



## 息肉术后总复发？

# 中医从根源阻断其生长！

随着人们生活方式的变化，息肉这种病变越来越多。胃息肉、肠息肉最为多见。目前，对于胃息肉和肠道息肉，内镜下切除是公认的治疗方法，但在临床上有不少患者陷入了切了又长、长了又切的尴尬境地，苦不堪言！怎么预防息肉生长及复发，成了很多患者关注的问题。为此，岳阳市中医医院脾胃病科主任王欢博士从中医的角度为您支招。



### 息肉是什么

从中医的角度来看，“息肉”一词最早记载于《黄帝内经》。其《灵枢·水胀》篇曰：“肠覃如何？岐伯曰：寒气客于肠外，与卫气相搏，气不得荣，因有所系，癖而内着，恶气乃起，瘕肉乃生。”由此可见，息肉是由于体内看不见的痰湿、瘀血、浊气缚结在一起，日久形成在黏膜表面看得见的赘生物。《黄帝内经》有言：“阳化气，阴成形。”息肉为有型的肿物，其形成是因为阴邪盛而阳不足，阴盛阳衰，阴寒凝滞，聚而成形，故生息肉。现代人缺乏运动，长期生活在密闭的空间，较少接受户外阳光，同时常熬夜耗损阳气，导致阳气不足，阴寒凝滞。

从饮食方面看，患者一般喜食肥甘厚味（高脂肪、高动物蛋白及油炸食品）或生冷冰饮。饮食不节、肥甘厚腻阻碍脾胃运化，久之脾胃虚弱，痰湿凝滞，气滞血瘀，从而形成有形之息肉。另外，

胃肠息肉还与肝失疏泄、情志内伤等因素相关。《素问·百病始生》认为：“若内伤与忧怒，则气上逆，六输不通，温气不行，凝血蕴里而不散，津液涩渗，亦成积。”现代人由于生活压力大、节奏快，思虑过度、情志不调，容易导致肝气不舒，气机不畅，从而影响气血津液的正常运行，痰瘀互结产生息肉。

### 怎么预防息肉生长

中医认为：阳气旺，阴收敛，化形难，则息肉无所生。中医治病讲究急则治其标，缓则治其本。对于已经长出来达到切除指征的息肉，医生往往会借助内镜技术切掉它，阻止它继续长大，但切除息肉只是治标之法，并不能阻断它再生。“脾胃为后天之本”，中医强调以中药调理体质和胃肠内环境，改变息肉赖以生存的“土壤”，从根源上断了它再次“萌芽”的念想。

息肉的病机关键在于痰瘀互结，脾为生痰之源，因此健脾祛湿、活血化瘀是诸多专家

公认的防止复发的方法。脾为后天之本，主升清、运化，脾虚无以升清运化，易导致痰湿内停；痰湿内停日久，有碍气机运行，气滞则血瘀。由此可见，痰湿、气滞、瘀血三者相互为患，但是病之根本在于脾虚不运。

在临床上，针对预防胃肠息肉复发有专项中医特色治疗及中药内服方，通过望闻问切，四诊合参，针对每位患者不同的体质辨证开出中药处方，结合科室特色脐灸、穴位贴敷、艾灸、针灸、耳穴压豆等中医外治法，能极大程度地预防胃肠息肉的复发。

此外，我们日常生活中还应提升正气，即自身免疫力，才能够抵御外邪。具体来说，应重视生活起居，饮食有度；改正不良生活习惯，戒烟戒酒；减少脂肪摄入，多食用新鲜的蔬菜瓜果，增加谷物类食物；适当锻炼，避免久坐久站；定时大便，保持肠道通畅；调畅情志，心态平衡。

通讯员 桦林 黎妍

## 肛周脓肿的中医治疗

肛周脓肿是一种较为常见的肛肠疾病，多因肛门腺感染化脓所致，初期表现为肛门周围出现小硬结或肿块，伴有疼痛、红肿，部分患者还可能出现发热等全身症状。

临床上，肛周脓肿患者常由于对其认识不足，未能及时就医。肛周脓肿如未及时治疗，感染会进一步扩散，炎症向肛门周围的组织间隙蔓延。随着时间推移，脓肿逐渐形成慢性病灶，脓液不断积聚，破坏周围组织，最终形成肛瘘。肛瘘会在肛门周围出现外口，反复流出脓性分泌物，引起肛周皮肤瘙痒、湿疹等。中医在肛周脓肿及肛瘘的治疗及护理方面，有着独特的优势。

### 中药内服

根据患者的症状、体征及舌脉等进行辨证治疗。对于热毒蕴结型的肛周脓肿患者，常用黄连解毒汤合仙方活命饮加减，方中黄连、黄芩、黄柏等清热解毒，白芷、防风等消肿排脓，以控制炎症发展。对于肛瘘患者，若属正虚邪恋型，可选用托里消毒散，通过益气养血、托毒外出，促进瘰管愈合。

### 中药外治

1. 中药坐浴：可选用医院自制的参榆洗液、玄明粉和冰片等具有清热解毒、消肿止痛、祛湿止痒功效的中药坐浴。坐浴时，药物和水按比例配置好直接作用于病变部位，可减轻疼痛、肿胀，清洁创面。对于肛周脓肿初期可控制炎症，对于肛瘘可促进创面愈合。

2. 中药外敷：在肛周脓肿未破溃时，可选用鱼石脂软膏和百多邦等外敷，起到清热解毒、消肿散结的作用。若脓肿破溃或肛瘘术后，可使用九华膏、象皮生肌膏、百多邦和生长因子等，以加速伤口愈合。

### 穴位按摩

按摩长强、承山等穴位，对肛周脓肿和肛瘘的恢复有一定帮助。长强穴位于尾骨端下、肛门后上方，按摩此穴可疏通局部气血，缓解疼痛。承山穴在小腿后面正中，委中与昆仑穴之间，按摩该穴能调理肛肠功能，减轻不适症状。

湖南中医药大学第一附属医院肛肠科 王殊

## 苦丁茶，是药不是茶

苦丁茶为冬青科植物枸骨和大叶冬青的叶，性大寒，味苦甘，入肝、肺、胃经，具有散风热、清头目、除烦渴的功效，用于治疗头痛、齿痛、目赤、耳鸣、热病烦渴、痢疾等症。

《本草再新》载：苦丁茶消食化痰，除烦止渴，利二便，去油腻。《中国医学大辞典》亦载其散肝风，清头目，治耳鸣、耳聋、聾耳流脓，活血脉，凉子宫。

现代药理研究表明，苦丁茶中不仅含有人体必需的多种氨基酸、维生素及锌、锰、钼等微量元素，还具有降血压、降血脂、降血糖的辅助疗效；有利便、降火及治牙龈、牙齿发炎等作用；能双向调节机体代谢，增强人体免疫力；能消暑解毒、消炎杀菌、健胃消积、提神醒脑，对急性胃炎、感冒、肚痛、痧气、疟疾、便秘等有较好疗效。用苦丁茶煮水外洗可杀菌、消炎，对于防治红眼病、粉刺、暗疮、痱子等多种疾患也有一定的疗效。

饮用苦丁茶有诸多益处，但也有禁忌。患风寒感冒者不宜饮用；虚寒体质者忌服；慢性胃肠炎患者及女性经期、产妇不宜服用。

天津 副主任中药师 韩德承



### 湖南道地药材⑥

## 湘银花

湘银花来自忍冬科植物灰毡毛忍冬的干燥花蕾或带初开的花。《中国药典》2020 版收录的名称为山银花。夏初花开放前采收，干燥。

山银花原作为金银花使用，其来源于南方野生分布包括忍冬在内的多种忍冬属植物花蕾和初开的花。上世纪 60 年代中成药工业崛起后需求量逐年上升，湖南山银花也正是此时顺应市场需求开始野生变家种。灰毡毛忍冬中以其绿原酸、异绿原酸含量较高，生产成本低，采收加工方便，成为了首先栽培种类。全省栽培约 40 万亩，是湖南省重要大宗中药材，也是“湘九味”的重点品种。

湖南省湘银花野生资源丰富，分布范围广，是全国山银花主产区。湘银花的道地产区以隆回县、溆浦县为核心，怀化市其他各县区、郴州市、永州市等地均产。

根据 2020 年版《中国药典》规定，湘银花味甘，寒。归肺、心、胃经。具有清热解毒、疏散风热之功效，可用于痈肿疔疮、喉痹、丹毒、热毒血痢、风热感冒、温病发热。

湘银花（灰毡毛忍冬）曾作为金银花在全国使用了 28 年，其间经历了 1977、1985、1990、1995、2000 年 5 版药典。《中国药典》2005 年版将金银花分列为金银花和山银

花，一定程度限制了湘银花的使用。目前湘银花在口炎清颗粒、风热清口服液等清热解毒类中成药中使用。湘银花是湖南省药食两用资源代表种类，入选国家《药食两用目录》。我们可以用湘银花和菊花一起泡茶双花茶，起到散风清热、清肝明目的作用。

下面看看湘银花菊花茶怎么做吧。取湘银花、菊花各 3 克，枸杞适量，将三者一同放入水杯内，开水冲泡，5 分钟后即可饮用。可根据个人口感，加入适量冰糖。

湖南省中医药研究院中药资源研究所副所长 副研究员 金剑