

慢性萎缩性胃炎的中医防治

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。

慢性萎缩性胃炎是慢性胃炎的一种类型，为常见胃部疾病。随着年龄的增长，本病的发生率也随之增高，病变程度也越重。动脉硬化、胃血流量不足、烟酒茶的嗜好等都容易损害胃粘膜的屏障机能而引起慢性萎缩性胃炎。本病可有10%左右的癌变率，而胃癌高发地区可达28%左右，1978年已被世界卫生组织列为胃癌的前状态之一，因而受到高度的重视。

慢性萎缩性胃炎诊断主要依靠胃镜发现和胃粘膜活组织检查的病理所见。萎缩性胃炎时，胃粘膜萎缩而被肠的上皮细胞取代即肠化生；炎症继续演变，则细胞生长不典型，即间变；甚至细胞增生而致癌变。临床表现为上腹饱胀、嗝气、胃纳减退等消化不良症状，有时因胃内因子遭到破坏，维生素B12吸收不良可致贫血。萎缩性胃炎可用药物治疗，并应定期检查，以防癌变。

慢性萎缩性胃炎属中医“胃脘痛”、“痞满”等范畴，但尚不能与之完全等同。《黄帝内经》已有“胃脘当心而痛”、“痞”、“痞塞”等记载；唐代孙思邈《千金要方》“九种心痛”中也包括了本病。中医在长期的医疗实践中，总结出了一整套治疗胃脘痛、痞满、嘈杂等症的方法，

积累了丰富的经验。如有中医根据临床、胃镜及病理所见，提出本病与胃脘痛相似，治以活血化瘀、祛腐生新，临床总有效率在95%以上。还有医者根据本病表现为上腹痞满，且多为虚证，以虚痞论治，临床疗效也在95%左右。绝大多数研究者在治疗前后都做了胃镜或病理组织切片的对比检查，结果发现，中医药治疗本病，不仅有满意的临床疗效，而且认为本病胃粘膜萎缩性病变是可以逆转的，从而改变了西医认为胃粘膜固有腺体萎缩不可逆转的认识。

明确辩证，方能对症下药。慢性萎缩性胃炎，中医一般分为四型。脾胃气虚型：胃脘隐隐作痛，病势迁延不愈，食欲不振，纳少腹胀，嗝气，倦怠乏力，或见面色不华或萎

黄，手足欠温，大便溏薄，时泛清水。肝胃不和型：胃脘胀满，攻撑作痛，痛连两胁，胸闷暖气，善太息，心烦易怒，每因烦恼郁怒而作。胃阴不足型：胃脘隐隐灼痛，甚至有烧心感，嘈杂善饥，饥不欲食，痛则喜按，口燥咽干，烦渴思饮，大便秘结。瘀阻胃络型：胃痛较剧，或如锥刺，持续不已，固定不移，拒按，或见吐血，便黑，甚至纳谷锐减，干呕，形体消瘦，面色晦暗。

一首健胃茶，对慢性胃炎有帮助。组成：生黄芪4.5克，徐长卿3克，麦冬3克，乌梅肉1.5克，生甘草1.5克。加减：偏虚寒加全当归3克，红茶末1.5克；偏虚热加大丹参3克，绿茶末1.5克。用法：上药共为粗末，代茶泡饮；每日2次。

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.



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。

wholelifeherb.com, 或直接拨打中文热线电话 301-340-1066, 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。

胃食道返流的诊断和治疗

胃食道返流是指胃酸返流到食道，以至于刺激食道，而且在某些时候损坏食道的上皮层。其主要临床表现为胸前的烧灼感。其它还有五花八门的症状，包括胃痛和上腹痛，胸痛，吞咽困难，持续咽喉炎和声音嘶哑，慢性哮喘，食物或胃内容物返流，喉部异物感或包块感，反复发作肺炎，慢性鼻窦炎等。

(一) 诊断：
通常基于临床表现和对治疗的

反应。在诊断不明确或患者有严重症状时医师会进行一些特殊检查。当患者有胸痛等症状时，医师一般需要在做出胃食道返流的诊断前排除其它危及生命的病症，如冠心病等。进一步的检查手段包括胃镜，食道钡剂吞咽检查，24小时食道PH值测定，食道肌动力学检查等。

大多数胃食道返流患者都不会发生并发症，但某些严重患者可发生溃疡，出血，食道疤痕和狭窄，

反复发作的肺部和咽喉部问题，以及 Barrett's Esophagus 等。后者是食道下段上皮细胞反复损坏后发生上皮形态的改变。有这种情况的患者中的一部分发生食道癌的危险性增加，应当十分警惕。

(二) 治疗：
症状轻微的患者应当改变饮食习惯，减少摄入刺激性食物，还应避免过量的咖啡因，巧克力和酒精等。患者应当戒烟，减轻体重，少食多餐。

有中度和重度症状的患者，除了上述方法外，还要使用抗酸药物治疗，主要包括两大类：H2受体拮抗剂和离子泵抑制剂等。

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

癌症来时有预警，这五个异常排便信号就是在提醒你

随着现代人饮食结构和生活习惯的改变，以及社会老龄化的加剧，肠癌的发病率呈逐年上升趋势，目前已位居我国恶性肿瘤发病的第三位。但是，在肠癌早期，病人症状一般都不明显，再加上人们对肠癌相关知识知之甚少，等发现时肠癌往往已经发展到了中晚期，甚至错失手术机会。

其实疾病来临时我们的身体都会发出不同的预警“信号”，如果大便有以下5种异常情况，那您就需要警惕直肠癌了。

1、便血
直肠癌最常见的症状就是便血，出现便

血，很多人会误认为是痔疮，不太当回事，一拖再拖，后期便血了严重才就医检查，这时有可能已经错过了最佳的治疗时机。

2、大便颜色异常
癌细胞大量侵犯肠粘膜之后，导致肠道黏膜破损伤引起出血，如果出血的位置在大肠部位，出血的时间比较长，患者可能会排出黑色的大便，若是出血的位置在直肠部位，出血的时间比较短，患者一般排出鲜红色的大便。

3、大便次数增多
直肠属于肠管最末的一段，上与乙状结

肠相连，下与肛门相连，当直肠癌出现时，很容易反复刺激直肠，引起大便次数的增多。

4、排便习惯改变
直肠癌也常常会引起排便习惯的改变，排便不规律，一天要解很多次大便，排便之后有便不尽的感觉，也就是中医上常讲的“里急后重”之感。

5、大便形状的改变
直肠癌中晚期癌细胞的生长可能使肠管变窄甚至造成堵塞，导致患者排出的大便变得越来越细，后期甚至出现排便困难。

那么，我们该如何预防肠癌的发生呢？

预防肠癌，我们应从平时的点点滴滴做起，要勤洗手，注意卫生，避免细菌感染。

饮食上，应避免暴饮暴食，尽量避免吃辛辣油腻、刺激性的食物，以及熏烤、腌制、油煎油炸的食物。

对于有肠癌家族史的人群，炎症性肠病的患者，以及糖尿病、肥胖、吸烟、大量饮酒等目标人群，一定要重视肠镜筛查。40岁以上的普通人群，每年也应该进行一次体检式的肠癌筛查。人们在关注健康的同时，一定要多了解各类癌症的相关知识，做到积极预防，癌症才会离我们越来越远。

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

1. 各种关节疼痛、过敏、抑郁症
2. 心脑血管病：高血压、冠心病、高血脂、肥胖、中风偏瘫等
3. 肝炎肾炎、胃炎哮喘、癌症副作用
4. 不孕症、乳腺增生、月经不调、子宫肌瘤、卵巢囊肿等
5. 针灸美容，减肥

**中西结合，标本兼治
天人合一，综合治疗**

www.wholelifeherb.com

接受保险及车祸工伤

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。

周一至周六全日门诊

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。

中医养生保健

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

预约电话：
301-820-2528

● 美国国家针灸学和中药资格证书(NCCAOM)
● 马里兰州执照针灸师
● 二十多年行医经验
● 北京中医药大学本科
● 中国中医科学院中西医结合硕士
● 新加坡国立大学医学院博士
● 美国国立卫生研究院肿瘤研究所博士后
● 20余篇著作
● 生命科学和国际免疫药理学杂志特邀审稿专家

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，大中华超市、Costco、大华超市 (99 Ranch Market) 之间，交通停车方便。

接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险

3-094