

全生讲中医

胆汁反流性胃炎的中医防治

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。

胆汁反流性胃炎是由于流入十二指肠的胆汁及其肠液通过幽门逆流至胃，刺激胃黏膜而产生的炎症性病变，是胃炎中较为常见的类型。临床以胃脘疼痛，泛酸嘈杂，呕吐苦水等为主症，严重的还可见胃出血，表现为呕血或排黑便（柏油样便）以及大便潜血试验呈阳性等。其病因主要为胃大部切除胃空肠吻合术后，以及幽门功能失调和慢性胆道疾病等所致。

胆汁反流性胃炎，属祖国医学“胃脘痛、泛酸、痞证”等范畴。

多与脾胃气机升降失调及肝失疏泄、横逆犯胃有关。治疗以疏肝和胃、调畅气机为主。但临床应根据病人体质寒热虚实，辨证治疗。

实证有肝胃不和型、气滞血瘀型、湿热中阻型；虚证有脾胃气虚型、脾胃阴虚型。临床临证，亦辩证施证，对证下药，方能取得良好疗效。全生堂气滞胃痛合剂对于气滞血瘀型胃痛有效。该中药合剂还用于慢性浅表性胃炎、慢性萎缩性胃炎、反流性胃炎、胃十二指肠溃疡、乙型肝炎、胃癌、肝癌等证见胃脘胀满，攻撑作痛，痛连两胁，胸闷嗝气，呕吐泛酸，胃中嘈杂，有烧心感，心烦易怒，大便不畅等症者。

胆汁反流性胃炎的治疗中，针对临床症状特点选用一些对症药物，可明显提高疗效。如口咽干燥者加石斛12g，麦冬12g；胃脘痛甚者加元胡12g，金铃子6g；脘腹胀满者加佛手9g，香橼9g；嘈杂

泛酸者加黄连6g，吴茱萸3g；大便溏薄者加升麻3g，柴胡3g，炒白术15g；大便秘结者加大黄9g（后下），莱菔子15g；大便色黑或血便加三七粉3g（冲服），白及15g；四肢不温，恶寒喜暖者加干姜15g，桂枝9g。

此外还必须注意如下几个方面：（1）去除各种可能的致病因素，如戒烟酒，减少食盐摄入，避免对胃有刺激的饮食及纠正不良饮食习惯，停用阿斯匹林等非甾体类消炎药。因烟草中的尼古丁能使幽门括约肌松弛。故戒烟酒非常重要。（2）保养脾胃，牢记十二字诀：“动为纲，素为常，食适量，莫愁肠”。

动为纲，指适当运动可以增强脾胃功能，促进消化，增进食欲，从而气血化源充足，脏腑功能不衰。素为常，指多食素食。素食主要包括植物蛋白、植物油及维生素

多的食物，如面粉、大米、五谷杂粮、豆类制品、蔬菜、瓜果等。大鱼大肉、油腻、煎炸、辛辣之品，能助湿生痰，助热动风，诱发疾病，应当少食为宜。食适量，即是饮食适中，既不过饥也不过饱，七八分饱为宜。莫愁肠，则是指人的精神状况，情绪变化对脾胃有一定的影响。抑郁、忧愁、恼怒、悲伤等不良情绪皆可引起脾胃病。因此必须对生活工作充满信心，以团结互助为荣，多做仁善之事，开心愉悦过好每一天。

更多全生讲中医，敬请访问卢全生中西医结合博士的网站 www.wholelifeherb.com，或直接拨打中文热线电话 301-340-1066，301-919-9898 约诊。全生中医针灸医疗中心地址：416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850. 或 5054 Dorsey Hall Dr, Suite 104, Ellicott City, MD 21042.



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，河南中医学院客座教授。

睡眠呼吸暂停症的诊断和治疗

睡眠呼吸暂停症是指某些患者在睡眠时出现肺通气的间歇性停顿。这种间歇性停顿必须长于正常的呼吸间隔，对于普通成人来说一般是指长于10秒钟。

（一）分类：呼吸暂停症一般分为三类：

（1）中枢性呼吸暂停：由于中枢神经系统的某种原因，病人在一段时间内没有做呼吸的动作和努力，以至于发生通气停顿。

（2）阻塞性呼吸暂停：此类

最常见。患者试图呼吸，但气道的某一段发生阻塞。

（3）混合性呼吸暂停：是前两型的混合型。

（二）病因和临床表现：

阻塞性呼吸暂停主要是由于喉部肌肉在睡眠后放松以至于气道关闭，这种现象常发生于肥胖患者。另外某些病人原先喉部就比其他正常人相对狭窄，所以易发呼吸暂停。临床表现多种多样，如睡眠不平稳，深睡眠减少，有时突然从睡眠中惊醒并有窒息的感觉，胸痛或胸部不

适，早晨口干，头痛，记忆力下降或无法集中精力等。诊断上首先根据临床症状。进一步确定性诊断需要让患者进入睡眠实验室，在睡眠后接受特殊仪器的检查。

（三）治疗：

分为非手术和手术治疗。行为改变疗法包括对于肥胖患者减轻其体重，睡眠时采取侧睡体位并抬高头部，避免酗酒等。进一步的治疗包括持续气道正压仪，这种仪器专门用来提供气道轻度正压，患者在睡眠时戴上

这种仪器的面具，可帮助防止和改善气道阻塞的发生。手术治疗仅在严重患者方才考虑。所有治疗方案都应当与医师仔细讨论后方可进行。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话：240-404-6423；电子邮件：peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877



隋爱平医师 乔治城大学医学院 家庭医学科临床助理教授

中华堂中医馆 医生专版 中医内科：心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。 针灸推拿科：面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等；腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。 中医美容：雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。 中药：针对每一位病人的病情定制配方。 受理多种保险，自费优惠 精治车祸伤害，为你争取权益。 预约电话：202-818-9161 www.AmericaTCM.com 3-100 诊所地址：8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

爱平诊所 Gaithersburg Family Medicine 美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员 隋爱平医师 Aiping Sui MD 徐唯医师 Wei Xu MD 各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。 604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和West Deer Park Road交口处 3-050

中华堂中医馆 中医门诊 针灸 中药 推拿 刮痧 拔罐 中医养生 中医内科：心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。 针灸推拿科：面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等；腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。 中医美容：雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。 中药：针对每一位病人的病情定制配方。 受理多种保险，自费优惠 精治车祸伤害，为你争取权益。 预约电话：202-818-9161 www.AmericaTCM.com 3-100 诊所地址：8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

United Primary Care, LLC. 张宇 内科医师 Michael Zhang, M.D. 24年在美执业经验 医术精湛 服务全面 耐心周到 3-120 主治：内科各种慢性疾病(糖尿病,高血压,高胆固醇,关节疼痛和病变), 专治:Lymes病,吗啡类戒瘾治疗 提供：健康年检、学生体检、移民体检、肿瘤普查 全面接受新病人，接受各种医疗保险和自费 电话：703-775-1004 传真：703-775-1007 地址：1860 Town Center Drive, Ste 320, Reston, VA 20190

全生中医针灸 中医内科 中医妇科 卢全生 博士 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 河南中医学院客座教授 3项国家专利，7部中医专著 25年行医经验 1. 各种关节疼痛,过敏,抑郁症 2. 心脑血管病:高血压,冠心病,高血脂,肥胖,中风偏瘫等 3. 肝炎肾炎,胃炎哮喘,癌症副作用 4. 不孕症,乳腺增生,月经不调,子宫肌瘤,卵巢囊肿等 5. 针灸美容,减肥 中西结合,标本兼治 天人合一,综合治疗 接受保险及车祸工伤 www.wholelifeherb.com 地址:416 Hungerford Dr, #300 Rockville, MD 20850 地址:5054 Dorsey Hall Dr, Suite 104 Ellicott City, MD 21042

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松 博士 预约电话：301-820-2528 接受CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险 资深教育,传承中医精华,主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症,对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗毒副作用等治疗有独到的见解。 www.chenmac.com 地址:波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854 盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD 20879 位于I-270, 355大道边上,大中华超市, Costco, 大华超市 (99 Ranch Market) 之间,交通停车方便。 3-094