

全生讲中医

过敏性鼻炎的中医防治 (new)

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...

过敏性鼻炎(Allergic Rhinitis)是由于机体对某种物质过敏而引起的鼻炎, 临床上可见阵发性鼻痒, 连续打喷嚏, 流水样或稀薄粘液样鼻涕, 并有鼻塞, 嗅觉减退, 软腭、耳、眼、咽喉部有痒感及头痛等...

过敏性鼻炎一般分为季节性和常年性两类。季节性过敏性鼻炎(seasonal allergic rhinitis), 多与季节性室外的环境有关, 一般在春季或秋季多见, 通常的原因是由于花粉等引起, 故又叫做“花粉症”或者“花粉热”(hay fever)...

鉴于过敏性鼻炎的严重危害性和中医治疗的有效性, 过敏性鼻炎中医针灸治疗的大规模随机对照试验(randomized controlled trials, RCTs)不断出现。德国一项5,237例过敏性鼻炎病人参与的临床随机对照试验显示, 针灸能有效改善常年性过敏性鼻炎的临床症状(Ann Allergy asthma immunology, 2008)。

另外, 澳大利亚一项针灸治疗过敏性鼻炎的随机对照单盲试验, 历时10个月。结果显示, 经过8周的治疗, 真针灸能明显改善过敏性鼻炎的鼻塞, 流涕, 鼻痒, 打喷嚏症状, 和假针灸相比有明显差别(p=0.01)。结论是针灸治疗常年性过敏性鼻炎有效(Med J Aust. 2007)。

那么, 中医是怎样认识过敏性鼻炎的呢? 中医认为, 肺脾肾虚是过敏性鼻炎的基础, 又有风寒, 风热之分。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。程

老治疗各种过敏性疾病, 效如桴鼓, 基本方药是麻黄, 防风, 乌梅, 五味子, 银柴胡。根据临床辩证, 随证加减。

过敏性鼻炎不仅严重影响正常的生活和工作, 降低生活质量, 而且如果延误治疗或治疗不当, 还可能诱发多种合并症, 最常见的是支气管哮喘, 所以, 对过敏性鼻炎不可忽视, 一定要早防早治。

过敏性鼻炎的最根本保健措施是了解引起过敏的物质, 即过敏原, 并尽量避免它。另外, 经常参加体育锻炼, 增加抵抗力; 服用一些中草药, 如鹅不食草10克, 煎汤饮用; 双手按摩鼻旁迎香穴, 按摩到该处发热为度等, 对防治过敏性鼻炎都有一定的帮助。但系统的中西医结合治疗, 乃为上上策。

专业提示: 文中所用方药, 乃专家辩证用药的结果, 病人切勿独自盲目照搬, 以免发生意外。请在专业中医师的指导下, 辨证用药, 方可达到理想效果。下期敬请关注全生讲中医—过敏性鼻炎的中医防治。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



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。

文热线电话 301-340-1066 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。

慢性疲劳综合症的诊断和治疗

慢性疲劳综合症特点为不可解释的、持续性的疲倦。由于没有客观的临床指标和实验室检查, 此病的诊断可能比较困难。一般来说, 虽然治疗方法有限, 但多数病例的长期预后仍比较好。因为有前面所提到的诊断困难, 此病的确切发病率多高无从知晓。早年的文献对此病有不同的描述并使用各种不同的名称。

一、病因和临床表现:

可能的病因多种多样, 包括慢性EB病毒感染、慢性Lyme氏病、多种化学品过敏综合症, 以及慢性真菌感染等。但是在临床试验中, 所有这些病因似乎都不显著。其它可能的病因还包括内分泌疾病和忧郁综合症。

临床表现为突然发生的疲倦, 常发生于上

呼吸道感染或单核细胞综合症之后。在原先的呼吸感染恢复后, 患者仍感到十分疲倦, 而体力运动会使症状加重。在发生此病前, 患者应当没有疑病症的表现。病人常感觉发热但其体温并不高, 病人也常感觉肌肉和关节疼痛但其关节并不肿大。

二、诊断:

因为此病的发现常与其它疾病重叠, 所以在诊断此病前医师往往需要先排除法。1994年, 美国疾病控制和预防中心修订了此病的诊断标准。新的诊断标准认为患者必须有无法解释的、持续性的或反复发作的疲倦, 并由此导致活动力的明显下降。除此之外, 患者还必须至少有4种下列的伴发症状: (1)、记忆力和注意力下降; (2)、咽喉疼

痛; (3)、颈部和上肢淋巴结疼痛; (4)、肌肉疼痛; (5)、关节疼痛但没有关节炎或肿胀; (6)、近期发生的头痛并不断加重; (7)、睡眠后仍然感觉没有得到休息; (8)、体育运动24小时后仍未感觉恢复。

三、治疗:

目前还没有普遍适用于所有患者的治疗方法。每个病例的具体治疗方案需要与您的医师仔细讨论后确定。

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: 各种关节疼痛, 过敏, 抑郁症, 心脑血管病: 高血压, 冠心病, 高血脂, 肥胖, 中风偏瘫等...

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

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...

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

医生专版 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、肿瘤放疗化疗毒副作用等治疗有独到的见解。

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