

全生讲中医

神经衰弱的中医防治



卢全生医师, 北京中医药大学中医硕士, 中国中医科学院中西医结合博士, 美国乔治城大学医学院博士后, 河南中医药大学客座教授。

编者按: 全生讲中医专栏的目的是普及中医知识, 弘扬中医文化, 介绍中医进展, 传授专家经验, 提高人们养生及防治疾病的能力。如果你热爱健康, 喜欢养生, 那就静下心来, 和全生讲中医一起, 探索中医奥秘, 见证中医神奇, 分享名医经验, 寻找济世良方吧。

神经衰弱是指由于长期的情绪紧张和精神压力, 从而导致精神活动能力减弱的一种病症。该病患者主要表现为易于兴奋又易于疲劳, 常伴有各种躯体不适感和睡眠障碍, 很多患者都具有某种易感素质或不良个性。大多数病例发病于16-40岁之间, 两性发病数无明显差异。从事脑力劳动者占多数。本病如处理不当可迁延达数年甚至数十年, 严重影响生活质量。

目前大多数学者认为精神因素是造成神经衰弱的主因。凡是能引起持续的紧张心情和长期的内心矛盾的一些因素, 使神经活动过程强烈而持久的处于紧张状态, 超过神经系统张力的耐受限度, 即

可发生神经衰弱。如过度疲劳而又得不到休息是兴奋过程过度紧张; 对现在状况不满意则是抑制过程过度紧张; 经常改变生活环境而又不适应, 是灵活性的过度紧张。

本病的诱因多, 起病慢, 临床表现错综复杂。主要表现为神经精神症状如精神疲劳, 神经过敏, 失眠, 焦虑和忧郁, 工作耐力差, 易于疲劳, 记忆力减退, 头晕脑胀, 失眠多梦, 情绪不稳和自主神经功能紊乱, 其次是特定的脏腑症状如口淡无味, 食欲不振, 胁痛腹胀, 恶心嗝气, 便干或便溏, 心悸胸闷气短, 面红耳赤或面色无华, 畏寒怕冷或虚热烦躁, 性欲异常或阳痿遗精, 月经失调, 其特点是病人痛苦万分, 自述症状繁多, 而医生检查很少客观体征, 一般无器质性疾病能够发现。

神经衰弱一般采用中西医结合治疗。神经衰弱属中医“不寐”、“健忘”、“惊悸”等病证范畴, 中医根据临床表现一般分为肝气郁结、肝肾阴虚、心脾两虚、阴虚火旺、肾阳不足等证型。因此在治疗时, 以疏肝解郁, 健脾益气, 养心安神, 调整阴阳为主要方法。具体用药时

又要注意, 清热不宜过于苦寒, 祛寒不宜过于辛热, 更不要随便用攻伐的药物。

北京中医药大学名老中医程士德教授, 全国百名名老中医之一, 积70余年临床经验, 对关节痹痛、咳嗽、胃脘痛、闭经、更年期综合症、不孕不育、失眠、抑郁等精神情志失调性疾病和过敏性疾病等疑难杂证有丰富的理论和经验。作者有幸跟随程老坐诊三年, 治愈神经衰弱病人多例。今抄录当时病案一例, 展程老辨病疾于指端, 起沉疴于平凡之特色。

一徐姓女子, 31岁, 有纳谷不香, 胃中不适, 头晕乏力, 失眠多梦, 记忆力减退, 精神恍惚五年余, 舌淡苔白, 脉细弱。程老根据辩证, 治以健脾益气, 养心安神。药用: 太子参, 炒白术, 茯苓, 陈皮, 半夏, 木香, 竹茹, 白蔻, 焦三仙, 香橼皮, 酸枣仁, 各10g, 炒山药20g, 砂仁6g。治疗一月余, 食佳眠香, 诸症皆消。

针灸对于神经衰弱的防治, 疗效很好。但需根据辩证, 采用不同组穴, 方可取得满意效果。同时, 让患者看淡凡事, 知足长乐; 获得

充分休息; 积极参加一些适当的体育锻炼, 如跑步, 散步, 体操, 气功, 太极拳等, 对改善神经衰弱诸症有帮助。

几首小方, 对神经衰弱有帮助。甘麦饮: 小麦30克, 红枣10枚, 甘草10克, 水煎服, 每日早晚各服1次。莲子百合粥: 莲子、百合、糯米各30克同煮粥, 每日早晚各服1次。杞枣汤: 枸杞子、桑椹子、红枣各等份, 水煎服, 早晚各1次。

目前新冠病毒大爆发, 整个世界笼罩在新冠病毒的阴影下, 人们只有呆在家里, 以防相互传染。鉴于此, 全生中医针灸诊所调整看病方式, 开展了网上免费会诊。诊所拥有400多种草药饮片和颗粒中药, 200多种中成药, 并有一定量的目前公认为有效的抗病毒中药, 如连花清瘟颗粒, 灵丹草颗粒, 肺炎1号方, 肺炎2号方, 肺炎3号方, 肺炎4号(清肺排毒汤), 玉屏风散, 防风通圣散, 藿香正气丸, 人参败毒散, 板蓝根冲剂, 黄芪, 西洋参, 藿香, 艾叶, 艾灸条等。如果您不幸中招, 不要恐慌, 给我们发来您的症状和舌苔图片, 我们帮您免费会诊, 并把药邮寄到您的家中。如

欧洲心脏杂志: 因一种特殊的酶, 男性比女性更容易死于新冠肺炎

据 ScienceAlert 网站报道, 5月10日发表于《欧洲心脏杂志》的一项研究称, 男性患新冠肺炎的死亡率比女性更高, 其重要原因是一种特殊的酶——血管紧张素转换酶2 (ACE2) 含量更高, 有助于病毒在肺部扎根。

荷兰格罗宁根大学医学中心的心脏病学教授 Adriaan Voors 介绍, 早期流行病学观察表明, COVID-19 对所有年龄人群易感, 但患有慢性病的老年男性可能受到更严重的影响。《新英格兰医学杂志》发布的一项中国

研究数据显示, COVID-19 检测呈阳性的男性(58.1%)多于女性(41.9%); 而《美国传染学期刊》的数据显示, 在2003年的SARS疫情中, 男性死亡率高于女性, 分别为21.9%和13.2%。

最近的报告显示, 意大利死于COVID-19的患者中, 有70%是男性。还有一项六个不同国家的研究显示, 男性死于COVID-19的可能性比女性高50%。男性死亡率明显高于其他人群的原因值得进一步探讨。

Voors 认为, 患有心血管疾病和其他慢

性病的老年人死亡率增加可能与血管紧张素转换酶2 (ACE2) 浓度增加有关, ACE2 不仅是一种酶, 而且是细胞表面的功能性受体, 在心脏、睾丸、肾脏和肺中高度表达。目前心力衰竭患者中可看到这种酶增加的趋势, 可作为研究模型。

研究人员收集了3500名心力衰竭患者的数据, 其中男性体内的ACE2浓度均高于女性。虽然这些患者并未被COVID-19感染, 但先前已有多数研究数据证实, ACE2与COVID-19感染有关。ACE2能够与病毒相

互结合, 使其更容易感染健康细胞。Voors 说, 本项研究发现, ACE2 在肺部的浓度最高, 因此它很可能是导致COVID-19感染后易导致肺部病变的元凶之一。

除了ACE2理论, 研究人员称还有其他原因可以解释为什么男性感染后更易转为重症: 男性慢病的比例更高, 比如高血压、糖尿病。在很多国家, 男性吸烟率远高于女性, 这是导致肺炎重症的高危因素。还有一点——男性不爱洗手。

Advertisement for '医生专版' (Doctors Special Edition) featuring a group of doctors in white coats.

Advertisement for '爱平诊所' (Gaithersburg Family Medicine) featuring Dr. Aiping Sui and Dr. Xuehui Wei, listing services and contact information.

Advertisement for '中华堂中医馆' (Zhonghua Tang TCM Clinic) listing various services like acupuncture, herbs, and massage, along with contact details.

Advertisement for 'United Primary Care, LLC' featuring Dr. Michael Zhang, M.D., highlighting 24 years of experience and various medical services.

Advertisement for '全生中医针灸' (Quansheng TCM Acupuncture) featuring Dr. Lu Qiansheng, listing specialties in internal and gynecology medicine.

Advertisement for '首都中医针灸' (Capital Acupuncture & Herbal Care) featuring Dr. Chen Zhiqiang, listing services and contact information.