

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，胁痛腹胀，恶心暖气，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、抑郁等精神志失调性疾病和过敏性疾病等疑难杂症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、粳米各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



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。

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。

甲状腺功能亢进的诊断和治疗

造成甲状腺功能亢进的常见原因包括Grave's病，甲状腺多发性高功能结节等，其它原因还包括药物，甲状腺腺瘤，亚急性甲状腺炎，以及分娩后甲状腺炎。

(一) 临床表现：主要症状包括体重减轻，虚弱，心悸，不耐热，月经减少和焦虑。重要的体征包括在Grave病人中常见的突眼和下肢水肿。另外还有腱膜反射亢进，手指震

颤，肢体近端软弱等。有些患者可能有心脏表现，包括心衰，心律不齐等。

(二) 诊断：首先要根据临床表现。主要的实验室检查包括测定甲状腺刺激素(TSH)和甲状腺素(T4)的水平。其中TSH的检测最为重要。进一步的诊断步骤包括鉴别各种造成甲状腺功能亢进的具体原因。因为不同的治疗方法取决

于各种不同的病因。如果甲状腺功能亢进的患者同时有甲状腺结节，则根据病人的具体情况，医师有时会进行甲状腺扫描，以发现患者的甲状腺结节是热性结节还是凉性结节。某些患者还需要接受甲状腺超声波检查，以确定病人的甲状腺结节的质地。

(三) 治疗：主要的治疗方法包括药物、放射性同位素和手术治疗。具体的治疗方案需要与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

因为这个病，女孩持续胸闷半年！注意两点就能避免

近日，一对母女焦急地走进儿科门诊，妈妈说女孩时常感到胸闷，但以前大多数时候慢慢就缓解了，所以自己并未上心，但孩子最近胸闷十分频繁，觉得实在不能耽误了，这才来到医院就诊。

原来，孩子的胸闷已经持续将近半年，每次发作都觉得“气儿不够用”，感觉像一块大石头压在胸前一样，但却没有鼻塞、流涕、咳嗽等症状，也没有胸痛、大汗淋漓等表现。

那么，困扰孩子的究竟是什么病呢？在进行逐一排查后发现，小女孩的支气管舒张试验为阳性，完善过敏原为：霉菌3级，春季

树木花粉2级——原来困扰她的正是胸闷型哮喘。

所谓胸闷型哮喘，其实是哮喘的一种特殊表现形式，以胸闷作为唯一或主要症状，无喘息、气促、咳嗽等哮喘的典型症状或体征，患者肺功能正常，气道可逆试验阳性。治疗时，按哮喘治疗给予支气管舒张剂有效，同时要回避好过敏原，有相同过敏原的朋友也可以参考以下建议，回避过敏原。

回避霉菌过敏原的方式：夏季多开窗，保持室内外空气流通。避免使用地毯或软垫，如有使用应避免潮湿。

衣物完全晾干再收，发霉的书籍、报纸及时清除。

室内尽量不要摆放盆栽植物。及时清理垃圾、下水道，及时清洗洗衣机排水管及放置洗衣液的方槽。

定期清洗、更换空调及空气过滤器的滤网。

定期给冰箱除霜、清洗并保持干燥，保持冰箱下的盛水器清洁干燥。

墙壁、天花板发现霉斑时应重新粉刷。

避免在室内游泳池、蒸气浴室、温室花房、地下室、旧房、阴雨季节的森林、草原等处逗留。

回避花粉过敏原的方式：晴天刮风时花粉浓度高，应尽量减少外出。

花粉季节减少室外活动。花粉季节避免到花粉浓度较高的区域。

花粉季节外出应佩戴口罩和封闭式眼镜，从室外回到室内尽可能清洗面部、眼睛、鼻腔等。

花粉季节勿将衣服晾在室外。

所以，发现胸闷一定要找到病因并有针对性地治疗，才能得到最佳的治疗效果。症状严重者也请务必及时前往医院就诊，以免造成严重后果。

全生中医针灸 中医内科 中医妇科 主治 3-002 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 世界中医药联合会主任医师 3项国家专利，8部中医专著 30年行医经验 接受保险及车祸工伤 中西结合，标本兼治 天人合一，综合治疗 www.wholelifeherb.com 地址：416 Hungerford Dr, #300 Rockville, MD 20850 地址：5022 Dorsey Hall Dr, #101, Elliott City, MD 21042

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。 地址：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

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松博士 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