

全生讲中医

慢性胃炎的中医防治



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。

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、慢性萎缩性与慢性肥厚性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(如阿司匹林、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, 或胃部胀痛连胁, 暖气频作, 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, 口苦干而不多饮, 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, 但轻症亦可逆转至正常, 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, 同时要禁忌烟酒, 不吃辛辣的刺激食物。

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, 敬请访问卢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 301-919-9898 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。

肾病综合症的诊断和治疗

肾病综合症是指一系列的征象和体征, 它与各种肾脏疾病有关, 也与某些其它疾病有关, 例如糖尿病和系统性红斑狼疮, 多发性骨髓瘤, 以及局灶性肾小球硬化症以及膜性肾病等。其主要临床表现为明显的蛋白尿, 低白蛋白血症, 肢体水肿以及高胆固醇血症等。有时也有血栓发生。

肾病综合症的主要原因是肾脏的基本单位——肾小球受到破坏, 以至于蛋白外漏所致。在儿童, 常见的原因是微小病变性肾

病。在成人患者中, 有大约30%有全身性的病因, 如糖尿病, 系统性红斑狼疮, 多发性骨髓瘤, 以及淀粉样病变等。其它病因还包括局灶性肾小球硬化症以及膜性肾病等。

(一) 临床表现和诊断:

常见的临床症状和体征有水肿, 包括腿脚水肿和眼皮水肿。其它还有营养不良, 肾衰, 血栓形成和感染。实验室检查包括血液和尿液检查, 包括血常规, 电解质水平, 肾功能, 肝功能, 血

液胆固醇水平等。尿液检查主要目的是发现蛋白尿(每天大于3.5克)。最后明确诊断需要进行肾脏穿刺活检。

(二) 治疗:

首先要治疗导致肾病综合症的全身性疾病, 如糖尿病, 系统性红斑狼疮, 多发性骨髓瘤, 淀粉样病变等。其后要根据不同的具体疾病采取不同的治疗措施, 对于局灶性肾小球硬化症以及膜性肾病等肾脏疾病常采用激素治疗。还有一类常用的药物称为

ACE抑制剂, 它原先是用来治疗高血压, 后来发现此药可减轻蛋白尿。严重地患者还需要一类细胞毒性药物的治疗, 但是所有的治疗方案都需要与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; 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

吃药时别碰这些, 严重的会要命

家家都有一个害怕吃药的孩子, 为了给孩子吃药, 老父亲老母亲们可真是脑洞大开, 兑果汁、和牛奶、掺饮料、欺瞒哄骗样样来。

果汁甜, 牛奶香, 用来送服药物, 口味是满足了, 可却是万万不配的。

药+牛奶 NO!

牛奶是公认的健康饮品, 但它可不是药物的好朋友。牛奶里含有丰富的钙, 用来送药容易令肠胃出现钙化物, 导致药物失效, 严重者更会生成胆结石、肾结石。牛奶中的无机金属离子可与抗生素结合形成不溶性的螯合物, 形成人体难以吸收的物质, 降低药物疗效; 牛奶中的钙离子还会与含铁药物制剂发生竞争, 使铁剂吸收成分减少。尤其

是患缺铁性贫血的儿童及孕期妇女, 既喝牛奶又服用铁剂, 常常疗效不佳。牛奶中的蛋白质可与钙铝制剂中的乳酸钙、葡萄糖酸钙等形成凝胶, 增加胃肠负担。因此服药和喝牛奶至少要间隔2个小时。

药+茶/咖啡 NO!

咖啡和茶里含有大量的咖啡因成分, 咖啡因是一种中枢性兴奋剂, 会降低中枢抑制药的疗效, 当服用抗抑郁药、雌激素制剂、治疗骨质疏松和甲状腺病的药物等几十种药物时, 会大大降低药物的敏感度而降低药物疗效。

茶还含有大量的鞣酸, 能与蛋白质、多酶片、酶抑制剂等发生相互作用, 使药物失去活性。尤其是服用中药补品就更要注

了。因为中药中的成分复杂, 而补品中含有各种皂苷, 茶中的鞣酸与人参皂苷、鹿茸皂苷、生物碱等结合, 会产生沉淀。这样, 人体吸收不了中药和补品中的有效成分, 抵消其进补的作用。

药+果汁 NO!

许多果汁喝起来酸酸的, 是因为含有维生素C和有机酸, 要是用来送服黄连素这类的碱性药物, 双方免不了是一场酸碱大战, 拼个你死我活, 哪里还有空治病? 还有些药片外面裹着糖衣, 肠溶衣, 让药物到了预定位置再慢慢释放, 但酸性果汁可不管这一套, 直接破坏外衣, 药还没有到达指定位置就分解了, 不光药效降低, 还可能让肠胃不舒服。

药+水果 NO!

这里还要为大家特别介绍一个生活很常见, 但是和药物在一起, 就会变成非常危

险的家伙, 它和很多药物都是冤家对头, 算得上是药届公敌了, 那就是西柚。西柚酸酸甜甜, 好吃又健康。但对于一些服用某些药物的人来说就不一样了。因为我们吃下去的药片并不会被人体全部吸收, 不少药物会被体内的CYP3A4酶消化掉一部分, 而西柚中的一些成分会打乱这种酶的正常工作, 药物没了阻拦, 全部进入血液, 导致身体里的药量猛增, 这就会导致药物浓度过高而中毒。跟西柚有过节的药物可不少, 比如调脂药、降压药、抗过敏药、抗癌药、免疫抑制剂等等, 85种药物都会受到影响, 有的会浓度超标, 而有的会浓度不足, 西柚的生命力还很持久, 一杯西柚汁甚至会干扰药物代谢好几天。说了这么多, 只请大家记住一句话: 吃药和温白开水才更配哦!

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 积累多年丰富的临床经验 接受多种医疗保险及自费 预约电话: 240-404-6423 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、肿瘤放疗化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