扶阳透灸、火罐、扶阳罐、穴位注射、自血疗法、穴位贴敷、耳穴压豆、火针、埋针、刮痧等,医生会根据患者病情辨证处方。

针灸治疗范围广泛

针灸作为中医学的一部分,其治疗范围广泛,可治疗内、外、妇、儿、官等各科疾病,包括:

1. 呼吸系统疾病:鼻炎、鼻窦窦炎、感冒、咳嗽、扁桃腺炎、支气管炎、支气管哮喘等;
2. 消化系统疾病:胃痛、腹痛、呃逆、便秘、泄泻等;
3. 泌尿系统疾病:尿失禁、癃闭、淋证、遗精等;
4. 妇科疾患:月经不调、痛经、崩漏、经闭、带下病、不孕症、缺乳等;
5. 儿科疾病:小儿脑瘫、小儿积滞、小儿惊风等;
6. 五官科疾患:麦粒肿、近视、斜视、耳鸣耳聋、咽喉肿痛、口疮等;
7. 皮肤外伤疾患:湿疹、斑秃、痤疮、带状疱疹、神经性皮炎、丹毒、腱鞘囊肿、腰扭伤、



踝关节扭伤等;

8. 神经系统疾病:中风、眩晕、头痛、面瘫、面肌痉挛、颤证、痿证、痴呆、癫痫、痫病等;
9. 风湿骨痹疾病:落枕、颈椎病、漏肩风、臂丛神经痛、腰痛、坐骨神经痛、膝骨性关节炎等;
10. 睡眠障碍相关疾病:郁证、不寐等等。

这几种情况不适宜针灸

绝大部分人适宜针灸治疗,但过饥、过饱、过劳、情绪紧张者不宜立即针灸,尤其是初次针灸治疗恐针者,医者应帮助克服恐惧。

孕妇不宜针刺下腹、腰骶部及具有通经活血功能的穴位。

因凝血机制异常所致出血性疾病,一般不宜针刺治疗。

严重皮肤感染、溃疡处不宜针刺。

通讯员 陈安妮

中药香囊:闻香疗疾

中药香囊有着悠久的历史,古代称“香袋儿”,亦称“荷包”。唐代的《千金要方》中载有“绛囊”,称其能“避疫气”、“令人不染”。明李时珍《本草纲目》中介绍了用辰砂装囊,戴身及髻中,用治不寐的经验。根据传统习俗,把中药填充称香囊,佩戴于身上,祈福纳祥。

在生活中,我们可根据天气特点,选择散风祛寒、芳香化湿、健脾和胃、理气止痛的中草药,调配制成具有芳香化浊、驱虫避瘟等功效的中药香囊。香囊能散发出天然香气,具有开窍提神、化湿醒脾等功效。其用法简单,随身佩戴或放于床头、车内等都可,气味变浅后可搓揉使香气提升。

使用中药香囊注意事项有三:1. 孕妇及有过敏体质者禁用;2. 应用香囊时,注意防潮、防水、防火等;3. 建议使用2周左右更换囊内药材。

益阳市中医医院 刘悦

痔疮外治三法

对痔疮,中医早有认识,古人说,“痔者峙也”。在古代,痔为突出之意,人于九窍中凡有小肉突出者,皆曰痔,不特生于肛门边,如鼻痔、眼痔、牙痔等。但现在痔即指肛门痔。

痔疮主要分为内痔、外痔、混合痔三类,目前常见的治疗方法有手术治疗、注射治疗、中药外敷、熏洗配合口服中药等。中医治疗以益气固脱、收敛止血为总纲,内治外治结合,注重辨证论治,在缓解病情、提高生活质量、减少痛苦方面有其特有优势。内治方面,即中药水煎服,注重调补结合,清热祛风凉血、养血补血、清热解毒、生津润燥、补中益气等各有侧重。外治方面,有中药熏洗治疗、敷药法等,痛苦小、疗效好,且费用低。下面简单介绍外治三法。

1. 熏洗法 适用于各期内痔及内痔脱出时,将药物加水煮沸,先熏后洗,或湿敷。具有收敛、止痛、消肿等作用,常用苦参百部汤。苦参、百部、黄柏、地肤子、白鲜皮、蛇床子各15克,水煎洗。

2. 敷药法 适用于各期内痔及手术后换药,将药膏或药散敷于患处,具有消肿止痛或收敛止血或生肌收口等作用。常用药物有马应龙痔疮膏、苦参膏、生肌玉红膏等。

3. 塞药法 适用于各期内痔,将药物制成栓剂,塞入肛内,具有消肿止痛、止血的作用,如苦参栓。

山东淄博市中医院 主任医师 曹元成

千家药方

防治冻疮三方

方一:川芎、桃仁、黄柏各50克,熟猪油适量。川芎、黄柏水煎取药汁;桃仁研细末,加入药汁搅匀成膏入瓶。外涂患处,每天3次。适应于冻疮红肿、疼痛,防止皮肤干燥及加快溃烂愈合等。

新化铁路医院主任医师 李典云 献方

方二:桂枝、干姜各15克,附子5克。水煎取汁饮服,每日3次。同时取药液适量置于浴盆中,候温浸洗冻疮处,每日2次,每次15~20分钟,每日1剂。

方三:桂枝15克,细辛、干姜各10克,红花5克,白酒200毫升,同浸泡1周即成。使用时用棉签蘸药液外搽冻疮处,并揉搓至局部发热,每日2~3次。

湖北远安县中医院主任医师 胡献国 献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用

艾盐包热敷 散寒除湿

冬天多雨雪天气,因冷暖变化,会使湿邪入侵,体内余寒难除,这时不妨用艾盐包来热敷。

艾盐包由粗盐及艾叶组成,可自己在家制作。热敷又称“熨”,可以起到温热肌肤、行气活血、祛风散寒、祛瘀止痛的作用。热盐能将热量渗透到体内,驱逐体内毒素;还会使酸痛部位的血液循环更顺畅,增加新陈代谢。艾叶具有回阳、理气活血、逐寒湿等功效。艾盐和中药成份,通过恒温箱加热敷在人体皮肤表面上方的穴位,药力与热力透过打开的皮肤腠理,借其湿热的的作用,缓缓渗透肌肤层。通过经络的传导,发挥温通经络、祛风除湿、活血化瘀、舒经活络、消肿止痛等作用。

艾盐包用途广泛,适用于身体各部位。在医院,艾盐包常用于以下几个方面:肛肠科用于术后排尿不畅;

泌尿外科用于尿潴留患者或停留置尿管的患者(可敷于脐下关元穴、气海穴、石门穴、中极穴)促进排尿;普外科用于患者如术后有麻醉反应,或术后感腹痛腹胀(避开手术切口);大便秘结等(敷于腹部上脘穴、中脘穴、下脘穴)能调节胃肠道功能。术后返回病房的患者,可热敷双足底,达到除寒湿的作用;静脉输液时如感疼痛,可用艾盐包热敷痛处。

艾盐包热敷肩颈,对颈椎病、肩周炎、落枕、肩颈疲劳、大脑疲劳紧张等有明显的功效;热敷膝盖部位或者其他关节穴位区,对关节炎、风湿有良好的效果;热敷腰部及肩背部大面积部位,对腰椎间盘突出症、腰肌劳损、肾虚肾亏等有舒缓的作用;热敷腹部对女性阴冷腹部疼痛、痛经、卵巢早衰等有良好的效果。

陕西岚皋县中医医院 副主任医师 胡本先