

## 经验谈

# 小儿腹泻 中医如何治疗?

小儿腹泻是儿童常见的消化系统疾病之一，对孩子的健康和成长有一定影响，中医作为一种独特的医学体系，在小儿腹泻的治疗中发挥着重要的作用。中医治疗小儿腹泻注重辨证施治，根据病情和病因进行个体化的治疗，从调理体内的阴阳平衡、调整脏腑功能等方面入手。下面，将介绍中医治疗小儿腹泻的常用方法。

## 辨证施治

辨证施治是中医治疗小儿腹泻的重要理念。中医通过辨别不同的辨证类型，即根据患儿的病情和病因进行个体化的治疗。在小儿腹泻的辨证类型中，寒湿型常见于寒冷潮湿环境下，湿热型多见于夏季或进食过多辛辣食物，而脾胃虚弱型则与体质较弱或长期不良饮食习惯有关。根据辨证类型的不同，医生会采用相应的治疗方法。

## 中药治疗

中药治疗是中医治疗小儿腹泻的重要手段之一。根据患儿的具体情况和辨证类型，医生会开具中药方剂，通过调理体内的气血、调整脏腑功能来缓解腹泻症状，恢复肠道的正常功能。中药具有较好的疗效和

安全性，常用的中药有黄连、厚朴、白术、山楂等，它们具有运脾化湿、清热、消积等功效，有助于缓解腹泻症状。

## 饮食调理

饮食调理在中医治疗小儿腹泻中占据重要地位。医生会根据患儿的体质和病情，给出合理的饮食建议。一般而言，建议避免食用辛辣、油腻和生冷食物，这些食物可能刺激肠道，加重腹泻症状。相反，多吃易消化、温热的食物，如米粥、面食、煮熟的蔬菜等，有助于病情恢复。此外，还强调适量补充水分，保持良好的水分平衡，有助于缓解腹泻症状。

## 推拿疗法

推拿疗法是中医常用的物理疗法之一，在小儿腹泻的辅助治疗中也起到一定的作用。通过推拿腹部及其它相关穴位，可以促进腹部的气血运行，调整肠道功能，缓解腹泻症状。要提醒的是，推拿疗法需要在专业人员的指导下进行，确保使用正确的力度和方法，以确保安全和有效性。

## 中医养生

中医强调治未病，不仅注重



治疗腹泻，还注重改善体质，提高机体的抵抗力。建议孩子保持良好的作息习惯，避免过度疲劳和情绪波动，合理安排饮食和运动，增强体质，减少疾病的发生。中医养生强调平衡阴阳，调节气血运行，通过良好的生活习惯和适当的调理，帮助孩子建立健康的身体基础，防止疾病瘥后复发。

综上所述，中医治疗小儿腹泻注重辨证施治，通过调理体内的阴阳平衡、调整脏腑功能等方面入手，以达到治疗腹泻和预防复查的目的。中药治疗在缓解腹泻症状、恢复肠道功能方面具有一定的疗效；同时，应注重饮食调理、推拿疗法和中医养生等综合治疗方法的应用。

湖南省株洲市攸县中医院  
中医儿科 丁淋玉

# 中医如何辨证治疗脾胃病

脾胃病是一类常见的消化系统疾病，常常会给患者带来不适和困扰。中医辨证治疗脾胃病强调个体化的治疗方案，根据患者的症状和体质特点进行精确的诊断和治疗。通过辨证论治和中药调理，可以恢复脾胃的功能，提高消化吸收能力，从而达到治疗脾胃病的效果。下面我们将介绍中医如何辨证治疗脾胃病，以帮助大家更好地了解中医治疗脾胃病的原理和方法。

## 脾胃病的辨证分型

**脾虚型** 主要症状包括食欲不振、乏力、面色苍白、便溏或大便散碎、舌淡红或淡白、脉细弱等。这是脾胃功能减退造成的类型，需通过补益脾气来增强机体消化吸收能力。

**湿热型** 主要症状包括口苦、腹胀、大便黏滞或腐败、舌苔黄腻、脉滑数等。这是脾胃湿热蕴结引起的类型，需通过清热利湿来调理脾胃。

**阳虚型** 主要症状包括食欲不振、腹泻、畏寒肢冷、面色

苍白、舌淡白胖嫩、脉沉弱等。这是脾胃阳气不足导致的病症，需通过温补脾胃来恢复阳气运化功能。

**气滞型** 主要症状包括胸闷、腹胀、食欲不振、大便秘结、舌淡苔白、脉弦滑等。这是脾胃气机郁滞的类型，需通过行气调中来改善气虚和气滞的情况。

## 脾胃病的辨证论治

**补益脾气** 对于脾虚型脾胃病，可采用健脾药物，如党参、白术、黄芪等，再搭配合适的食疗措施，如适当增加粮食摄入、多吃易消化的食物。

**清热利湿** 对于湿热型脾胃病，可采用清热利湿的药物，如黄连、栀子、山楂等，同时避免辛辣和油腻食物，多摄入清淡、富含纤维的食物。

**温补脾胃** 对于阳虚型脾胃病，可采用温补脾胃的药物，如附子、肉桂、生姜等，同时注意保暖，多摄入温补食物，如姜汤、糯米粥等。

**行气调中** 对于气滞型脾胃病，可采用行气调中的药物，

如白芍、枳壳、香附等，结合适当的饮食习惯，如平时多运动、不过饱、避免过度焦虑。

## 脾胃病的预防调养

**饮食调节** 保持规律饮食，避免暴饮暴食，减少辛辣和高脂食物的摄入，多摄入易消化的食物，适当增加粮食和蛋白质的摄入。

**良好的生活习惯** 保持良好的作息规律，避免过度劳累和精神紧张，养成放松身心的习惯。

**积极锻炼** 适度的体育运动可以增强脾胃功能，促进新陈代谢，提高免疫力。

总之，通过中医辨证治疗，可以根据患者个体病情采取相应的治疗方法，包括中药调理、饮食调节和改善生活习惯等。中医注重综合分析患者的症状、体质和环境因素，制定个体化的治疗方案，以达到治疗和调理脾胃的目的。通过综合调理，患者可以提高脾胃功能，减轻症状并预防疾病的复发。

湖南省张家界市慈利县岩泊渡镇  
中心卫生院 吴红

# 精神障碍的中医护理要点

当今社会，人们的压力加大，精神病患者确诊率呈增高趋势。当下常见的精神障碍，包括精神分裂症、双向情感障碍、抑郁障碍、焦虑和恐惧障碍等。若患者治疗不及时，护理不到位，可以预见的后果就是病情加重。

精神病，中医学将它归到癫狂范畴，其主要发病部位在心脑，其病机的关键是阴阳失调、脑之神机叛乱，属于本虚标实病。精神障碍患者除了服用西药外，中医护理手段的干预也不失为一项有效措施。中医护理，是根据精神障碍患者的不同病因和表现，做到因人而异，开展辨证护理，在一般护理的基础上，着重增加了以下几个方面：

**观察病情** 患者心理压力大，在护理过程中，需要细致入微地观察患者的病情，如脸色有无出现异常，神志是否清楚，四肢活动有无异常，饮食有无异常或偏嗜，大小便有无异常，或者有没有出现自觉症状等，做好记录，掌握第一手资料，对病情予以足够的评估和预判，以便及时干预。

**情志护理** 精神病患者的发病过程较长，容易被七情所伤，在护理过程中，患者可能出现情绪不宁，敏感多疑，被害妄想，冲动伤人，甚或自杀等行为，患者自身也会感到十分痛苦和愧疚。护理人员要及时进行安抚、释疑解惑、以情胜情，减轻患者的心理压力。在和患者交流的时候，要特别注意语言运用的技巧，将患者当作正常人，给予充分的理解和尊重，做到举止得体，仪容优雅，减少对患者的精神刺激，取得患者信赖。

**饮食护理** 精神障碍患者大多有脾胃不和的表现，在中医护理中，给患者提供清淡且有营养的餐食，减少油腻及辛辣的刺激食物，引导精神病患者养成规律饮食，以“食有节、冷热适度、软硬适宜”为度，心情不畅时暂不进食。平时生活中，帮助患者补足每日所需水分，有助于调节肠道功能。

**起居护理** 精神障碍患者的脏腑功能虚弱，易造成腠理疏松，卫外不固。建议给患者提供一个整洁的起居环境，安排患者进行适当的文体活动，如气功、健身操等，播放悦耳欢愉的音乐。遇到生活懒散，甚至大小便失禁的特殊情况时，不要批评指责，第一时间清理干净，在舒适的环境下，引导患者培养正常的生活习惯，更为有效。

当家庭成员中出现一位精神病患者时，全家人都被迫轮番地绑到患者身上，而精神障碍患者的病程长，久而久之，家属难免会有怨言。精神障碍患者如果不能养心安神，惊恐太过，则更不利于病情恢复，甚至会增加自杀的可能性。中医护理技术可以对患者进行整体护理，辨证施护提高患者的生活质量。

长沙市宁乡精神病医院 陈海燕