

全生讲中医

宫颈炎中医防治

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。

子宫颈炎(cervicitis)，是子宫颈的急性或慢性炎症病变，是生育年龄妇女的一种常见病。机械性刺激或损伤、微生物及其毒素、化学物质以及放射线等均可成为宫颈炎的病因。近几年宫颈炎发病呈现年轻化的趋势，医院收治的患者中甚至有十几岁的少女。宫颈炎进一步发展，可能造成急性盆腔炎，有些严重的宫颈炎还可以造成不孕。高危型人乳头状瘤病毒(H

PV)感染引起的宫颈炎，是进一步发展为宫颈癌的重要因素。

临床分急性和慢性两种，以慢性宫颈炎为多见。急性宫颈炎多因分娩、流产或手术损伤宫颈，病原体乘机侵入引起感染后而发生，临床表现为白带增多，常呈脓性，伴下腹部及腰骶部坠痛，可有膀胱刺激症状发热等。慢性宫颈炎是妇科的一种常见病、多发病，半数以上的已婚妇女都可能发生。慢性宫颈炎是慢性炎症长期刺激引起的，有五种临床表现形式：子宫颈糜烂、宫颈肥大、子宫颈息肉、宫颈腺体囊肿、宫颈内膜炎。慢性宫颈炎症状表现为白带多，呈浮白色，粘液状或白带中夹有血丝，或性交出血，伴外阴瘙痒，腰骶部疼痛，经期加重。

宫颈炎相当于中医学“带下”

的范畴，可根据带下的色、质、气味、症状等辨证治疗。其病主要因湿邪蕴结，影响任带，以致带脉失约，任脉不固而致病。1. 脾虚型：证见带下色白或淡黄，质粘稠，绵绵不断，面色苍白或萎黄，四肢不温，精神疲倦，纳少便溏，两足浮肿，舌质淡，苔白或腻。2. 肾虚型：证见白带量多，质稀薄或稍粘无臭，或伴腰酸如折，小腹冷感，小便多，大便稀，舌质淡，苔白；或伴阴部灼热，头晕目眩，面部烘热，五心烦热，舌红少苔。3. 湿热下注型：证见带下量多色黄，质粘腻有臭气，胸闷口腻，纳食较差，或小腹作痛，阴痒，小便黄少，舌苔腻或厚。

国内外研究显示，宫颈癌与宫颈炎的发生有一定关系。所以要积极预防宫颈炎，定期作妇科检查；得了宫颈炎，一定要积极治

疗。饮食方面要少食辛辣、油腻、生冷之品。由于慢性宫颈炎是慢性炎症长期刺激引起的，所以平时应注意卫生，保持外阴清洁，防止病原体侵入。平时要采取好避孕措施，尽量避免多次人流对宫颈的机械性损伤。在经期、产后应严禁性交，避免致病菌乘虚而入。

两首食疗方，对宫颈炎有帮助。蒲公英瘦肉汤：瘦猪肉100g，蒲公英30g、苡米仁30g。蒲公英、生苡米仁、猪瘦肉洗净，一起放入锅，加清水适量，大火煮沸后，改小火煲1-2小时，调味供用，佐餐食用。具有清热解毒、祛湿止带的功效，适用于湿热型急性宫颈炎。杜仲30g(布包)，粳米30~60克，同煮为粥，去药渣，食粥。每天1剂，连食7~8剂。

更多全生讲中医，敬请关注卢



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。

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 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.

肝硬化的诊断和治疗

肝脏在人体代谢中起着十分重要的作用，包括清除血液中的毒素、药物代谢、产生正常血液凝固所需蛋白、产生正常消化所需的酶和液体等。肝脏具有很强的自我修复功能，但在修复过程中会生成疤痕组织。当肝脏长期反复受到酗酒以及慢性活动性肝炎等创伤时，积累的疤痕组织会逐渐影响正常肝功能，这就是肝硬化。

一、病因：常见的病因包括长期酗酒和B型及C型肝炎。其它相对少见的原因包括：血色素沉着症、脂肪性肝炎、自身免疫性肝

炎、原发性硬化性胆管炎、威尔森氏病、先天性胆管狭窄以及糖原沉积病等。还有约5%的患者找不到原因，称为特殊性肝硬化。

二、症状和诊断：常见症状有黄疸、疲倦、皮肤瘙痒、食道静脉曲张出血、腹水、肝性脑病、感染倾向、营养不良等等。诊断时先应注意体检发现，包括黄疸、腹水、肝脾肿大、水肿、肝掌、皮肤蜘蛛痣等等。实验室检查包括异常的肝功能指标，还有异常的血液生化指标、低蛋白血症、低血小板指数和胆红素上升。也可用来区分导致肝

硬化的不同原因，如酒精性肝硬化或肝炎后肝硬化。但在早期肝硬化患者中实验室检查可正常。进一步的器械检查包括CT扫描、超声波和核磁共振。最后确诊肝硬化及其严重程度的方法是肝脏活检。

三、治疗：肝硬化患者应定期到自己的医师那里去随访，适时的肝炎、肺炎和流感疫苗接种也十分重要。要注意避免进一步损害肝功能的物质，如某些药物和酒精等。慢性乙型肝炎患者可考虑药物治疗(如Tenofovir等)。已发生食道静脉曲张的患者常应接受beta受体阻断

剂的治疗以缓解病情。有腹水和水肿的患者有时应接受利尿剂治疗，某些患者还需定期接受腹腔穿刺抽腹水。低盐饮食和适量的锻炼也有益于康复。还应筛选检查肝癌和肝性脑病。某些严重患者也应考虑肝移植。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

传华美酒欣赏系列

著名酿酒葡萄品种——赤霞珠和美乐

■隋爱平医师

赤霞珠(Cabernet Sauvignon)和美乐(Merlot)都是红葡萄的重要品种。这两种葡萄经常生长在一起，造酒时也常混酿在一块。美乐加入到赤霞珠中会使后者喝起来口味更好，因为赤霞珠比较苦涩，而美乐提供了柔软度和酒体。赤霞珠经常被加入到美乐中以增加其单宁、酸度和水果的芳香。

赤霞珠的口味：由赤霞珠酿出的葡萄酒色泽深红，单宁和酸含量高并具有强烈芳香。典型的赤霞珠口味包括黑色水果如黑醋栗和黑樱桃，并常伴有一些草本植物的清香，比如青椒、薄荷和雪松等。高级的赤霞珠葡萄酒

常经过橡木桶的成熟过程，使其单宁变得柔软，并加入橡木的香味，例如烟味、香草味和咖啡的香味。赤霞珠葡萄需要温暖或热带的气候，而在寒冷的气候或年份不能成熟。由不成熟的赤霞珠葡萄制作的红酒过于苦涩并具有不愉快的青草味。在热带制作的赤霞珠葡萄酒的酒体更丰满、单宁更柔软，具备更多黑樱桃的果香。由于赤霞珠葡萄酒的果香浓并且酸度和单宁含量高，所以它适合长期储藏。

美乐的口味：与赤霞珠葡萄酒相比，美乐葡萄酒的香味较淡、口味平和，单宁和含酸量也较

低，但通常酒体更丰满而且酒精含量更高。根据葡萄的成熟度，美乐的口味主要分为两种。一种是由热带美乐或温带过熟的美乐制成国际流行风格，表现出黑色水果的特色，包括黑草莓、黑李子和黑樱桃等。某些过熟的美乐还有水果糕点和巧克力的滋味。另一种比较少见而更高贵的风格往往存在于温带或稍冷的气候，表现出红色水果的特征，如草莓、李子等，还有一些薄荷香，稍高一点单宁和含酸量。与赤霞珠葡萄酒一样，最好的美乐葡萄酒也常在橡木桶中成熟，并获取香草和巧克力之类的橡木香味。

隋爱平医师在美国首都华盛顿市郊区的马里兰州盖城行医，利用业余时间研究葡萄酒。并创立传华美酒公司(英文名称 Seneca Creek Wines & Spirits, Inc.)推广葡萄酒知识。网页：www.chuanhuawines.com；如果您有关于葡萄酒的问题或心得，请直接联系隋爱平医师。电子邮件：peterasui@yahoo.com。如果您有脸书(facebook)，可在您的脸书(facebook)中搜寻 chwine 一词就可看到隋爱平医师的脸书。喜欢葡萄酒的朋友还可以搜索公众号 chuanhuajiuye 添加关注，或添加微信号：peter49247 进行交流。

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。 预约电话: 240-404-6423 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、肿瘤放疗化疗毒副作用等治疗有独到的见解。 www.chenmac.com 接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险 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 大道上, 大中华超市、Costco、大华超市 (99 Ranch Market) 之间, 交通停车方便。 3-094