

中医治疗冠心病的常用方法

冠心病是一种常见的心血管疾病，主要是冠状动脉粥样硬化狭窄引起的，严重危害人们的身体健康。中医治疗冠心病注重临床观察、整体治疗，风险比较低，治疗效果较好。下面介绍几种中医防治冠心病的方法。

中药治疗

冠心病属中医胸痹心痛范畴，主要原因是胸中正气不足，以致阴寒、痰浊、气滞、血瘀之邪上扰胸阳，闭阻心脉，致使胸中气机不畅，滞塞不通，血脉瘀阻而发生此病。中药治疗强调一个“通”字，从“不通则痛”到“通则不痛”。故在日常生活中可在医师指导下结合个体情况配合食用人参、黄芪、党参等补气活血，生姜、肉桂、葱白等温阳散寒，改善冠脉供血缓解胸痛症状。

也可以辨证选用一些中成药防治冠心病，气虚胸痹可选用补心气口服液、心通口服液补养心气、鼓动心脉，阳虚胸痹可选用人参养荣丸、麝香保心丸等温振心阳、宣痹通脉，痰浊胸痹可选用礞石滚痰丸降逆化痰、宣痹通阳，气滞胸痹可选用开胸顺气丸、舒肝丸、舒肝止痛丸行气宽胸、畅通心脉，血瘀胸痹可选用血府逐瘀口服液、复方丹参片等活血化瘀、通脉止痛。

针灸疗法

针灸疗法是通过刺激人体特定穴位，调节人体的气血运行，促进血液循环，提高心脏供血，从而起到治疗冠心病的作用。在针灸治疗冠心病时，通常需要根据患者的具体情况选择合适的穴位进行针刺。常用的穴位有太乙穴、内关、足三里等，通过刺激这些穴位，可以调节心脏，缓解心绞痛、心悸等症状，促进心脏康复。

中药泡脚

中药泡脚也是冠心病患者的日常保健方法之一，比较常见的泡脚药方有三根汤，中药方剂为：葛根 20 克，榆树根、老茶树根各 40 克，药材中添加 2 升的水进行煎汤，待煮沸之后，取出药汁，水温合适即可泡脚。当归细辛汤也是一种非常有效的泡脚药方，中药方剂为：细辛 3 克，炙甘草 5 克，赤芍、桂枝各 9 克，当归 12 克，将药材加水煎煮，煮沸后取药汁放温泡脚。

中医食疗

1. 降脂食疗法

紫苏茶：紫苏叶性温、味辛，具有解表散寒、理气和中、解鱼蟹毒的功效，冠心病患者饮用可宽胸理气。将紫苏叶用开水冲泡，加入适量的蜂蜜调味，每日饭后饮用一杯。

桑葚膏：桑葚具有补肝益肾、生津润肠等功效，现代研究表明，桑葚膏可起到降脂预防血管硬化、抗衰老、乌发等作用。将桑葚煮熟，捣成泥状，加入适量的蜂蜜调匀，每日早晚各食用一次。

2. 调节血压食疗法

黄瓜：黄瓜有清热生津、止渴除烦、消肿之功效，有助于降低血压、降血脂。将黄瓜洗净切片，取生姜 5 克切片，取葱白 8 克洗净，将生姜、葱白下锅，添加适量水煮沸，再将黄瓜放入，小火煮片刻即可，黄瓜片和汤都可食用。

红枣山药糕：红枣可以补气



养血，山药可以益气健脾，两者都具有调节血压的功效，将红枣和山药煮熟，捣成泥状，加入适量的蜂蜜搅拌均匀，制成糕状，每日早晚各食用一小块。

3. 改善心脏功能食疗法（糖尿病患者慎用）

蜂蜜柚子茶：蜂蜜能补中缓急、润肺止咳、润肠通便；柚子具有补血健脾、润肠清肠的作用。蜂蜜柚子茶可以调节心脏功能，将柚子切片，加入适量的蜂蜜和开水，冲泡后饮用即可。

红豆薏米粥：红豆具有清热解毒、健脾益胃等作用；薏米具有健脾、利湿等作用。红豆薏米粥可以减轻心脏负担，将红豆和薏米一起煮粥，加入适量的冰糖调味，每日早晚各食用一碗。

中医在治疗冠心病方面具有独特的优势，可以提供更加个性化、综合性的治疗方案，帮助患者恢复健康。需要注意的是，在接受中医治疗时，患者也应该注意合理的饮食结构和均衡的营养摄入，积极配合医生的治疗，才能达到更好的效果。

柳州市中医医院
(柳州市壮医医院)
王少洲 王洁琼

中医药治疗淋证应注意什么？

淋证是一种常见的泌尿系统疾病，中医药在治疗淋证方面具有独特的优势。然而，在接受中医药治疗淋证之前，我们需要了解一些重要的注意事项，以确保治疗的安全性和有效性。

中医药治疗淋证的具体措施

1. 中医诊断 中医诊断包括望、闻、问、切四个方面，通过观察舌苔、脉搏、询问症状等来确定病情和辨证施治。

2. 草药疗法 常用的中草药包括车前草、丝瓜络、茅根等。这些草药具有清热解毒、利尿排湿的功效，可以帮助消除湿热，改善尿路感染症状。

3. 针灸疗法 通过刺激肾俞、膀胱俞、中极等穴位，调整体内的阴阳平衡，改善尿路感染的症状。

中医药治疗淋证的注意事项

1. 个体化治疗 淋证有不同的病因和病理机制，治疗方法应因人而异，根据个体情况进行个性化的草药配方和针灸治疗。因此，确保中医师能够根据具体症状和身体状况进行治疗。

2. 遵循治疗方案 严格按照中医师开具的草药方剂或者进行针灸治疗的方案来执行，不可随意更改草药用量或频率，以免影响治疗效果。

3. 注意药物相互作用 如果正在同时使用其他药物（包括西药、中成药或其他中草药），请告知中医师，避免药物之间的相互作用或不良反应。

4. 坚持治疗周期 中医药治疗淋证往往需要持续一段时间才能达到最佳疗效。切勿因为症状好转就中断治疗，以免导致复发或治疗不彻底。

5. 饮食调节 在治疗期间应避免食用辛辣食物。适量减少盐的摄入，增加水分摄入，多食用利尿消肿的蔬菜，以及富含维生素 C 的水果，多食用清淡、易消化、富含蛋白质和维生素的食物。

6. 保持良好生活习惯 酒精和咖啡因会刺激尿液的产生，容易导致尿液的浓缩和刺激尿道。因此有吸烟史和饮酒史的患者需戒烟限酒，并且要避免过度劳累，保持良好的睡眠质量，这些都能够有助于提高免疫力，加快恢复速度。

7. 定期复诊 治疗期间定期复诊是必要的，与中医师保持良好的沟通，及时反馈症状和进展情况，以便调整治疗方案。

总之，中医药治疗淋证是一种有效的选择，但在接受治疗之前，我们应该确保选择合适的中医医生。同时，需要注意个体差异，遵循医生的建议，按照规定的用药剂量和疗程进行治疗。此外，尽管中医药有一定的疗效，但并不能代替西医诊断和治疗，如有需要，还需寻求专业西医的帮助并进行综合治疗。

攸县联星街道上云桥卫生院
皮金玲

如何应用中西医结合治疗糖尿病？

糖尿病是一种代谢性疾病，对患者的健康和生活质量有着重大影响。中西医结合治疗糖尿病已经被广泛认可，并被证明比单一治疗更有效。那怎样正确应用中西医结合的方法治疗糖尿病呢？下面让我们来看看。

中西医结合的理论基础

中医强调整体观念，认为糖尿病是脾胃失调、气滞血瘀等原因引起的。西医侧重于病因学解释，并注重通过控制血糖水平来缓解症状。

中西医结合的治疗原则

1. 个体化治疗 根据患者的具体情况，制定个性化的治疗方案。考虑到患者的病情、年龄、体质等因素，合理选择药物、饮食和运动方案。

2. 综合调理 综合运用多种治疗手段，包括药物治疗、饮食控

制等，以综合调理身体的整体状态，促进病情的好转和稳定。

3. 防止并发症 重点关注糖尿病可能引发的并发症，采取必要的预防措施，并根据具体情况进行治疗。

4. 强调长期管理 中西医结合治疗强调长期地治疗和观察，及时调整治疗方案以适应患者的变化。

5. 治疗与调理并重 除了药物治疗，中医强调通过调理身体的阴阳平衡、气血运行等方面来改善整体健康状况，并提高患者的自愈能力。

中西医结合的治疗方法

1. 药物治疗 西医药物可以帮助降低血糖、控制糖尿病并防止并发症的发生。中医草药也有一些补脾健胃、调节气血、滋阴降火的方剂适用于糖尿病患者。

2. 饮食控制 通过科学合理的

饮食结构，控制碳水化合物、脂肪和蛋白质的摄入，可以有效控制血糖水平。中医则注重根据个体的体质特点进行饮食调理，例如适当进食寒凉的食物以调节体内阴阳平衡。

3. 运动疗法 适量的体育锻炼可以改善胰岛素敏感性、促进糖代谢、控制体重和血压。常见的中医运动疗法包括太极拳、气功等。

4. 针灸疗法 针灸可以调整人体的生理功能、改善胰岛素分泌和利用情况、调整内分泌系统等。常用的针刺穴位有足三里、关元等。

5. 中医推拿 通过按摩、推拿、拔罐等手法刺激相关经络和穴位，促进气血运行和营养的供应，调整身体的阴阳平衡。

湖南省株洲市茶陵县
马江卫生院 谭行行