■医经随谈

心律失常患者易失眠 药膳安神静心

许多心律失常患者常常易失眠、脾气暴躁，尤其在酷暑时节，高温天气更犹如一把“火”，易加重其症状。河南中医学院一附院心血管科主任医师翟理黄等在多年临床的基础上，总结出了心律失常患者安神静气的饮食方和单方。

饮食方

人参粥 人参末3克（或党参末15克）冰糖少量，粳米100克，煮粥，早晚空腹分服。用于各种心律失常。

酸枣仁汤 将酸枣仁30~45克捣碎，浓煎取汁，再用粳米100克，加水适量同煮，待米半生半熟时，加入酸枣仁汁再煮为粥，晚餐温热服食。用于心律失常、心悸。

柏子仁炖猪心 柏子仁10~15克，猪心一个，纳柏子仁于猪心肉，隔水炖熟服食。

党参红枣茶 党参15~30克，大枣5~10克，煎汤代茶饮。

乌豆圆肉大枣汤 乌豆50克，桂圆肉15克，大枣50克，加清水3碗煎至2碗，早晚分服。

单方

人参3~5克，水煎，饮汤食参。亦可用人参片适量嚼服，每日1~2次。用于各种心律失常。

人参3~5克（或党参15克），麦冬10克，水煎，饮汤食参，每日2剂。用于各种心律失常。

灵芝末1.5~3克，开水送服，每日2~3次。用于早搏、房颤、房室传导阻滞。

苦参、鹿衔草、炙甘草各10~15克，水煎，分2次服，每日1剂。用于早搏。

胡青金

■针灸推拿

艾灸隐白穴治血崩

女性小产或月经大量出血，中医俗称为血崩。艾灸隐白穴治血崩，简便有效，可供急用。隐白穴，位于足大拇趾内侧，距趾甲角1分许，左右各一。点燃艾条的一端，悬于一侧隐白穴上方1.5厘米处，每次悬空灸15—20分钟，以隐白穴周围皮色转红有热感为止，先灸一侧，然后灸另一侧。每日灸3—4次，待血崩停止后可继续灸1—2天，以巩固疗效。

山东省沂南县中医院 李祥农

孩子遗尿 试试灸疗

生活中，常有一些家长为孩子遗尿感到头痛。笔者在临床中发现艾灸神厥、中极、水道、涌泉等穴位治疗儿童遗尿，效果良好，现介绍如下。点燃艾条，在以上诸穴轮换熏，每至灼热难忍时换穴再灸，每次半小时。以夜间尿床为主，睡前灸；以白天尿裤子为甚者，晨起灸；二者均重者，早晚各灸一次。连灸一周，症状消失，即可停灸，如反复，则如法再灸一周。如此反复施灸，可很快控制病情。笔者近治一5岁尿床女孩，嘱上法自行灸治一周即得以控制。第二次发作时，只灸一次，半月再未尿床。

青海省中医院主任医师 伏新顺

萹蓄治单纯性胆道蛔虫

取干萹蓄500克，水煎成1000毫升，最好1次服完，小儿酌减。不用其他药物，治疗单纯性胆道蛔虫（无并发症）20例，最短4小时收效，最长2天收效，大多1剂而愈，最多2剂。或取萹蓄100克，醋100毫升，加水1碗，煎至1碗，每日分2次服。本法原自老药工传授，效果立杆见影。本法萹蓄用量，大大超过常用量，但未见发生中毒及其他不良反应。

萹蓄，又叫扁猪牙、猪牙草、扁竹蓼等。全国各地均有分布。具有利尿清热，驱虫及缓下作用。

中医药古籍《食疗本草》：“煮汁饮小儿，疗蛔虫有验。蛔咬心痛：治小儿蛔咬心痛，面青，口中沫出临死者。取扁竹十斤锉，以水一石，煎至一斗，去滓煎如饧。隔宿勿食，空心服一升，虫即下也。”记载的就是萹蓄治小儿蛔虫的方法。 陈尚海

■歧黄传奇

驱虫良药使君子

河南 卫史文

使君子味辛苦性温，能行气利水，善驱肠虫，是中药中的驱虫要药。很多人不知道的是，它的发现还有一段故事呢！

相传北宋年间，四川潘州有位姓郭的州郡长官，他精通医术，关心群众疾苦，经常为群众治病而不收分文，深受当地群众爱戴。

一天，他到郊外去采药，在灌木丛中，发现一种形似山栀的果实。正好有一砍柴之人路过，便向他问“这是什么果实？”砍柴人告诉他：“这果实似球，大家叫它留球子，无多大用途。”

郭使君不以为然，摘了十几枚带回家中。为防止留球子发霉变质，便放在锅内微炒，当炒到微黄时，一股芳香之味溢出来，诱人食欲。他的孙子小宝闻了这股香味吵着要吃，郭使君无奈，给他吃了四五枚。次日清晨，小宝在大便时竟屙出好几条蛔虫，午饭比平时吃得又多又香。

郭使君想，是否是留球子有驱虫的效果？此后，他在临床实践中，根据小孩有无虫和疳积症状，用留球子治疗，均取得了较好效果。于是四方求医者络绎不绝。求医者称郭使君为儿科名医，并将留球子改称“使君子”，以纪念郭使君的发现。

百病皆由痰作祟

在中医学中，“痰”的概念有广义与狭义之分。狭义的痰，一般指呼吸系统的分泌物，是贮于肺，咳之能出，有形有物可见，触之可及，听之有声的痰。广义的痰则是指机体内的体液在致病因素的影响下，失去了正常的运行途径和规律，逐步停蓄凝结而形成的一种黏稠的、有害的液体。这种液体留伏在人体内，会使人体产生多种病变，如高血压、中风、肿瘤等。无论是狭义的痰还是广义的痰，都可以导致多种疾病的产生，因此中医便有了“痰生百病”、“百病皆由痰作祟”的说法。

那么，怎样才能防止痰的产生呢？主要应注意以下几个方面：

环境调摄 不宜居住在潮湿的环境里；在阴雨季节，要注意湿邪的侵袭。感受暑湿，或居住环境潮湿，可以引起湿邪内侵，困阻脾阳，使水液不化而成痰。

饮食调理 少食肥甘厚味，酒类也不宜多饮，不要过饱。多吃新鲜蔬菜、水果；一些具有健脾利湿、化痰祛痰的食物，如白萝卜、荸荠、紫菜、大枣、扁豆、薏苡仁、赤小豆等，可以多吃一点。

运动锻炼 适当的运动锻炼可增强脾的运化功能，防止痰湿的产生。宜选择散步、慢跑、球类、八段锦、五禽戏等运动方式。

药物祛痰 对于老年人和痰湿体质的人，可适当服些化痰药，以扫清体内的“定时炸弹”，预防痰饮的中成药有二陈丸、橘红丸等。

郭山军

患“空调病” 喝荷藿薏仁粥

夏天人们从高温环境进入空调室内过久，因适应能力差而出现类似感冒风寒等症状，医学上称为“空调病”。患“空调病”用一般治感冒法不效，可试用荷藿薏仁粥。

具体方法 鲜荷叶100克，鲜藿香嫩茎叶50克（或干藿香30克），薏苡仁100克。将鲜荷叶、鲜藿香嫩茎叶置砂锅内，加水800毫升，煮沸后改为小火再煮20分钟，滤去药渣，取药液约500毫升。再与薏苡仁共煮为粥。早晚食服1剂。

马宝山

绿豆解毒

有机磷农药中毒 绿豆120克，鸡屎藤90克。水煎取汁3杯。先服1杯，余每隔3小时服1次，或绿豆4份，甘草1份，水煎，大量灌服。

煤气中毒恶心呕吐 绿豆粉30克，开水冲服。

磷化锌中毒 绿豆、甘草各30克。水煎，温服。

乌头中毒 绿豆120克，甘草60克。加水适量煎汤服。

酒精中毒 取绿豆50克、甘草10克，加适量红糖煎服，可醒酒。如单用绿豆煎汤，亦有一定功效。

毒菌中毒 绿豆4份，甘草1份。水煎取汁，大量饮服。并可解食物或药物中毒。

陈修源

■千家药方

水灾性皮炎 外治四方

在洪涝期间，皮肤如果浸泡在污泥浊水中，就会发痒疼痛，甚至红肿溃烂，这是患了水灾性皮炎。下面介绍几则治水灾性皮炎的简易方。

1、五倍子250克，白酒1000克，明矾100克（研末），混合2天备用，每天搽患处3~4次。

2、鲜马齿苋500~1000克，洗净切碎，加水1000毫升，煎后泡脚或湿敷。

3、苦参、升麻各50克，加水1000~1500毫升，水煎待凉后洗敷患处。有消炎、杀虫、止痒作用。

4、明矾、盐水（12.5%明矾、3%食盐水混合）；或3%~5%高渗盐水浸泡下肢20~30分钟，让其自行干燥，有消除水肿、止痒及促进创面愈合的作用。

山东莱州市慢性病防治院 郭旭光献方

■友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

我告别了—白癜风！

编辑同志：您好！

我叫王玲，今年32岁，14年前我得了白癜风，手背上长了一片一片深浅不一的白斑。对于一个十七八岁的姑娘来说，这是非常不幸的事。“哪个少女不怀春”？可我却被剥夺了恋爱的资格，男友的绝情让我痛不欲生。焦急的父母带我四处求医，病却一直不见好转，白斑却逐步扩散到了脸上。因身患顽疾，我一参加工作就被安排在昏暗的仓库做保管员。转眼我都26岁了，眼看姐妹们一个个有了归宿，自己却连结婚的念头都不敢有，孤独的我常常在夜里伤心流泪。我对自己暗暗发誓，无论如何都要把病治好！在接下来的几年，我不知跑了全国多少医院，试过多少偏方，都是用药就有好转，但却不能痊愈。一些医托还利用我“病急乱投医”的心理引我上当，艰辛漫长的求医路上洒满了我失望的泪水！

就在这时，我在北京当记者的表哥从相关部门了解到，中国中医药研究中心的齐书钧教授经过数十年临床研究治疗白癜风已取得重大突破，据《人民日报》、《中国教育电视台》、《北京电视台》、《健康报》等媒体报道，齐教授运用独创的“黑色素多元再生”疗法使数万例白癜风患者康复！犹如黑暗中见到光明，我在第一时间登陆 **www.zgzybdf.net** 网站查阅了相关资料，并拨通齐教授的咨询电话010-52171888进行了咨询，在得到热情肯定的答复后，我很快动身来到中国中医药研究中心接受了齐教授的精心治疗。接下来的情形令我无比振奋：服药仅五、六天，白斑颜色开始转红，一个月后，斑区明显缩小，并长出色素岛。欣喜万分的我赶紧按齐教授提供的通讯地址：北京市永定门东街中里3号中国中医药研究中心施恩医院白癜风治疗中心（邮编：100050）又邮购了两个月的药物，用完后我的白癜风终于消失了，抚摸着自己健康光洁的皮肤，我恍如隔世，喜极而泣……

如今我已结婚生子，三年来没见有复发迹象。今借贵报一角表达我对齐教授的感激与敬意，同时用我的亲身经历告诉大家：白癜风无法根治的历史已经结束！但愿更多白癜风患者在齐教授的治疗下早日获得新生！最后提醒广大患者：千万不要“病急乱投医”以免上当受骗！ 山东 王玲

告别痛风病—别滥用药

全国各地均可送药上门 药到付款 零风险用药

痛风病是一种代谢性疾病。主要由于尿酸生成过多或肾脏排泄尿酸功能减少，引起的血中尿酸升高并在关节腔内沉积形成尿酸结晶，引起关节红肿，疼痛反复发作导致痛风结石、关节畸形等危及肾脏。

中国医科大学痛风病研究中心，是目前规模最大、最专业、最系统的痛风病专研机构。汇集了数十位国内外的专家教授和一大批专业的技术人才，在中药治疗高尿酸血症痛风病领域中多次获得国内、国际大奖，受到国际医学界的高度关注，与美、英国等多国研究机构结成国际联盟，通过得天独厚的学术交流，资源共享，和历时多年的临床经验终于研究出**"益肾痛风丹"**治疗痛风病的特效新药，被中华中医药学会推荐为治疗痛风病的优选药物之一。

"益肾痛风丹"集五大功效合一：**❶能有效控制嘌呤氧化酶增多。增加尿酸分解酶的活性，促进尿酸排泄，使嘌呤代谢正常。❷消除血液中漂浮的尿酸，溶解关节中痛风结石、改善肾脏生物膜通透性。❸清除肾脏沉积的物质、温经通络、活血化瘀、从根本上降低血液中尿酸的含量，恢复肾脏自身排泄尿酸能力。❹益肾通痹、修复肾脏功能、提高肌体免疫力、疏通血管、防治痛风伴有的高血压、高血脂、动脉硬化，阳痿早泄，肾功能不全等并发症的产生。❺标本兼顾，不需长期服药，疗程短，见效快，轻轻松松治痛风。**

病例选登：四川患者 刘某，患痛风8余年，四处求医，耗资甚多，可病情不但没好转，却越发严重，每1个月左右发病一次，关节红肿，疼痛使他痛苦不堪，每当饱食、饮酒、受凉、都容易导致急性发作，半夜常常被突发的剧烈疼痛所折磨，脚、手关节多处出现结石，右拇指已变形，使他对治疗失去了信心。后经朋友介绍，抱着试试看的态度服用**"益肾痛风丹"**二个疗程，没想到病情完全控制住了，后又巩固治疗二疗程康复，至今未见复发，像这样的病例举不胜举。

我院承诺：凡服用**"益肾痛风丹"**10天无效者即可办理全额退款，治好后的患者10年内偶有复发，可免费指导用药直到康复。现全国痛风病大普查期间药费一律优惠30%，买二送一。

专家咨询热线：010-51295853（共4线）

联系人：叶主任 网址：www.gbtfb.com

院 址：中国医科大学痛风病研究中心

（北京市平谷区兴谷路69号）