

全生讲中医

神经衰弱的中医防治

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。

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或数十年，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，肋痛腹胀，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，更不要随便使用攻伐的药物。

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，起沉痾于平凡之特色。

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，开展了网上免费咨询。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



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。

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。如果来取药，到后不要下车，打电话给我们，我们会把药送到大楼门口外面。

敬请访问卢全生中西医结合博士的网站 www.wholelifeherb.com，或拨打订药热线 301-919-9898, 301-340-1066。全生中医中药医疗中心地址：416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850，在马里兰 Rockville 图书馆附近，免费停车。

慢性乙型肝炎的临床诊断

准确的早期诊断是慢性乙型肝炎治疗的一个重要步骤。充分理解慢性乙型肝炎病毒感染的自然病程是其诊断和治疗的基础，对于判断患者的状况，决定何时开始和何时中止治疗都起到十分关键的作用。

慢性乙型肝炎病毒感染的自然病程主要包括四个阶段：免疫耐受阶段，免疫清除阶段，不活跃的病毒携带者阶段，以及病毒重新激活阶段。每个阶段都具有

特定的化验特征，包括病毒DNA水平，血清学抗原和抗体表现，以及肝脏转氨酶的变化。

过去有乙型肝炎病史或HBsAg阳性超过六个月，现在HBsAg和（或）HBV DNA仍为阳性者，可诊断为慢性乙型肝炎病毒感染。根据乙型肝炎病毒感染的血清学，病毒学，生物化学实验以及其他临床和辅助检查结果，可以把慢性乙型肝炎病毒感染分为慢性乙型肝炎，乙型肝炎

肝硬化，携带者以及隐匿性慢性乙型肝炎等。其中慢性乙型肝炎又可以进一步分为HBeAg阳性慢性乙型肝炎和HBeAg阴性慢性乙型肝炎，以及轻度，中度和重度等。

某些患者还需要接受肝脏组织活检，其目的就是要评估慢性乙型肝炎患者肝脏病变程度，排除其它肝脏疾病，判断预后和监测治疗应答。同时，所有慢性乙型肝炎病毒感染患者还要排除有

HIV和其它类型肝炎病毒的共同感染。另外，所有慢性乙型肝炎病毒感染患者也要排除有无肝癌发生，此步骤一般通过肝脏B型超声检查和血清甲胎蛋白完成。进一步来说，慢性乙型肝炎病毒感染患者还需要接受定期随访，大约每三到六个月进行血清学，病毒学，生物化学实验以及其他临床和辅助检查。

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



隋爱平医师 乔治城大学医学院 家庭医学科临床助理教授

疗保健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。

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

Advertisement for '爱平诊所' (Aiping Clinic) Gaithersburg Family Medicine, 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.

Advertisement for '张宇' (Zhang Yu) Internal Medicine, highlighting 24 years of experience and various medical services.

Advertisement for '全生中医针灸' (Quansheng TCM Acupuncture) listing services for internal and gynecology medicine.

Advertisement for '首都中医针灸' (Capital Acupuncture & Herbal Care) featuring Dr. Chen Zhi Song and various services.