

消化系统疾病患者如何进行冬季膏补

高邮市中医医院 脾胃病科 主任中医师 李大卓

“冬令进补”为流传两千多年来的传统养生保健方法,其实一年四季都可以进补,根据中医“虚则补之”原则,身体如出现阴、阳、气、血不足时,随时都应该调补。那么为什么要特别强调冬令进补呢?主要因为冬季天气寒冷,人体对能量、营养的要求增强,机体代谢旺盛,此时最宜补,也补得进。因此,冬季是人们进补的最佳时令。民间俗语:“三九严寒补一冬,来年四季无病痛。”而进补的最为常用的方法是膏方调补。

消化道疾病的虚弱病证,大都为脾胃气(阳)虚为最常见。在生理上脾胃共同主持对饮食物的消化、吸收,但在功能上又各有区别,胃主受纳,脾主运化。胃气主降,使饮食及糟粕得以下行,脾气主升,则饮食之精华得以营养全身。如脾胃虚弱(气虚为主)就会出现:食少腹胀、脘腹隐痛、少气懒言、大便稀溏、或大便努责难解、肢体倦怠、形瘦体弱、手足清冷、面色萎黄、舌淡苔薄白,脉细弱等症候。因“脾为后天之本”,长期的脾胃气虚,又可导致其它脏器的虚弱,如心气



(血)虚、肾气(阳)虚、肺气(阴)虚、肝血(阴)虚等。这样的患者就应该进补,而且必须进行调补。

具体有哪些消化系统疾病可参照呢?如:消化性溃疡(口腔溃疡、食道溃疡、胃十二指肠溃疡、溃疡性结肠炎等)、慢性胃炎(如浅表性胃炎、胆汁返流性胃炎、疣状胃炎、萎缩性胃炎等)、慢性肠炎、功能性消化不良、胆囊术后综合征、消化系肿瘤术后或放化疗后等,只要有上述部分症状者均可使用膏方调补。

作者简介:

李大卓,主任中医师,基层指导科科长,世界中医药联合会消化病专业委员会理事,江苏省中医学会脾胃病专业委员会常务委员,扬州市中医学会内科专业委员会委员,第二批“全国基层名老中医名师工作室”传承人,高邮市有突出贡献的中青年专家,高邮市名中医、扬州市名中医,扬州市首批“中医药名师工作室”指导老师。毕业于扬州医学院,在中西医结合诊治消化系统疾病方面积累了一定的临床经验,并总结了一整套临床诊治胃、肠疾病的有效方法。

膏方调治慢性肾脏病

高邮市中医医院 内科 主任中医师 蒋茂剑

《黄帝内经》记载:“冬三月,此谓闭藏”。意思是冬季是封藏的季节,是补充和收藏营养精微,恢复健康的季节,冬令养精蓄锐,使肾精充沛,第二年体质就能增强。所以长期以来民间流传着冬季服用膏方的习惯。随着医学的发展和人民生活水平的提高,人们的思想观念亦发生了变化,膏方不再是单纯的补益药,而是用于冬令或者四时的针对疾病的一种适时方便的治疗方法。

膏方是医者根据患者体质的不同与疾病的需要,选择多种药物组成方剂,并将药物经多次煎熬、去渣,将药汁经微火浓缩,再加入辅料如蜂蜜、阿胶、龟板胶、鹿角胶等收膏,形成稠厚的糊状膏方,以达到增强体质,调治疾病的功效。膏方具有治病防病的作用,既可以滋补养生,又可以调治慢性肾脏病,提高机体免疫能力,祛病延年。膏方要根据患者的疾病特点,体质类型,经辨证后配方,一人一方,针对性强,适用于治疗急慢性肾炎、肾病综合征、泌尿系感染、糖尿病肾病、高血压肾病、慢性肾衰、尿毒症维持性血透等病情稳定,需长期口服中药汤剂的患者。



中医理论认为慢性肾脏病的病机特点多本虚标实,虚实兼夹。本虚主要责之于肾,肾为先天之本,主藏精,所藏之精主生长、发育与生殖,肾气强弱关乎肾脏疾病;标实与外感、水湿、瘀血、湿热、热毒相关。治疗当辨清标本主次,恰当施以扶正祛邪法。病程中当步步顾护脾胃,因脾胃为后天之本,药物的作用还需藉胃气以敷布全身,膏方中应少佐谷麦芽、陈皮、苏叶等品以运脾理气,使膏方补而不滞,无碍脾胃。

中医运用膏方调治慢性肾脏病的临床疗效已惠及广大肾病患者。

作者简介:

蒋茂剑,主任中医师,工会主席,高邮市政协委员,高邮市有突出贡献中青年专家。从事中医内科临床教学科研工作近30年,擅长治疗肾脏病、内分泌与代谢病及其它疑难杂病,充分运用中医学辨证论治理论经验,充分发挥古代经方治病的疗效,结合现代医学的研究成果,治病指南,融会中西医两套治病方法,积累了一定的临床经验。主持和参与的科研课题曾两次获得高邮市科技进步二等奖。

服。2. 饭后服用:一般在饭后15~30分钟时服药。病在上焦(心肺),欲使药力停留上焦较久者,宜饭后服。3. 睡前服用:一般在睡前15~30分钟时服用。补心脾、安心神、镇静安眠的药物宜睡前服。4. 空腹服膏方:《本草经》谓:“病在四肢血脉者宜空腹而在旦。”其优点是可使药物迅速入肠,并保持较高浓度而迅速发挥药效。滋腻补益药,宜空腹服,如空腹时服用肠胃有不适感,可以改在半饥半饱时服用。

四、膏方服用的剂量:膏方服药剂量的多少,应根据膏方的性质、疾病的轻重以及病人体质强弱等情况而决定。一般每日2次,每次服用1汤匙(约合20~30克)。病情较重、体质较强的人,剂量可以稍大;病轻或老年人、妇女儿童等用量宜小。有滋补作用、药性较平的膏方,用量可大些;含药性剧烈的膏方,用量宜小,应从小剂量开始,逐步增加。

五、膏方服用的注意事项:1、服药时方中有人参忌食萝卜、菜菔子、浓茶等;如遇感冒发热、咳嗽、大便溏薄或胃口不佳时,暂停数日,待病愈后再进服。忌生冷油腻及辛辣刺激性食物,以免阻碍脾胃运化,影响膏药吸收。2、若冲服时有微量沉淀(为药粉),请搅匀再服。3、所用汤匙应洗净,烘干,避免生水进入盛药容器;每次开盖的时间要短,避免污染;为防止霉变应放入冰箱内贮存。4、如为大包装,最好隔水软化后分装在洁净的小玻璃瓶中,事先应将玻璃瓶与盖进行煮沸消毒。

作者简介:

钱学荣,主任中药师,制剂室主任,设备科科长。毕业后从事中药剂及药剂管理工作,对中药配方、中药的炮制、真假鉴别、丸散膏丹制作等方面积累了丰富的经验。在省级以上刊物发表学术论文数篇。

膏方治疗多种慢性病

高邮市中医医院“治未病”科 肝病科 主任中医师 闫勤



躁、面红升火等,中医认为此多为阴阳失衡所致,以调补阴阳治之,常用生地、仙灵脾、仙茅等。

亚健康状态:以易疲劳、精力不足为特征,中医多从补气入手,常用黄芪、太子参、黄精、枸杞等。

慢性结肠炎:该病以腹痛、腹泻反复发作为特征,中医多从补脾补肾入手,常用茯苓、党参、补骨脂、菟丝子等。

女性尿路感染:此病易反复发作、迁延难愈,中医认为此病多为脾肾气虚、兼有湿热残余所致,治宜健脾补肾、兼清湿热,常用党参、益智仁、白茅根、车前子等。

慢性乙型肝炎:中医认为此病多为湿热疫毒隐伏于肝经血分,治疗当以凉血活血解毒为治,常用丹参、丹皮、车前草、虎仗等。

早期肝硬化:中医多从益气养阴、活血化痰为治,常用黄芪、白术、丹参、赤芍、生地、生牡蛎等。

脂肪肝:中医认为痰湿是本病的主要病理因素,祛湿化痰是其基本治则,膏方中常用决明子、苍术、山楂、泽泻、丹参、泽兰等。

脑梗塞:膏方适合于后遗症期,此期中医多认为是气虚血瘀所致,因此其治疗亦当从补气活血通络为治,常用黄芪、赤芍、丹参、葛根、地龙、当归等。

作者简介:

闫勤,主任中医师,治未病科主任,扬州市名中医,高邮市首届名中医,中华中医药学会中医体质分会、亚健康分会、治未病分会委员,世界中医药联合会老年肌肉与骨骼疾病专家委员会委员,全国肝胆病咨询专家,江苏省中医药学会老年医学专业委员会常委,扬州市中医药名师工作室指导老师,扬州市中医药学会心系专业委员会委员,王琦国医大师学术传承人。毕业于南京中医药大学,先后去中国中医科学院、解放军302医院进修老年病、肝病。擅长用中西两法治疗各种老年病、各型肝炎,对养生保健、延缓衰老、体质辨识、治未病等颇有研究。

儿童如何选用膏方

高邮市中医医院 儿科 副主任中医师 许德军

儿童处于生理上的发育期,人体机能与成人存在区别,儿科用药应结合药物性质,儿科生理、病理、用药特点来选用适宜剂型。中医中药在治疗儿科常见病与多发病乃至疑难杂病均有独到之处,特别是在急慢性疾病的预防方面凸显出巨大的作用。中药煎膏即是中药材反复煎煮至一定程度后去渣去汁,再浓缩,加入适量蜂蜜、冰糖或砂糖,煎熬成膏,具有体积小、便于服用等特点。又含有大量蜂蜜或砂糖,味甜而营养丰富,备受儿童青睐。秋冬季节,气温低下,血流缓慢,免疫功能减弱,此时进食一些补益食物或药物,往往能获得事半功倍的效果。

一、膏方适应证

1. 小儿反复呼吸道感染、支气管哮喘缓解期。
2. 慢性腹泻、偏食、厌食、再发性腹痛。
3. 自汗、盗汗。
4. 遗尿、多动、生长发育迟缓、小儿贫血、慢性血小板减少性紫癜等。

二、食用膏方最佳时机

1. 冬至后至立春前。
2. 冬至前后。
3. 三九天。

三、膏方治疗原则

1. 调和阴阳、滋润防燥。
2. 健脾益肾、气血双补。
3. 配合食疗,持续有度。

四、进食膏方注意事项

1. 药补不如食补,忌以药代食。
2. 遵循医嘱,因人而异。

五、常见病膏方举例

1. 反复呼吸道感染宜健脾益气,方选玉屏风



散加减。

药如:生黄芪、防风、炒白术、当归、紫河车、煅龙牡、山药等。

2、哮喘缓解期宜益气固表,化痰止咳、解痉平喘。

药如:生黄芪、党参、山药、胡桃肉、蝉衣、地龙、山萸肉、生熟地、当归、红花、白芥子等。

3、多发性抽动症日久多属肝肾亏虚证,宜滋补肝肾。

药如:炙龟板、白芍、枸杞子、玄参、葛根、钩藤、胆南星等。

作者简介:

许德军,副主任中医师,儿科主任,江苏省中西医结合学会儿科专业委员,高邮市有突出贡献的中青年专家。毕业于扬州医学院,结业于南京中医药大学中西医结合临床研究生班,先后在南京儿童医院、上海新华医院、北京大学第一医院进修学习。从事儿科临床近二十年,在新生儿危急重症诊治、中西医结合治疗小儿腹痛病、哮喘、过敏性紫癜等疾病,积累了丰富的临床经验。在省级以上医学杂志发表论文10余篇。

怎样服用膏方

高邮市中医医院 主任中药师 钱学荣

膏方即煎膏剂,系指药材加水煎煮,去渣浓缩后,加炼糖或炼蜜制成的稠厚状半流体剂型。与汤剂相比,膏方经过浓缩并含较多的糖或蜜等辅料,故具有药物浓度高,体积小,稳定性好,便于服用等优点。在包装上我院采用了小包装和瓶装两种方式,这样方便了定量服用和外带携带。随着人民生活水平的提高,人们对膏方的需求呈上升趋势。近几年,我院通过开展膏方节活动,进行膏方知识宣传,邀请上级医院中医专家为个体把脉开方,群众对膏方滋补逐步认同和对中医药的信任,满足了广大人民群众对中医药服务的需求。现从药剂学就如何正确服用膏方谈谈个人粗浅的认识:

一、膏方服用的季节。临床上膏方的具体服用,一是根据病人的病情决定。二是考虑病人的体质及季节、气候、地理条件等因素,做到因人、因时、因地制宜。原则上一年四季皆可服用,但以冬季服用为多,服用时间多由冬至前一周至立春结束。冬天为封藏的季节,滋补为主的膏方容易被机体吸收储藏,所以冬令是进补的最佳季节。

二、膏方的服用方式。1. 含化膏方,将膏方含在口中,让药慢慢在口中溶化,慢慢咽下,以发挥药效,如治疗慢性咽炎所用的膏方。2. 冲服膏方,取适量膏方,放在杯中,将白开水冲入搅匀,使之溶化,服下。3. 调服膏方,胶质黏稠难化的膏方加黄酒或汤药或开水用碗、杯隔水炖热,调匀后服下。

三、膏方服用的时间:1. 饭后服用:一般在饭前30~60分钟时服药。治疗胃肠道疾病,宜饭后



高邮市中医医院
GAOYOU HOSPITAL OF TCM

中医院之窗

健康之友 总第277期
2018年第11期
www.gysayy.com

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