

全生讲中医

慢性胃炎的中医防治

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。

慢性胃炎是指胃粘膜的慢性炎症，是一种常见病，其发病率随着年龄的增长而增加。临床一般分为慢性浅表性、慢性萎缩性及慢性肥厚性3类。症状有上腹部隐痛，进食以后有饱胀感，食欲不振等，严重的还会有胃出血。由于溃疡病、胃息肉与胃癌等都可并见慢性胃炎，彼此关系密切，因此加强对慢性胃炎的治疗，对于防治上述疾病有十分重要的意义。

慢性胃炎与很多因素有关，主

要病因有：(1)幽门螺杆菌感染，目前认为其感染是慢性胃炎最主要的病因；(2)饮食和环境因素，如不合理的饮食习惯，有烟、酒与饮用浓茶的嗜好，缺乏某些营养素(维生素B、C及锌元素)等，常服用能损害胃粘膜的药物(如阿斯匹林、消炎痛、布洛芬、强的松)等；(3)自身免疫及其他因素等。

中医根据临床症状进行分型辨证治疗，有较好的效果。肝胃气滞型：多见于慢性浅表性胃炎、糜烂性胃炎或萎缩性胃炎之初期，多因情志不畅而诱发。胃部饱胀以进食后为甚，或胃部胀痛连肋，嗝气频作，得矢气稍适，或恶心欲呕，口苦泛酸，大便排出不畅等症。治宜疏肝和胃、理气消胀。脾虚胃热型：多见于慢性浅表性胃炎、糜烂性胃炎反复发作，或萎缩性胃炎活动期，表现为本虚挟有胃热，呈虚实寒热错杂之象。证见胃

部嘈杂，或胃部灼痛，痛无定时，饥时觉痛，饱时觉胀，口苦而不多饮，纳食量减，大便时稀时秘等。治宜健脾补气，和中清胃。

脾胃虚弱型：多见于萎缩性胃炎，或浅表性胃炎久病实证已消除仍余脾虚证。证见胃部虚痞，或隐隐作痛，按之较舒适，喜进热食，食后腹胀，或呕吐清涎，面色萎黄，神疲乏力，大便溏薄等。治宜健脾补气，温中和胃。胃阴不足型：多见于慢性萎缩性胃炎，或其他证型胃炎久病久治伤阴所致，证见胃痛日久，胃部微灼痛，或嘈杂不适，口干纳呆，或食后饱胀，大便干结等。治宜养阴益胃、缓急止痛。另外，兼有瘀血者，配以活血化瘀之品。

慢性胃炎预后一般良好。大部分浅表性胃炎可逆转至正常，少部分可转为萎缩性胃炎。萎缩胃炎随年龄逐渐加重，但轻度

亦可逆转至正常，少数萎缩性胃炎可能演变为胃癌。因此，对慢性胃炎治疗应及早从浅表性胃炎开始，对萎缩性胃炎也应坚持治疗，防止演变为胃癌。

慢性胃炎患者，平时一定要饮食有规律，进食定时定量；少吃多餐，以增进营养，减轻胃部负担为原则，同时要禁烟酒，不吃辛辣的刺激性食物。

两首小方，对慢性胃炎有帮助。参米粥：选用洗净切碎的党参25克，洗净的大米50克，在铁锅内炒至黄色，然后将二者与清水1000毫升一起放入沙锅内，煮至350毫升左右，分次食用，适用于脾胃虚寒型胃炎。佛手汤：佛手片12克，猪瘦肉(或去皮鸡肉)50克，切碎，然后煮汤饮用，注意不宜久煮，适用于气滞型胃炎。

更多全生讲中医，敬请关注访问卢全生中西医结合博士的网



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。

站 www.wholelifeherb.com，或直接拨打中文热线电话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 5022 Dorsey Hall Dr, Suite 101, Ellicott City, MD 21042。交通方便，免费停车。

血小板减少症的诊断和治疗

血小板减少症一般是指血小板少于十五万/微升。通常血小板要少于五万/微升才会增加出血的危险性。导致血小板减少的原因主要有两大类，包括血小板生成减少和血小板破坏增加。进行骨髓穿刺活检往往有助于鉴别诊断。血小板减少症的患者一般不适合接受大型的外科手术。这些患者也要慎用或不用阿斯匹林以及其它抗凝血药物，因为会增加出血的危险。

(一) 血小板生成减少：主要是指骨髓生成血小板的数量下降，其原因众多，病毒感染可能造成骨髓抑制，包括艾滋病病毒等许多病毒感染都有可能引起血小板减少。而在病毒被彻底清除后，骨髓功能还有可能恢复。骨髓浸润性疾病也会引起血小板减少。包括肿瘤以及一些感染性疾病有可能产生骨髓侵犯，从而引起血小板生成减少。这些患者的治疗主要针对原发性病因。另外

药物也会造成骨髓抑制，例如许多化疗药物和放射疗法等。这些患者有时需要接受白介素-11的注射治疗。还有一些血小板减少症是由维生素B12和叶酸缺乏引起，这些患者的情况在补充维生素B12和叶酸后就会得到改善。

(二) 血小板破坏增加：原因复杂多样，包括免疫性的原因和血小板在微循环中聚集的原因。每一大类下又有许多种具体的疾病，其中一些血小板减少的

原因并不十分常见，这里就不具体论述。总而言之，每位患者的诊断和治疗方案要和您的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

全生中医针灸 中医内科 中医妇科 主治：1. 各种关节疼痛, 过敏, 抑郁症... 301-919-9898

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 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 3-100

张宇 内科医师 Michael Zhang, M.D. 24年在美执业经验 3-120

医生专版 3-100

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松 博士 301-820-2528