

中药方剂

难治性咳嗽 中医疗效好



难治性咳嗽是困扰患者的常见疾病,西医往往久治不愈,常见病因有:咳嗽变异性哮喘、感染后咳嗽、鼻后滴流综合症、胃食管反流性疾病、药物性咳嗽、慢性支气管炎、习惯性咳嗽、职业性咳嗽及其它肺系疾病如支扩、支气管淋巴结核等。中医对难治性咳嗽常常能取得良好的疗效,下面由郴州市中医医院医教部何平部长给大家详细介绍。

难治性咳嗽以小兒、老年人、更年期后妇女以及体弱多病患者多见,由多种致病因素合而致病,诸如风与寒邪,甚至风寒化热;风

与热邪,风与燥邪等等夹杂为病。另一方面又与患者的体质虚弱有关,或先天不足,或久病体虚,或年迈体衰,以致正不胜邪,邪实留滞而导致咳嗽久治不愈。其致病性质多半是有寒有热,虚实错杂,正虚邪恋,因此治疗多以“宣、清、养”法,多有奇效。宣,即宣散、表散外邪;清,即清热驱邪;养,即益气、扶阳、滋阴,扶正以驱邪。结合本地区地域特点,介绍以下几种类型的难治性咳嗽的治疗:

1. 脾肺气虚,邪实留滞,寒热错杂
临床表现:咳嗽阵作,咳痰,气

急,咽痛,有热或无热,出汗多,口苦,纳呆,乏力,多有明显感冒史,大便溏,舌质红,苔薄白腻或苔薄黄腻,脉数或细数。

治法:益气固表,宣清外邪。

经验方:黄芪20g,党参15g,苍术6g,防风6g,牛蒡子10g,桔梗6g,前胡10g,陈皮10g,法夏10g,茯苓15g,白前10g,蝉蜕6g,浙贝母15g,甘草6g,生姜3片

2. 肺阴不足,邪实留滞,虚实夹杂

临床表现:干咳少痰,久咳不愈,伴咽干咽痒,口稍渴,低热或无热,大便干,舌质红,少苔,脉细。

治法:滋养肺阴,宣散外邪

经验方:牛蒡子10g,淮山15g,沙参15g,麦冬15g,玉竹15g,前胡10g,百部15g,当归10g,白芍10g,桔梗6g,川贝母10g

3. 阳气亏虚,正虚邪恋

临床表现:咳嗽阵作,甚则喘喘,多夜间发病,神疲懒言,动则尤显,咯吐大量的稀薄痰涎,畏冷,大便溏,多无发热,舌淡红,苔薄白,脉沉或沉弦。

治法:益气温阳,宣散邪气

经验方:麻黄10g,桂枝6g,白芍10g,法夏10g,五味子10g,细辛4g,干姜6g,白参10g,黄芪30g,炙甘草6g,生姜3片,大枣3枚。

临床疾病千变万化,病机复杂,复杂疾病建议第一时间前往医院就诊,在医生指导下再合理使用。

中医文化

经典与养生 【二十四节气养生—谷雨】

【谷雨节气浅释】

每年4月19日-21日是中国传统二十四节气的第六个节气——谷雨,谷雨是春季最后一个节气,意味着寒潮天气基本结束,气温回升加快,大大有利于谷类农作物的生长。全国各地雨水天气明显增多,除了气温升高带来的炎热,还要注意雨水天气所致的湿气,尤其是南方地区。

【谷雨养生要点】

1. 阴雨天气谨防湿邪伤身

“清明断雪,谷雨断霜”。由于谷雨节气后降雨增多,空气中的湿度逐渐加大,因此需防“湿邪”侵袭伤身。注意开窗通风、加强保暖,不要着凉,多晒太阳,适当运动。如果已有“湿邪”侵入,在日常饮食中,可增加一些利水渗湿的食物,如玉米、茯苓、冬瓜、薏米、赤小豆等。

2. 健运脾胃是关键

《黄帝内经》有云:“脾者土也,治中央,常以四时长四藏,各寄治十八日。”这是说四季季末的十八日均由脾所主,谷雨节是春季最后一个节气,故除了养肝护肝外,还需要注意健运脾胃。此时应根据个人体质,可适当多吃健脾胃、祛湿食物,如香椿、黑豆、薏米、山药、鲫鱼等,为入夏打基础。

3. 起居养生

早晚加件衣,“春捂”别过头。话说“谷雨寒死老鼠”,说的就是谷雨来,天气忽冷忽热,易感冒,注意保暖。很多人像夏天一样穿衣服,其实季节还没有到,湿气、寒气很容易从裸露的部位进入体内。

4. 运动养生

中医讲究“春夏养阳,秋冬养阴”,春日总给人们一种万物生长、蒸蒸日上的景象,此时野外空气清新,正是采纳自然之气养阳的好时机。人们应根据自身体质,选择适当的锻炼项目,如慢跑、做操、打球等,也可以到野外春游,这不仅畅达心胸,怡情养生,而且还能扩大身体的新陈代谢,增加出汗量,使气血通畅,郁滞疏散,祛湿排毒,提高心肺功能,增强身体素质,减少疾病的发生,使身体与外界达到平衡。

5. 情志养生

谷雨节气中,在精神情志养生方面,还要重视精神调养,应戒暴怒,更忌情怀忧郁,要做到心胸开阔,保持恬静的心态,听音乐、钓鱼、春游、太极拳、散步等都能陶冶性情,切忌遇事忧愁焦虑,以防肝火亢动。

中医特色

人流后中医药膳的调养

随着社会的发展,低龄化的女性怀孕趋势增加,如果不想要这个孩子,最简单也是最无奈的方法就是做人工流产。人流后如果护理不当会引发很多妇科疾病。

流产后饮食的食物要易于消化,尤其应选食富含各种维生素、微量元素的食品,如各种蔬菜、水果、豆类、蛋类、肉类等。胃肠虚寒者,慎服性味寒凉食品,如绿豆、白木耳、莲子等;体质阴虚火旺者慎服雄鸡、牛肉、狗肉、鲤鱼等易上火之品。注意补铁(牛肉、瘦肉、肝、肾、蛋黄、血类、青菜,水果,含铁多),蛋白质摄入量要足够。

流产后饮食调养很重要,下面由郴州市中医医院妇产科为大家介绍几个人流后中医药膳的调

养方法:

1. 归芪蒸鸡:母鸡1只,炙黄芪100克,当归20克,调料适量。先将归芪用布包好,母鸡去毛杂,洗净,放入沸水锅内氽透,取出,放入凉水中冲洗干净,沥净水分,纳归芪于鸡腹中,放盆内,摆上葱、姜,加鸡清汤、黄酒、胡椒粉等,用湿棉纸将盆口封严,上笼蒸约两小时取出(如将鸡放入锅内,文火煨炖,即成归芪炖鸡)。去棉纸及葱、姜、黄芪等,味精、食盐调味服食。可滋补精血。

2. 红枣薏米山药粥:用红枣、薏米、山药煮成粥,早餐或晚餐食用都可以。红枣可以补血;山药有健脾的作用;薏米有助于散除湿气(西医所指的存在体内的代谢废物、毒素)、益智。这样一碗

粥对补充体内气血、调理经络大有好处。

3. 阿胶鸡蛋汤:用阿胶10克。加水1碗烺化,鸡蛋调匀后加入阿胶水中煮成蛋花,加盐调味即可。

4. 山药奶肉羹:山药100克,羊肉500克,生姜15克,牛奶半碗,食盐少许。先将羊肉洗净,与生姜同放锅内,加水以文火清炖半日,取炖好的羊肉汤一碗,加入山药片,共煮烂后,再加牛奶、食盐,煮沸服食。可益气养血。

以上为大家介绍了中医药膳的调养方法,人流后一定要做好后期的护理,最好要卧床休息几天,做好术后的调养,对于身体及生殖器官的功能恢复至关重要。

中医名家

何平 中医内科主治医师,郴州市中医医院医教部部长

从医20余年,曾师从湖南省跨世纪人才、名老中医欧阳新主任医师。擅长心脑血管危急重症的抢救与治疗、中西医结合治疗中风偏瘫(脑出血、脑梗死)、眩晕、失眠、三叉神经痛等神经内科疾病,心血管疾病、不孕不育的调理及内科杂病。

坐诊时间:周一、三、日全天

坐诊地点:新院区三楼内科诊室

约诊电话:13975700131

