



中医治儿童哮喘 要分急缓

儿童哮喘是孩子常见的肺部疾患，表现为反复发作性咳嗽、喘鸣和呼吸困难，并伴有气道高反应性，具有病程长、迁延不愈等特点。数据显示，我国14岁及以下儿童哮喘累计患病率达3.02%，患儿数量超过1000万。

针对儿童哮喘，目前西医主要以吸入糖皮质激素进行治疗，但很多家长担心孩子长期应用激素类药物会有不良反应，于是寻求中医药帮助。笔者从事儿科临床近30年，接诊治疗过不少哮喘患儿。下面，笔者来讲讲自己治疗儿童哮喘难题的理念和特色。

儿童哮喘的病因

西医学认为，哮喘的发病有内外二因，内因是遗传、免疫缺陷，外因有过敏原、大气污染、病毒感染等，两者共同作用引发一系列气道炎症和气道反应。

在中医看来，哮喘也是多种因素作用的结果。中医将儿童哮喘归属于“哮证”范畴，历代医家认为，哮喘病因病机复杂，其中多数观点聚焦在痰和瘀上，形成了诸如宿痰伏肺致喘、风盛痰阻致喘、痰瘀互结致喘、五脏病变致喘等理论。结合现代儿童的发病情况，目前临床认为，哮喘的病因以痰为主，被外邪（感染、受凉等因素）引触后，痰随气升，气因痰阻，壅塞气道，通畅不利，肺失宣降，遂发为哮喘。

小儿脏腑娇嫩，形气未充，脾肺常不足、肾常虚，不耐寒暑攻伐。中医理论中，脾为生痰之源、肺为储痰之器、肾为生痰之本，脾失健运，津液不得正常输布，停聚肺中为痰；肺气宣发肃降

失常，津液不得布散，停聚肺而成痰；肾的蒸腾气化功能，对维持体内津液代谢平衡起关键作用，脾肺有亏则气化不足，不足则短促而喘，脾肾有亏则气不摄纳，不纳则浮散而喘。

小儿对病邪侵袭、药物攻伐的抵抗和耐受能力较成年人差，若外邪未及时发散，触动宿痰就会发为哮喘。其中，尤以受风寒之邪染病最为多见。笔者将哮喘发病与小儿生理特点相结合，在遣方用药上独有见解，强调“祛邪”与“扶正”。

急性发作期，以攻邪为主

哮喘发作期，内有宿痰伏肺，外有邪实触发，故治病应求本，在儿童哮喘急性发作期，必须以攻邪为主。

在中医经方定喘汤的基础上自拟降气平喘汤（全方由炙麻黄、桔梗、桑白皮、地骨皮、白果、紫苏子、白前、百部、苦杏仁、款冬花、紫菀、厚朴、甘草等组成），以止咳化痰、降气平喘为法，并结合患儿具体情况进行加减，临床

疗效显著，能够有效缓解哮喘急性发作。经过多年的临床及科研实践，目前医院已将降气平喘汤研发为院内制剂，在临床中推广应用。

缓解期，以调补为主

处于缓解期的哮喘患儿，多以正虚为主，尤其是肺、脾、肾的气血亏损，此时要针对患儿的整体情况，辨证调理，及时给身体补“正气”。

缓解期应注重日常调护，尽量减少外在刺激因素。比如尽可能别让孩子受凉、感冒等。同时，应慎用增强免疫力的药物。小儿正常生长发育过程中，逐步完善的免疫系统具有一定调节能力，不需要盲目跟风服用增强免疫力的药物，可以鼓励哮喘儿童在缓解期适当运动，帮助患儿提升体质。

体质是抵御疾病的内因，正如《黄帝内经》云，“正气存内，邪不可干”，体质强健、才是减少生病的最根本方法。

湖南省名中医
湖南中医药大学第一附属医院
儿童医学中心主任
主任医师 张涤

脐疗治百病

肚脐，又名神阙穴，在人体腹中部、脐中央，为养生保健的重要之地。在古代，即便被称为“纯阳之体”的孩童，在炎热的夏天也会围着肚兜，其中一个重要原因就是对于肚脐的保护。

中医学认为，神阙穴所在的肚脐位置为全身真气所系，内连十二经脉、五脏六腑、四肢百骸。《医宗金鉴》指出神阙穴“主治百病”。通过神阙可补虚泻实，通调气机，培补正气，调节脏腑阴阳，由此诞生了中医外治法中的一个特殊治疗类别——脐疗。这种疗法是以脐（即神阙穴）处为用药或刺激部位，以激发经气，疏通经络，促进气血运行，调节人体阴阳与脏腑功能，从而防治全身疾病的一种方法。

最早的脐疗是用手掌心或温热的物体敷熨肚脐，以此来治疗寒凝内积或饮食积滞诱发的腹痛。随着中医学的发展，开始用药物敷脐来治疗疾病。如使用中药敷贴于肚脐等穴位，以缓解住院患者的便秘症状，有较好的效果。

孩子挑食、厌食、肠胃弱，不妨试试中医脐疗。对患儿不同的证型，医生会辨证选用温中健脾、健胃消食、理气类的中药进行肚脐部位的敷贴；也可以采用灸疗等方式进行调理。除了肠胃问题，慢性鼻炎、多动症、咳嗽、发育迟缓等，通过脐疗也有一定的效果。另外，痛经、慢性盆腔炎等，也可以用脐疗辅治。

唐兵



千家药方

小儿夜啼外治方

小儿夜间经常哭闹，是一种病症。小儿大脑中枢神经尚在发育阶段，其中枢神经系统功能没有健全，没有自控能力，一旦机体受病毒、细菌、寄生虫的侵袭，染上疾病，身体上出现不适时语言上不能正确表述，常以哭闹表示。医生检查后如未发现患有明显疾病，这里介绍二则夜啼的中医外治方，供家长酌情选用。

方一：五倍子30克。将药研成细粉末贮瓶备用。每天晚上临睡前取药粉适量，用小儿自己的唾液调成厚糊状，再涂于患儿脐孔中，外以胶布贴紧，第二日清晨去掉。通常连续涂敷三夜即可安眠不啼。

方二：吴茱萸10克，鸡蛋1个。先将吴茱萸碾成细末，再将鸡蛋打一个小孔，取出蛋白适量，将吴茱萸粉调成二个小饼，于晚间临睡前将小饼分别敷于患儿两足心，第二日清晨去掉。此法效果颇佳。

痈疽疔毒外治方

蒲公英、地丁各30克，冰片6克，芒硝10克。上药共研细末调和均匀，贮瓶密封备用。视肿面大小，用食醋调成糊状，敷在病变部位，用不吸水纸和塑料薄膜附盖，外用敷料胶带固定。如果药物干时，可再用醋浸湿，每日换药1—2次。主治：痈、疽、疔、疖、乳痈、疔腮、毒虫咬伤、无名肿毒等症，见红肿热痛属阳证热证实证者。凡疮疡已溃者，证属阴寒虚证应禁用，禁食辛辣刺激之物。

常州市 全科医师 李志良 献方

防老年人人体虚感冒 用芪防二术汤泡脚

老年人人体虚感冒，又称老年人反复呼吸道感染。除了规律日常生活、坚持锻炼、适应环境变化外，常用芪防二术汤泡脚，可有效防止老年人人体虚感冒。

取黄芪、防风、白术、苍术各等量，共研细末，装瓶备用。每次取药末3~5克，睡前放入浴水中调匀，待温度适宜时泡脚，一般每晚1次，每次10~30分钟，直至双足暖和，皮肤发红为止。

中医认为，老年人人体虚感冒多为脾肺亏虚所为。方中黄芪有补气升阳，固表止汗之功，《本草备要》言其“益元

气，壮脾胃”。药理研究表明，黄芪能兴奋中枢神经系统，增强网状内皮系统功能，提高抗病能力。防风有祛风解表、胜湿止痛之功，尤善祛风，为祛风解表要药。《本草正义》言其“通治一切风邪，为风病之主药”。药理研究表明，本品对细菌、病毒等等有不同程度的抑制作用。白术有补气健脾、燥湿利水、固表止汗之功，被前人誉为“补气健脾第一要药”。《本经逢原》言其“和中益气，止渴生津，止汗除热”。苍术有燥湿健脾、祛风散寒之功。本品芳香化浊，消除瘴气，健脾益

气，和胃除湿，增进食欲。诸药合用，益气健脾，固护肺卫。中医认为，肺主身之皮毛，脾为气血生化之源。肺脾健运，自可御敌于门外，防治老年人人体虚感冒。

临床观察发现，温热水足浴可减轻和消除局部毛细血管的病理性异常，改善组织的血液循环，消除呼吸道组织的炎症、肿胀、过敏现象，使呼吸道通畅，从而起到预防感冒、咳嗽的作用。足浴后，再用双手交替按摩涌泉、承山、足三里等穴位，可增强足浴效果。

湖北远安县中医院
主任医师 胡献国