

治养结合 药补相宜 风湿骨病患者可用中药膏方调治

本报记者 祁鹏飞

天冷了,以岭医院喊你来吃膏方

日前,河北以岭医院第三届养生膏方节盛大开幕,该院呼吸内科、心血管病科、糖尿病科、风湿免疫科、脑内科、肾病科、肌萎缩科、骨科、妇科、耳鼻喉科、康复科、消化科等多个科室均开展了膏方服务,受到广大患者的欢迎。

据介绍,膏方是依照中医理论辨证论治、组方用药而制成的膏剂,常以滋补为主,尤其适合冬令进补。膏方通常是在辨证论治的基础上,采用20到30味中药加入辅料熬制而成,相对于普通的汤药药效更为凝炼,且服用更方便,口感也更好,适合普通人群的保健养生,以及慢性疾病患者在常规治疗之外的长期调理和维持,并有助于体质的改善。膏方对慢性病患者可以提高抵抗力,预防疾病的加重;对

老者可延缓衰老、保持健康;对年少者可助长发育、提高智力;对中青年可增强体质、消除疲劳;对于女性来说,膏方也成了一个补益元气抵抗衰老的“秘密武器”。膏方尤其对亚健康人群的调理,多种体质的调治,未病先防,有其独特的优势。

据悉,河北以岭医院养生膏方节已连续开展了三年,该院多个科室拟定的膏方都得到了相对应人群的热烈欢迎,收获了不少年年坚持来服用膏方的“拥趸”。对于这些经过临床检验并取得良好效果的膏方,在原有方子的基础上,该院医生也根据患者的服用反馈及个人体质等,不断对膏方做更完善的调整改善,使之发挥更好的调补作用。例如克霾清肺膏适用于雾霾引起的各种呼吸系统不适;紫红返聪膏适用于耳鸣、耳聋、眩晕等虚症患者;平糖通络膏适用于糖尿病及有并发症的患者;通

络定心膏适用于心律失常患者,通络护心膏适用于冠心病患者,通络强心膏适用于心力衰竭患者,以及适用于高血压患者的通络定眩膏等40余种各类膏方。

补肾壮骨膏:温阳通络,颈肩腰腿关节痛者均可用

“膏方适用于慢性疾病的长期调理。我们认为慢病需缓图,因此组方更为均衡的膏方可作为慢性疾病强化治疗的慢性维持,也可用于调理改善体质。”河北以岭医院风湿免疫二科主任郭刚表示,膏方虽总体偏于补益,但也会根据疾病的不同而有所侧重,例如该科调制的补肾壮骨膏,因为是主要针对关节疾病的,从中医理论上来说,肾主骨,因此补肾壮骨膏总体作用便是起到温阳补肾、壮骨强腰膝的作用,同时还可祛风除湿、活血止痛。

郭刚主任介绍,补肾壮骨膏精简组方,使用三十多味名贵药材,其中有通络药物以通络止痛;鹿角胶等补肝肾;黄芪补气;并配合益气血、祛风除湿的药物,共同起效,适用于慢性关节痛、颈肩腰腿痛、辨证为脾肾亏虚、寒湿阻络证。像关节痛者、老年人骨性关节炎、类风湿性关节炎、腰椎间盘突出、颈椎病、强直性脊柱炎等关节痛、骨质增生者均可使用。

此外,该科还有针对干燥综合征的天一清润膏,郭刚主任介绍,该方滋阴清热、疏肝理气、祛痰利咽,偏于阴虚有火、肝肾阴虚、咽喉不利者均可用之。因此,除了干燥综合征患者,也可用于秋冬上火,天气干燥所引起的口干咽干、慢性咳嗽、眼发干、阴虚心烦者。此外,阴津不足、虚火阻于咽喉者,咽喉不利者,阴虚火旺体质,梅核气等疾病不适者均可使用。

医大三院专家 讲慢阻肺防治

12月7日(星期五)下午2:30,河北医大三院有公益讲座。讲座内容:认识慢性阻塞性肺疾病,主讲专家:该院呼吸一科副主任赵云霞。讲座地点:该院中山院区门诊三楼学术报告厅。任少辉/文

省中医院有 糖网病免费筛查

本报讯(通讯员周文平)12月22日,中华健康快车基金会将走进河北省中医院,届时,河北省中医院眼科将举行糖尿病视网膜病变防治知识讲座,并启动糖尿病免费筛查项目,持续进行7-10天的免费筛查活动。其后,将陆续由省中医院眼科牵头,联合医联体内的一级、二级和三级医院以及社区医院,开展糖尿病患者眼底免费筛查。本次筛查将采集患者基本资料以及眼科基本检查项目数据,经互联网传送到会诊中心,会诊中心给出诊断和治疗建议。

确诊糖尿病的患者都可以参与此活动。河北省中医院眼科预约筛查电话:0311-69095150

频繁做噩梦 警惕精神疾病

经常做噩梦要引起注意。研究表明,焦虑症或抑郁症患者会频繁做噩梦,平均每周做3次以上噩梦的人群,在5年内患精神疾病的几率比正常人高出5.7倍。除了频繁做噩梦要注意,做梦时手舞足蹈,甚至会根据梦境说话或运动,那就更要注意,最好去医院检查,尤其是男性和60岁以上的老年人。梦见打架就真的在床上乱踢乱动,梦到逃跑或跳跃就真的跳下床等,可能是快动眼睡眠行为障碍(RBD)的前兆。RBD不仅严重影响睡眠质量,而且演绎梦境容易伤到自己或者家人,并且,它可能是帕金森症、脑退化症等疾病的前期表现,应引起注意。

广东省人民医院睡眠研究室主任 张斌



医院动态

省中医院举办 第三届膏方节

本报讯(通讯员周文平)11月28日,河北省中医院第三届膏方节在该院门诊楼举行。

民间自古流传着“今冬膏进补,明年可打虎”的说法。膏方作为一种具有营养滋补和治疗预防综合作用的中药制剂,具有补虚扶弱、抗衰老、纠正亚健康状态、防病治病的功效。省中医院膏方节的举办,旨在推广中医养生理念,倡导秋冬进补的中医药特色文化。

当天,河北省中医院在门诊楼一楼大厅设置了膏方品鉴区、名中医问诊区、中医特色区。膏方品鉴区设有中草药展示、中药茶品尝、膏方品鉴等;在名中医问诊区,全院各科名医专家现场根据每人体质辨证开方,量身定制“冬令进补”大餐;在中医特色区,既有养生操表演,也有养生餐互动等。

活动现场,河北省中医院还向参加活动的人们送上了多重大礼:赠送价值100元中医特色治疗卡和“清肺防雾霾养生茶”等健康礼包;当天购买膏方的,600元膏方加工费全免。据悉,今年12月31日之前购买膏方的,加工费减半。



几种病要定期复查

高血压。复诊时一般要查血脂、血糖、肝功能和肾功能早期损伤指标,同时还要每年查一次颈动脉B超。如果是控制比较稳定的高血压,复查频率为3~6个月一次。如果是不稳定高血压,则需1~2周复查一次。

糖尿病。糖尿病是全身系统性疾病,除了定期监测血糖外,患者每1~2个月还要到医院查一次血脂与肾功能,每3个月测一次糖化血红蛋白,1年查一次眼底与尿蛋白。

冠心病。病情稳定后,每3~6个月复诊一次。

心力衰竭。一般3个月复查一次,了解心功能状况,调整用药,评估是否需要特殊治疗。

瓣膜病。在需要手术干预之前,没有心衰症状的可以每年复查一次超声心动。病情进展后,每3~6个月检查一次。

甲状腺疾病。对常见的甲状腺功能减低患者来说,在激素水平保持稳定的情况下,需要3~6个月复查一次。复诊主要是为了评估用药量合适与否。对患有良性甲状腺结节的患者来说,需要每6~12个月做一次彩超,以观察结节的生长情况、大小,防止恶变。

类风湿性关节炎。类风湿性关节炎患者复诊时需要评估免疫学功能,每3个月复查一次血、尿常规,还需要测生化指标、自身抗体,关节症状明显的患者需要做相应的影

像学检查。

慢性萎缩性胃炎。慢性萎缩性胃炎治疗时除了控制症状,还需要每3个月复查一次幽门螺杆菌,若有感染,需要服药杀菌。慢性萎缩性胃炎被消化科医生视为癌前病变,还需要每半年查一次胃镜,以观察胃黏膜病变情况。

北京大学第一医院 傅锦秀



常说错话可能是血栓作怪

对老年人来说,血栓主要有以下三种形成方式:

其一是化学物质沉积,例如高胆固醇、高血脂等,在血管壁上沉积太多,就容易导致血管内皮(血管内壁上一层光滑的耐腐蚀材料,可防止废物沉积)破裂,就如同皮肤破损一样,这样除了血液里的废物容易滞留外,体内血小板也会误认为血管“受

伤了”,随后在伤口处聚集,加剧血栓形成。

其二,手术后或者喝水较少、腹泻脱水,容易引起血栓。因为此时血液黏稠度和凝固度升高了,很容易黏在一起。

其三,因外伤、骨折等久病卧床的患者,以及长时间静坐、下蹲的人,都可能因为长期不动,血液流速减缓,进而诱发血栓。所以,老年人最好避免坐长途车,如果一定要坐,最好隔段时间就活动一下。

血栓分为动脉和静脉血栓。动脉血栓主要引起运动障碍。动脉向各个部位供血,如果形成血栓,就会导致脑部甚至心脏缺血坏死,出现相应的功能障碍。例如,出现偏瘫、嘴歪眼斜等。还会出现

语言功能障碍,即失语。因为大脑某个部位供血不足,使患者语言表达不清楚,常见表现是想说什么,但最后从嘴里出来的话却不一样,很多老年人形成血栓后,说话莫名其妙。

静脉血栓症状主要是肿胀、疼痛、静脉曲张。静脉相当于下水管,主要流废血,腿上有静脉血栓,血液就会淤积到腿上,造成腿肿、脚肿。静脉血栓症状是“晨轻暮重”,如果老人早上起来肿胀症状轻,但走了几步路后,很快发现腿部酸、胀、不舒服,那就很可能有血栓或者其他静脉病。老人如果肢体发凉、疼痛、麻木,就可能有血栓。

河南省中医院周围血管科主任 何立刚