



紧张性头痛的中医辨证治疗方案

紧张性头痛是一种常见的头痛类型，主要由情绪紧张、压力、焦虑和肌肉紧张等因素引起。中医认为，与情志因素、气血运行不畅、经络阻滞等有关。中医辨证治疗紧张性头痛，注重根据个体的证型特点来制定个性化的治疗方案。下面将从不同证型出发，介绍紧张性头痛的中医辨证治疗方案及药方。



肝郁脾虚型

1. 证型特点：头痛呈周期性发作，多伴有紧张、易怒、烦躁等症状。舌质偏红，苔薄白或薄黄，脉弦。

2. 治疗原则：疏肝解郁，益脾健脑。

3. 药方：柴胡疏肝散：柴胡6克、白芍6克、川芎6克、炙甘草3克、法夏6克，每日1剂，水煎服，分早晚两次服用；养心安神汤：酸枣仁10克、黄连6克、牡蛎10克、炙甘草3克，每日1剂，水煎服。

肝肾不足型

1. 证型特点：头痛呈慢性发作，常伴有头部沉重感。舌质偏红，苔薄白，脉细弱。

2. 治疗原则：滋肝补肾，强壮脑力。

3. 药方：加味逍遥散：逍遥散10克、麦冬10克、熟地黄10克、玄参10克、炙甘草3克，每日1剂，水煎服；左归丸：当归10克、白芍10克、熟地黄10

克、枸杞子10克、炙甘草3克，每日1剂，水煎服。

湿热蕴结型

1. 证型特点：头痛发作时伴有头晕、口苦、口干、咽喉不适等症状。舌质偏红，苔黄腻，脉滑数。

2. 治疗原则：清热解湿，疏肝熄风。

3. 药方：龙胆泻肝汤：龙胆草10克、法夏6克、黄连6克、炙甘草3克，每日1剂，水煎服。

气滞血瘀型

1. 证型特点：头痛呈拔针样痛或闷痛，伴有头昏、乏力、口干等症状。舌质暗红，或有瘀点，苔薄黄或薄白，脉弦滑。

2. 治疗原则：活血化瘀，疏肝解郁。

3. 药方：桃红四物汤：桃仁10克、川芎10克、当归10克、赤芍10克，每日1剂，水煎服。

针对紧张性头痛，中医还可

以采用针灸、食疗等方法进行治疗，具体来说包括以下几种：

1. 针灸疗法：针灸可以调节气血运行，疏通经络，缓解紧张性头痛。针灸的穴位选择根据个体情况而定，如风池、太阳穴等。

2. 饮食调节：合理的饮食习惯对缓解紧张性头痛也有帮助。避免辛辣刺激食物，多摄取易消化、养血的食物，如红枣、黑豆等。

3. 情志调节：调节情绪，避免情志郁结，利于缓解紧张性头痛。可以尝试冥想、放松等方法来舒缓情绪。

总之，中医药方的选择应根据患者的具体症状、体质和舌脉情况来确定，需在专业中医医师的指导下进行治疗。同时，由于个体差异较大，治疗过程中可能需要适时调整方剂和剂量。

济南市中西医结合医院 任娟娟

中医针灸，怎样化解中风？

中风，又称为脑卒中，主要是指突发性脑血液循环障碍所引发的一系列临床症状的脑血管疾病。近年来，随着人们生活和饮食习惯的改变，中风在我国的发生率逐年上升，因此受到了广大医药学者的关注和重视。从临床治疗工作的开展情况来看，针对中风患者，中西医结合的疗效最为显著。在中风的急性期，为了尽快改善患者的临床症状，主张以西医疗法为主；而在中风的恢复期，主张通过中医针灸化解中风。基于此，本篇将主要站在中医针灸康复的角度，介绍中风的化解方法，希望能够给大家提供一定的帮助。

中医针灸化解中风的基础理论

首先，中医化解中风的侧重点是治疗，因此在实施针灸疗法时，应该与中药治疗进行有机结合。从本质上来说，针灸与中药本为同源，前者属于外治法，后者属于内治法，二者都是在辨证论治的基础上驱除病邪，从而增强疗效。对于中风患者来说，当他们进入恢复期以后，阴阳处于失衡状态，而针灸治疗的目的就是平衡阴阳、增强机体抗病力。而要想更好地补血养气，还应该通过中药进行调理，这样才能加快机体的康复速度。

其次，是中风从肾论治。作为人体重要的脏器之一，肾脏主藏精，一旦发生肾虚、肾亏等情况，将会在很大程度上诱发中风。而中医针灸可以达到扶助肾气的目的，此疗法除了能够滋阴补阳之外，还能够倾泻肝火，从而为增强疗效创造有利的条件。

最后，中医针灸需要同患者自身锻炼有机结合。在采用针灸疗法的过程中，病人自身锻炼至关重要，只有加强病人的自主锻炼，提高其生活自理能力，才能促进其肢体功能的恢复，从而获得显著疗效。

中医针灸化解中风的三种疗法

第一种：体针疗法

此疗法适用于处在中风恢复期的患者。进行局部消毒后，持针缓缓刺入穴位，通过捻转、提插的手法得气，再通过反复重提轻插或快速进针施以泻法。

第二种：头皮针疗法

此疗法适用于中风的各个阶段。在局部消毒后，持针刺入头皮，持针刺入的角度应与头皮呈15~30度角，通过快速捻转施以补泻法，持续时间控制在2~3分钟左右，然后留针半小时，之后拔针止血。

第三种：眼针疗法

此疗法适用于中风的各个阶段。在局部消毒后，用手将眼睑按住，持针快速刺入眼穴，留针1~2分钟，之后拔出止血。

总之，中风是一种具有较高后遗症率的脑血管疾病，对于中风患者来说，要想最大限度地减轻后遗症，并提高自身的生活质量，就有必要了解中医针灸的疗效，并及时接受正规的治疗。只有将中医疗法和西医疗法进行有机结合，才能获得理想的治疗效果。

临沂市荣军医院 刘春霞

从麻杏石甘汤谈经方的活用

麻杏石甘汤主要用于治疗肺病。对于肺热咳嗽的病人来说，麻杏石甘汤不仅能够起到驱除病邪的作用，作为底方还为许多中成药提供了治疗的方法。在连花清瘟颗粒、咳喘宁片等的组方当中，就能看到麻杏石甘汤的“身影”。从临床治疗工作的开展情况来看，经方的灵活运用能够达到事半功倍的目的，这就要求广大医学学者必须要掌握经方的活用方法，以促进治疗效果。基于此，笔者主要从麻杏石甘汤入手，针对经方的活用方法进行介绍，希望论述内容能够为医药学者提供一些借鉴和依据。

了解经方主症

要想对麻杏石甘汤进行活用，首先就要了解经方主症，这样才能切实做到对症下药。具体来说，麻杏石甘汤的主症主要包括以下内容：第一，恶寒发热、咳喘等表寒肺热病机的主症；第二，发热、口干等表寒里热病机的主症；第三，咳喘、粘痰等热邪雍肺病机的主症。



明确经方主药

从经方主症来看，宣肺、止咳、平喘是使用经方的主要目的，因此主药必须要具备上述功效。从麻杏石甘汤的药剂构成来看，麻黄与石膏的结合能够体现上述功效。从本质上来说，麻黄与石膏一主表、一主里，在相互作用下，能够起到外宣内清的作用。此外，二者的结合还能达到相互补充的目的，麻黄可以增强石膏的宣肺平喘之功效，而石膏则可以增强麻黄的清泻肺热之功效。

辨证论治的方法

众所周知，中医讲究的是辨证论治，在活用经方时，只有落实辨证论治的基本宗旨，才能达到理想的疗效。

从麻杏石甘汤的药剂构成来看，其主要包括四味中药，即麻

黄、杏仁、生石膏、甘草。在运用经方时，可以根据主症及次症适当加入一些药剂，从而达到增强疗效的目的。比如，针对表寒症较为严重的病人，适当加入荆防、葱豉等中药及药剂；针对肺热症较为严重的病人，可以适当加入黄芩、桑白皮等中药；针对咳喘症较为严重的病人，可以适当加入紫菀、前胡等中药。

总而言之，活用经方的主要目的就是满足辨证论治的要求。在实际应用的过程中，只有适当经方化裁，才能达到对症下药的目的。此外，为了使药剂的功效最大限度地发挥出来，还应注意经方的煎服。比如，为了发挥石膏的最大功效，需要先将其打碎，煎半小时之后加入其余药剂，待20分钟之后趁热服用。

在中医发展过程中，经方是众多医家通过理论分析和实践研究所总结的有效疗法。要想将经方的有效价值充分体现出来，医者就必须要做到因人而异，灵活运用经方，方能达到对症下药的目的，从而落实辨证论治的基本宗旨。

临沂康谷温泉疗养院 段玉伟