

# 中风康复的几个认识误区

高邮市中医医院 康复科/脑病科主任中医师 张小平

急性脑血管病是当今发病率最高的病种之一,中医称之为“中风”,其致死致残率非常高,随着急性期救治脱险后病情得到了控制,大多数患者可遗留有不同程度的功能障碍,如偏侧肢体不能活动,言语障碍,认知障碍,吞咽障碍,二便功能障碍等一系列问题。高邮市中医医院康复科自2015年3月成立以来,已经为100多位中风患者提供了良好和规范的功能康复治疗,并取得了良好效果,深得患者的好评,而目前仍有许多患者或者医务人员对康复存在着一定认识的不足,归纳起来有如下几点:



一、重视急救救治,忽视康复锻炼  
好多患者及家属甚至部分医生也认为,康复治疗要等得病后一个月,甚至三个月后才能进行康复治疗。其实正规的康复训练开始得越早,康复效果越好,但是好多人因为这种观点错过了最好的康复时机(发病三个月内)。事实上不论脑出血还是脑梗塞病人,只要病情平稳后,康复训练即可开始。一般来讲,脑梗塞患者只要神志清楚,生命体征平稳,病情不再发展,48小时后即可进行,康复量由小到大,循序渐进。大多数脑出血康复可在病后7~14天开始进行。早期的功能康复更有利于患者,如对关节的保护、防止肌张力增高或萎缩等。

二、急于求成训练,缺乏循序渐进  
康复训练必须在经过康复专业人员指导下,根据每个患者的具体情况通过标准化评定其功能缺损程度,然后制定有针对性的治疗方案,不同阶段都有相应的康复项目,并在一个治疗周期后再进行功能评定,制定下一步治疗计划,由治疗师按步骤一步一步的进行训练,具体的可以精确到每一块肌肉的功能,每一动作的训练,都不是随意的,不然的话,肯定会出问题的,很多患者和家属希望康复能更快些,要求增加不恰当的康复项目,这种拔苗助长的做法会让患者得不偿失。

三、自作主张训练,影响康复质量  
许多患者出院后在家随意训练,缺乏规范动作要领,从目前临床所见这类病例分析,可能下肢功能有一定的恢复,大多数上肢和手功能障碍均得不到有效的康复,这是一个可怕

的现状。所以康复训练不能自作主张进行,要按照康复专业人员指导来做。如脑中风偏瘫患者在患病早期就处于肌肉松弛瘫痪,因肌肉无力量保持关节的稳定性,如肩关节、髋关节等仅靠韧带维系着,此时多处于半脱位状态。应多一些被动训练且活动度要有所控制,否则就极易造成患者韧带或肌肉、肌腱等的损伤,甚至引起关节脱位和骨折。大部分偏瘫患者瘫痪侧的肢体会出现肌肉痉挛,如上肢易发生内侧肌群的痉挛,下肢发生后侧肌群的痉挛,适当的康复训练可以使这种痉挛得到缓解,从而使肢体运动趋于协调。如果使用了错误的训练方法,例如用瘫痪侧的手反复练习用力抓握,则会使患侧上肢负责关节屈曲的肌肉痉挛加重,手指张开困难,反而不利于手功能的恢复。偏瘫不仅仅是肌肉无力的问题,肌肉收缩的不协调也是导致运动功能障碍的重要原因,不能误以为康复训练就是力量训练,还有动作协调和分离等训练方法。另外中风步态训练上不能保持平衡,时间久了又会产生腰椎问题而发生下肢疼痛麻木等症状。

四、被动运动过多,忽视主动配合  
有些患者病后变得敏感而脆弱,表现为对医生和家属的过分依赖性,缺乏康复训练的主动性,认为医生的手法、针灸或家人按摩才是治疗,自身的主动训练是没用的。其实对中风患者而言,主动训练更有利于神经反射的建立,应让患者积极配合,这比被动治疗的疗效要好得多,并且主动配合在心理上更能让患者接受。

五、养阴益胃法  
适应症:湿热病后,胃阴被灼或肝郁化热,灼伤胃津,胃脘隐痛,口燥咽干,纳少便秘,手足心热,舌红苔薄黄或少苔,脉细数。  
选方:一贯煎、益胃汤、竹叶石膏汤加味。  
处方:沙参12g、麦冬12g、玉竹12g、石斛12g、白芍15g、生地20g、川楝子10g、火麻仁15g、甘草6g。

六、活血化痰法  
适应症:气滞血瘀或久痛入络,胃脘疼痛有定处,痛如针刺或刀割,夜间尤甚,舌质暗或有瘀斑,脉细涩。  
选方:丹参饮、失笑散、膈下逐瘀汤加味。  
处方:当归12g、川芎10g、赤芍15g、白芍15g、桃仁10g、元胡10g、五灵脂10g、生蒲黄10g、布包、炙甘草6g。

七、温中止痛法  
适应症:脾胃虚寒,中阳不振,胃脘隐痛,绵绵不休,泛吐清水,喜暖喜按,腹胀纳呆,手足不温,大便溏薄,舌淡,苔薄白,脉细弱或沉细。  
选方:黄芪建中汤、厚朴温中汤加味。  
处方:黄芪30g、党参20g、桂枝10g、白芍20g、白术15g、茯苓15g、陈皮10g、厚朴10g、吴茱萸6g、干姜10g、木香6g、炙甘草6g。

八、健脾化湿法  
适应症:脾虚湿盛,胃失和降,胃脘闷痛,口粘恶心,纳呆肢重,舌红,苔白厚腻,脉濡缓。  
选方:平胃散、三仁汤加味。  
处方:苍术10g、白术10g、厚朴10g、陈皮10g、薏苡仁30g、白扁豆10g、藿香10g、白蔻6g、半夏10g、茯苓15g、泽泻10g。

九、通理攻下法  
适应症:肝热胃滞,热结胃腑,胃痛牵及腹部疼痛,恶心呕吐,腹胀,便秘尿黄,舌质红,舌黄厚,脉沉弦。  
选方:大柴胡汤、调胃承气汤加味。  
处方:柴胡10g、黄芩10g、半夏10g、炒枳实12g、黄连10g、蒲公英30g、芒硝(冲)6g、甘草10g。

# 体检为什么要检查肿瘤标志物

高邮市中医医院 肿瘤科 副主任中医师 王晓庆



1、胃、肠道癌:CEA(消化道的阳性率为14~35%)、CA72-4(消化道的阳性率45~50%)、CA19-9是较好的联合检测胃癌指标,可显著提高胃癌诊断的阳性率,有助于观察疗效和发现复发。

2、胰腺癌:CA19-9对胰腺癌的敏感性达80%。如果联合CA24-2、CEA则可把诊断率提到90%以上。CA125、CA50在胰腺癌也有一定的敏感性。

3、卵巢癌:CA125是卵巢上皮癌的首选标志物。CA125的升高比临床上能检查到肿瘤要早3~6个月。CA125和CA19-9联合检测提高卵巢癌诊断的敏感性(91.6%)。CA125对卵巢癌的疗效和复发监测也有重要价值。

4、前列腺癌:前列腺酸性磷酸酶(PSA)是第一个由美国癌症协会推荐用于筛查50岁以上前列腺癌的肿瘤标志物,PSA和游离PSA(FPSA)一起测定能很好鉴别良、恶性前列腺癌,甚至可代替穿刺。但是,单独PSA在前列腺良性增生时阳性率可达30%~45%。

至今还未发现具有100%灵敏度和特异性的肿瘤标志物,因为肿瘤标志物不仅在发生癌变时产生,在正常的和良性疾病情况下也有不同程度表达。因此,在读取肿瘤标志物检测报告时要注意假阳性和假阴性的问题。如肝脏良性疾病时AFP、CA19-9、CEA和TPA及肾功能衰竭的β2-微球蛋白,CA15-3、CA19-9、CEA升高,当运动和指检前列腺也会引起PSA水平升高。

作者介绍:  
王晓庆,副主任中医师。扬州市中医学青年委员会委员,中国抗癌协会专业委员会CSCO会员。从事肿瘤内科工作十余年,曾先后在上海复旦大学附属肿瘤医院,广东中医学院附属广东省中西医结合医院,天津北辰医院肿瘤中心进修学习。在高邮地区率先开展肿瘤粒子植入术(体内伽马刀系统)。擅长多种恶性肿瘤中西医结合治疗、化疗、分子靶向治疗、免疫治疗等。在省级以上医学期刊发表学术论文数篇。

# 浅谈胃脘痛的中医论治

高邮市中医医院 脾胃科 主任中医师 刘志冬



五、养阴益胃法  
适应症:湿热病后,胃阴被灼或肝郁化热,灼伤胃津,胃脘隐痛,口燥咽干,纳少便秘,手足心热,舌红苔薄黄或少苔,脉细数。

选方:一贯煎、益胃汤、竹叶石膏汤加味。  
处方:沙参12g、麦冬12g、玉竹12g、石斛12g、白芍15g、生地20g、川楝子10g、火麻仁15g、甘草6g。

六、活血化痰法  
适应症:气滞血瘀或久痛入络,胃脘疼痛有定处,痛如针刺或刀割,夜间尤甚,舌质暗或有瘀斑,脉细涩。

选方:丹参饮、失笑散、膈下逐瘀汤加味。  
处方:当归12g、川芎10g、赤芍15g、白芍15g、桃仁10g、元胡10g、五灵脂10g、生蒲黄10g、布包、炙甘草6g。

七、温中止痛法  
适应症:脾胃虚寒,中阳不振,胃脘隐痛,绵绵不休,泛吐清水,喜暖喜按,腹胀纳呆,手足不温,大便溏薄,舌淡,苔薄白,脉细弱或沉细。

选方:黄芪建中汤、厚朴温中汤加味。  
处方:黄芪30g、党参20g、桂枝10g、白芍20g、白术15g、茯苓15g、陈皮10g、厚朴10g、吴茱萸6g、干姜10g、木香6g、炙甘草6g。

八、健脾化湿法  
适应症:脾虚湿盛,胃失和降,胃脘闷痛,口粘恶心,纳呆肢重,舌红,苔白厚腻,脉濡缓。

选方:平胃散、三仁汤加味。  
处方:苍术10g、白术10g、厚朴10g、陈皮10g、薏苡仁30g、白扁豆10g、藿香10g、白蔻6g、半夏10g、茯苓15g、泽泻10g。

九、通理攻下法  
适应症:肝热胃滞,热结胃腑,胃痛牵及腹部疼痛,恶心呕吐,腹胀,便秘尿黄,舌质红,舌黄厚,脉沉弦。

选方:大柴胡汤、调胃承气汤加味。  
处方:柴胡10g、黄芩10g、半夏10g、炒枳实12g、黄连10g、蒲公英30g、芒硝(冲)6g、甘草10g。

四、舒肝泻热法  
适应症:肝郁化热,邪热犯胃,胃脘灼痛连及两胁,烦躁易怒,口苦泛酸,嘈杂暖气,舌红,苔薄黄,脉弦数。

选方:化肝煎、左金丸、金铃子散加味。  
处方:青皮10g、陈皮10g、白芍20g、炒栀子10g、丹皮12g、黄连10g、吴茱萸3g、川楝子10g、元胡10g、煅瓦楞子20g。

作者介绍:  
刘志冬,主任中医师。毕业于南京中医药大学,曾在江苏省人民医院进修消化科、呼吸科。擅长消化性溃疡,上消化道出血,胰腺炎、肝硬化、慢性支气管炎、肺心病等疾病的诊治。在省级以上医学期刊发表学术论文10余篇。

高邮市中医医院  
GAOYOU HOSPITAL OF TCM

中医院之窗

健康之友 总第239期  
2016年第8期  
[www.gysayy.com](http://www.gysayy.com)

新浪微博: @高邮市中医医院  
微信号: gaoyouzyyy  
QQ: 800041201