中国中医药报
CHINA NEWS OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

绝经妇女是骨质疏松高危人群

□ 衣晓峰 本报记者
施扬 王言 通讯员

62多岁的魏女士，前些天乘坐旅行车时，颠了一下，当时感觉腰部有些疼痛，没有在意，最近腰痛逐渐加重，寝食不安，她到哈医大一院检查后发现腰椎压缩骨折。可魏女士的腰从来也没毛病，为什么会出现骨折呢？原来她患上了骨质疏松症，受到一定的外力就可造成骨折。

据哈尔滨医科大学附属第一医院骨三科王文波教授讲，这几年来像魏女士这样，患有骨质疏松症的患者越来越多，60岁以上老人中，发病率约为60%，且女性远远超过男性。骨质疏松症好发于老年人或停经后妇女,尤其是在停经后五年,吸烟、酗酒与缺乏运动者更属于危险因子,此外常吃类固醇的药物也会诱导此症的发生。由于骨质缓慢的流失,使骨的密度减少,而易产生骨折,老年人往往只要轻轻跌一跤就可能发生骨折。骨质疏松症是以骨量减少、骨的脆性增加，以及易于发生骨折的一种全身骨代谢障碍疾病，一般分两大类，即原发性骨质疏松症和继发性骨质疏松症。原发性骨质疏松症又可分为绝经后骨质疏松症和老年性骨质疏松症。

骨质疏松症形成的三个主要因素是：钙质的缺失，包括食物中钙的摄取不足及可利用的钙质减少；缺乏规则的运动；性别的差异（尤其是在停经后的妇女最易发生)。

由于骨质疏松症发生后，尚无有效的方法能恢复，因此如何预防是极为重要的，一般最主要的预防方法就是通过正常饮食补充钙以及多运动。多吃一些含钙的食物，减少抽烟、喝酒及过量的咖啡，多加运动、晒晒太阳皆可预防骨质疏松症。钙质的吸收需要有维生素D的帮助，所以适时的补充维生素D，同时喝适量的奶制品也能促进钙质的吸收。这里需要强调的一点是，喝骨头汤不能治疗骨质疏松症。骨头汤中含有大量脂肪，喝骨头汤可以补充大量的脂肪，但是不能达到补钙的目的，也不能治疗骨质疏松症。老年人可以口服钙片等钙制剂，服用钙片时需注意，不可与含植物酸过多的绿叶蔬菜（如菠菜）合用，因会与钙形成复合物而影响吸收；不可与铁剂同时服用，因会减少铁剂的吸收。

钙片的剂型很多，且每一个人的情形不同，例如肾功能不佳者不可服用磷酸钙，若服用过量会造成不良的后果；因此服用钙片前先与医师或药师咨询后再服用。

王文波教授介绍，对于患有骨质疏松的老年人，要及时发现并治疗，对骨折危险人群（存在多种骨折危险因素或骨密度值已低于某部位发生骨折的阈值骨量）进行必要的预防和监护，如要预防其跌倒后股骨颈骨折，除治疗其骨质疏松外，还可采用穿防滑鞋，臀部护垫等措施。一旦发生骨折，则应根据病情采取积极的手术治疗，如给予适当的内固定，或行人工股骨头置换，全髋关节置换等，这样既可以让患者早期恢复关节功能和行走能力，还可以减少褥疮、肺炎、血栓及泌尿系感染等影响生活质量甚至威胁生命的并发症。

哪些药物可以使尿液变色

影响尿液变色的药物有以下几类：

1. 可使尿液变成深黄色或棕色的药物有：呋喃唑酮、呋喃妥因、磺胺类、氯喹、番泻叶等。

2. 可使尿液呈黄色或橙黄色的药有：黄连素、复合维生素B、四环素、维生素B_2、大黄、复方大黄片等。

3.可使尿液变成红色的药有：利福平、苯妥英钠、氯丙嗪、酚肽、果导片、奋乃静、水杨酸等。

4.可使尿液变成蓝色的药有：亚甲兰、氨苯喋啶、吲哚美辛等。

5.可使尿液呈暗黑色的药有：甲硝唑、甲基多巴，奎宁、左旋多巴、山梨醇铁等。

由于正常服用药物而导致的尿液变色，并且身体没有异常感觉，一般停药1~2天后就会自然恢复，不必担心。但是如果用药后尿液颜色发生变化并伴有身体的不适症状，应立即到医院就诊。 （宣药） D4

抗菌药物对病毒性感染有治疗作用吗

从一般意义上讲，绝大多数的抗菌药物主要是针对细菌的，部分抗菌药物可以对衣原体或支原体有效。有些抗菌药物可以有抗真菌作用，还有些抗菌药物具有抗肿瘤作用。

抗菌药物对于病毒是无效的，因此临床上经常遇到的感冒、上呼吸道感染、病毒性腹泻等属于病毒性感染的疾病，使用抗菌药物不仅达不到治疗作用，反而有害，导致抗菌药物毒副作用的发生，进而危害病人的健康。因此病毒性感染一般不应盲目使用抗菌药物。

（药 文）D4

使用抗菌药物应注意哪些问题

抗菌药物是抗感染的有力武器，但不合理使用容易造成细菌耐药，使抗菌药药效降低，而且可能因药物的副作用，对人体造成伤害甚至危及生命，所以使用抗菌药物应持慎重态度。

1. 首先应考虑抗菌药物的适应证和抗菌谱，要通过医生检查、判断是否为感染性疾病。在尚未明确感染菌的性质之前，可按照医生经验选择抗菌药物。

2. 根据采集病灶菌的培养及药物敏感试验结果，结合病情，由医生调整抗菌药物的品种和使用剂量。

3. 对于原因不明或非细菌引起的疾病，如感冒、呼吸道感染不宜使用抗菌药物。

4. 使用抗菌药物要注意不同患者的生理特点，如新生儿、老年人、妊娠妇女、哺乳期妇女等人群慎重选择用药。

5.原则上应尽量避免预防用药。

6. 要特别警惕抗菌药物可能产生的不良反应。 （药 监） D4

物美价廉甲硝唑

如今虽然有很多价格不菲的抗菌消炎新药上市，但甲硝唑仍然是“宝刀不老”。甲硝唑如今还是多种感染性疾病的首选药物，每天的治疗费用不足2角钱，这更显得该药确实是“物美价廉”。

一、阴道滴虫感染 甲硝唑又叫灭滴灵，上市几十年来其治疗滴虫病的首选“霸主”地位不变。本药对阴道滴虫有直接杀灭作用，口服后能出现在阴道分泌物、精液和尿液中，因此，夫妻同用效果更好。阴道局部外用效果也很好。应用治疗量时，对阴道正常菌群无影响，其他广谱抗生素则易杀灭阴道正常菌群，有引起二重感染的可能。

二、厌氧菌感染 甲硝唑对所有厌氧球菌、革兰氏阴性厌氧杆菌和革兰氏阳性厌氧牙胞杆菌均有强大杀灭作用。对脆弱杆菌感染特别有效。因此，对厌氧菌引起的产后盆腔感染、口腔急性感染（如牙周炎引的牙痛等）和腹腔感染等，甲硝唑均有良好疗效，且不易产生耐药性。

三、阿米巴病 甲硝唑对人体组织内的阿米巴滋养体有强大杀灭作用，目前仍是治疗阿米巴病的首选药物，是目前治疗急性阿米巴痢疾和肠外阿米巴病（如阿米巴肝病、肺病等）效果最好的药物。治疗阿米巴痢疾时与肠内不吸收的巴龙霉素交替使用效果更好。

四、贾第鞭毛虫病 甲硝唑目前仍是治疗贾第鞭毛虫病最有效的药物。

甲硝唑不良反应轻微，引起被迫停药者极少。常见不良反应有头痛、恶心、口干、食欲下降、口中有金属味，极少数有白细胞暂时性减少，停药后恢复。妊娠头三个月及哺乳期妇女禁用。因甲硝唑干扰乙醇代谢产物乙醛的代谢，因此，服药期间必须禁酒，否则可引起腹痛、恶心、呕吐、头痛等症状。

（常怡勇）

薏苡仁重用治病多

传统中药薏苡仁功效为利水渗湿、健脾、除痹、清热排脓，一般用量10~30g。近年来，通过临床实践，重用本品对多种疾病有显著效果。

治疗膝与关节疾病

对外伤引起的膝关节肿胀疼痛，可以生薏苡仁80~100g（以下未注明生用者，可生用可炒用，据情而定），配石菖蒲、穿山甲珠、川牛膝、伸筋草、透骨草、徐长卿、刘寄奴、赤芍、川楝子、延胡索、骨碎补等，水煎服，另可加药渣外敷（洗）。对外伤、增生或寒湿性膝关节积液，可用薏苡仁100g，苍术30g，怀牛膝15g，黄柏10g，没药10g为基础，择配刘寄奴、土元、泽兰、三七、全蝎、益母草、忍冬藤、骨碎补、威灵仙、透骨草、伸筋草等药，水煎服，连服10天以上。

治疗重症失眠

常用方：薏苡仁60~80g，半夏、夏枯草、生龙骨、生牡蛎、夜交藤、合欢花、茯苓神、小麦各30g，石菖蒲、酸枣仁各15g，炙远志10g，大枣5枚，水煎服。本方针对的病机主要是肝气郁滞，犯及中焦，胃失和降，多见于“神经衰弱”、“焦虑症”患者。

治疗妇科病

对人流术后引起的子宫内膜炎（阴道持续出血），以生薏苡仁30g，配炒黄柏、苍术、怀牛膝、益母草、黄芪、续断、当归、炒大黄、炒藕节、小蓟、败酱草为方，水煎服。对人流、上环术后引起的子宫腺肌病（痛经），以生薏苡仁100g，配莪术、橘核、天花粉、炮穿山甲片、海藻、皂角刺、菟丝子、浙贝母、生甘草、蜈蚣为方，水煎服。在经前3天开始服药，用到经净。

治疗脂代谢异常类疾病

治疗男女青春期痤疮，以生薏苡仁60g，配半夏、夏枯草、丹参、旱莲草、女贞子、蒲公英、白花蛇舌草为方，水煎服，半月内可收效。治疗脂溢性脱发，以薏苡仁60g，配茯苓、泽泻、苍术、白术、佩兰、防风、麦芽、珍珠母、蝉蜕、炙甘草为方，水煎服。治疗脂肪瘤，以单味生薏苡仁120g，水煎，连渣早晚分服；也可用薏苡仁50g煮粥，每日分2次食用。治疗脂溢性皮炎，以单味薏苡仁100g，每日煮粥，代早餐食用。

治疗内科脓肿类疾病

治疗肺脓疡，以生薏苡仁30~50g，配金银花、紫花地丁、蒲公英、冬瓜仁、桔梗、鲜芦根、丹皮、枳实、黄芩、葶苈子、桃仁、川贝母等，水煎服。后期用生薏苡仁100g，百合20g，煮粥，早晚食用。治疗肝脓肿，以生薏苡仁150g，配败酱草、黄芩、栀子、马齿苋、皂角刺、冬瓜仁、柴胡、大黄等，水煎服。后期用生薏苡仁200g，黄芪60g，煮粥分3次食用。

此外，大剂量薏苡仁（60~100g）有明显止痛效果，对关节疼痛、冠心病心绞痛等均可单用或配方用；用生薏苡仁30g以上，煎服2~4周，另加适量调敷局部，可治疗寻常疣、扁平疣。用生薏苡仁30~50g，加入随证方中，治疗小儿脱肛、疳积、咳嗽等儿科病也有可靠效果。 （尚学瑞）

7类常用药会给你“添乱”

1.解热镇痛药

常用的有阿司匹林、复方氨基比林、非那西汀、扑热息痛、消炎痛、保泰松等，久用会引起胃肠道刺激症状（胃痛、胃出血），变态反应症状（皮疹、药热），粒细胞减少，降低凝血机能，引起出血等。因此长期服用者，要定期查血象。

2.感冒药

目前，无论何种感冒药，仅能缓解感冒的某些症状，并无特效。若是从感冒开始，便多种感冒药同服、久服、超量服，不仅于事无补，反会使胃肠及肝肾功能受损，代谢紊乱而且抵抗力降低，造成感冒病的自愈期被动后延。

3.泻下药

经常性地使用泻下药，会使肠蠕动失常，出现“秘—泻—秘”的恶性循环，严重影响对营养素的吸收利用而危害健康。即使便秘很厉害，需要服泻下药，也得按少服和便通即止的原则，切不可一见便秘即行泻下药，或依赖泻药而解便。对年老体弱者的便秘，应多吃蜂蜜、麻油之类的润肠品。

4.镇静催眠药

常用的有鲁米那、安定、冬眠灵等，服后有精神萎靡、头晕、乏力等后遗症，久用可成瘾，过量可引起中毒，部分可出现胃肠道症状、皮疹等变态反应。

5.抗生素

长期无指征预防使用抗生素或联合使用抗生素可能造成人体正常菌群失调和紊乱，引发二重感染或真菌感染，造成院内感染率上升；使细菌产生耐药性等。正确的方法是，每次感染换用1~2种抗生素，若必须久服，也应几种抗生素交替使用。

6.维生素

如维生素A是一种对眼睛有益的药物，但长期地大量使用，效果则适得其反。如出现复视、怕光、眼球震颤，严重时可引起视网膜出血及眼球突出，甚至连眉毛与眼睫毛也会脱落。

7.紧急避孕药

紧急避孕药实际是一种激素，其作用是在短时间内使宫颈黏液变稠，阻碍精子和卵子结合。但它对生殖系统的刺激既短又强。如果频繁使用，就容易造成体内激素水平紊乱，容易导致月经失调，甚至影响将来的正常生育。

（宋丽华）

（本版所刊处方验方请在医师指导下使用）

咳嗽一声肺破裂：奇了 胸腔镜治愈：神了

黄琳 陈隽鹏 厦门中医院

新学期开学没几天，高中生小施因为无意间咳嗽了几声，竟然突然出现胸痛、胸闷、呼吸困难等症状，赶紧到厦门市中医院就诊。经医生检查诊断，小施得的是自发性气胸，也就说小施的肺部表面破了个口，气体随着呼吸跑进了胸膜腔导致胸腔积气。经过进一步的CT检查发现小施的左肺尖有多个大疱形成，考虑气胸为肺大疱破裂所致。厦门市中医院胸外乳腺科专家姜杰和杜好信两位主任医师很快为他实行了胸腔镜下肺大疱切除术，手术操作经胸壁上打3个0.5~1.0cm的小切口即可完成。

据姜杰主任医师介绍，年轻人发生的自发性气胸最常见的原因就是肺大疱破裂，可无任何诱因下突然发生，轻者有胸痛、胸闷、气促等，重者会有颜面发紫、干咳、全身多汗，甚至神志不清等。肺大疱好发于瘦高体型、胸部扁平的青年人，发生自发性气胸应立即就诊，否则可能危及生命。对于初次发作的患者一般急诊胸腔内置管引流可以缓解病情，如有肺大疱存在的患者应该手术治疗，否则容易反复发作。目前的胸腔镜微创手术能以微小的创伤为代价为肺大疱患者根除疾病。经过治疗，小施现在已经可以回学校上课了。

《全国名老中医专家临床经验高级讲习班》光盘集锦

真传一句话 假传万卷书 听君一席话 胜读十年书

这套光盘是在国家中医药管理局举办的系列“全国名老中医专家临床经验高级讲习班”基础上精编而成，此项活动被业内人士称为“名老中医从医精华抢救计划”。自1999年开始启动，六十多位国宝级中医名家，面向杏林后起精英，谆谆教诲！高屋建瓴、医理深妙、真知灼见、开悟心智！

名老中医真传光盘一经问世，立刻吸引了海内外中医人士和广大学子的眼睛，纷纷求购。

不难想象——邓铁涛、颜德馨、焦树德、路志正、朱良春、陆广莘、张琪、刘炳凡、周仲瑛、任继学、晁恩祥、金世元、吉良晨、张学文、王永炎……在中医药行业，这一个个闪光的名字会使您如雷贯耳！您一定很想重回课堂，聆听这些国宝级名老中医将毕生心血结晶和盘托出、倾囊相授！现在这一切已成为现实！因为凝结着我国数十位名老中医从医精华的光盘业已问世！

1.第四期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（西安）

1.结合验案谈伤寒、温病理论的临床应用(主讲焦树德)2.我们的责任(主讲邓铁涛)3.心主神明论的科学性(主讲邓铁涛)4.真心痛救治(主讲任继学)5.伏邪探微(主讲任继学)6.燥痹的辨证论治(主讲路志正)7.丹溪生平及提出痛风病名的时代背景的研究(主讲路志正)8.肝硬化治疗的体会(主讲朱良春)9.风湿病的治疗(主讲朱良春)10.肝炎、肝硬化辨证思路和治疗方法(主讲黄保中)11针灸治疗乳癖病(乳腺增生病)(主讲郭诚杰)12.温热急证诊治中一些问题的体会(主讲张学文)13.中风病治疗的体会(主讲张学文)14.咳嗽变异性哮喘的中医临床诊治思考(主讲晁恩祥)15.传染性非典型性肺炎的中医治疗意见(主讲晁恩祥)16.中华医道的原理及其应用(主讲傅景华)。以上全部16个光盘，总时间：25小时49分。定价：1030元

2.第五期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（广州）

1.通利疗法在温热病中的应用(主讲朱良春)2.治痹三要四宜(主讲谢海洲)3.脾胃病证治经验(主讲张 琪)4.《伤寒》《金匮》方之组合与应用(主讲张灿玾)5.治疗内科急症的临床经验(主讲颜德馨)6.伏邪探微(主讲任继学)7.时疫病毒腹泻(主讲任继学)8.石氏伤科理伤续断散论(主讲石仰山)9.我的治喉法则(主讲干祖望)10.诊余琐话(主讲周仲瑛)11.胃痛与消化性溃疡的辨证论治(主讲邓铁涛)12.为中医药发展架设高速公路(主讲邓铁涛)13.从几则医话和处方谈辨证论治的重要性(主讲张学文)14.从中医学出发思考问题(主讲陆广莘)15.中医养生与精气神(主讲吉良晨)16.罗氏正骨手法秘诀临床经验(主讲罗金官)17.浅谈活血化瘀(主讲何炎燊)18.临证见解(主讲禤国维)19.中医皮肤病辨证纲要(主讲禤国维)20.传染性非典型肺炎中医临床研究(主讲林 琳)21.弱智四项治疗弱智儿童2530例临床和实验研究(主讲靳 瑞)22.中医药治疗SARS康复期的临证体会(主讲杨志敏)23.胎漏、胎动不安的辨治(主讲路志正)。以上全部23个光盘，总时间：35小时22分。定价：1430元

3.第六期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（香港）

1.如何调养精、气、神--人之三宝(主讲吉良晨)2.新技术革命与中医(主讲邓铁涛)3.吴鞠通病原(主讲邓铁涛)4.咳嗽型哮喘的中医临床研究(主讲晁恩祥)5.调理脾胃法辨治心痹的思维决策基础(主讲路志正)6.活血化瘀法临床应用记实(主讲张学文)7.痰饮病穷原竟委(主讲颜德馨)8.时行感冒(主讲任继学)9.男性不育中医治疗(主讲李曰庆)10.前列腺炎治疗进展(主讲李曰庆)11.脑血管病与中风单元(主讲韩景献)12.《内经》——伤寒杂病论运用动物药的经验及其对后世的影响(主讲朱健平)13.痹证的三大主症(主讲朱健平)14.中成药的合理使用(主讲金世元)15.椎动脉型颈椎病的探讨(主讲孙树椿)16.常用靳三针疗法,靳三针治疗儿童自闭症弱智儿童,2891例临床和实验研究(主讲靳 瑞)。以上全部16个光盘，总时间：27小时35分。定价：1150元

4.第七期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（杭州）

1.论中医诊治传染病(主讲邓铁涛)2.从SARS疫情防治谈中医药的临床(主讲晁恩祥),禽流感(主讲晁恩祥)3.胃、食管反流病的诊断与治疗(主讲李乾构)4.肾心痛辨治,历代名医传(主讲路志正)5.益肾化浊法治疗老年期血管性痴呆的研究(主讲张伯礼)6.中医诊治急难证杂谈(主讲张学文)7.咳嗽辨治十要(主讲周仲瑛)8.内科急症应用“六神丸”的探讨(主讲朱良春)9.湿温证治述要(主讲何 任)10.风疹 水痘(主讲吉良晨)11.时行感冒(主讲任继学)12.急性热病诊治经验(主讲颜德馨)13.石膏治疗急性热病(主讲张琪)。以上全部13个光盘，总时间：18小时25分。定价：760元

5.第八期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（银川）

1.从腹痛的两例医案治验谈起(主讲吉良晨)2.前列腺炎综合征,慢性前列腺炎综合征临床研究方案指南(主讲李曰庆)3.从“毒”在疾病中的证治意义谈起(主讲张学文)4.朱良春之《伤寒论》理论的临床应用(主讲朱健平)5.从痹证的三大主症谈用药经验(主讲朱健平)6.学习“辛开苦降”法心得(主讲李遇春)7.任继学谈时疫病毒腹泻(主讲盖国忠)8.任继学谈中医对非典的治与防(主讲盖国忠)9.经方的临床应用与临证验案拾零(主讲李淑英)10.从病例谈杂病证治(主讲卢化平)11.论中成药的合理使用(主讲金世元)。以上全部11个光盘，总时间：17小时31分。定价：750元

6.第九期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（大理）

1.走健康之路 行养生之道(主讲吉良晨)2.关于慢性阻塞性肺病的中医证治分析(主讲晁恩祥)3.中医药在防治人禽流感中的作用(主讲晁恩祥)4.《医林改错》一书的学习与活血化瘀方药的运用(主讲张学文)5.颈椎病的诊断与治疗,椎动脉型颈椎病的探讨(主讲孙树春)6.辨体-辨病辨证诊疗模式及其临床应用(主讲王 琦)7.关于中医理论的特质优势与路向(主讲王 琦)8.慢性肺原性心脏病急性发作期的中医药辨治体会(主讲周平安)9.男性不育症(主讲李曰庆)10.论道地药材(主讲金世元)。以上全部10个光盘，总时间：22小时01分。定价：900元

7.第十期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（恩施）

1.再谈咳嗽型哮喘的中医证治意见(主讲晁恩祥)2.从状态辨治难治性咳嗽(主讲姜良铎)3.重型肝炎的诊断与治疗(主讲张赤忠)4.经典语言对临床医疗的指导作用举例(主讲李今庸)5.论中风病的防治和调护(主讲张学文)6.脑穴热敏化及其悬灸疗法(主讲陈日新)7.浅谈临证用药(主讲吉良晨)8.从湿论治冠心病经验(主讲路志正)9.中风病临床研究的思路与方法(主讲高 颖)10.中西医结合防治糖尿病的关键问题(主讲林 兰)。以上全部10个光盘，总时间：17小时24分。定价：730元

8.第十一期全国名老中医专家临床经验高级讲习班（万州）

1.头痛的辨证论治(主讲张学文)2.从息论态，综合施治(主讲姜良铎)3.如何提高中医临床疗效(主讲戴裕光)4.王永钧关于慢性肾脏病证治心得(主讲鲁 盈)5.灸之要，气至而有效(主讲陈日新)6.关于哮病若干问题的探讨(主讲晁恩祥)7.从血液病临床科研谈中医发展战略(主讲梁 冰)8.手法治疗腰椎小关节紊乱的生物力学(主讲孟 和)9.慢性肝病临证经验(主讲王灵台)10.慢性前列腺炎综合征的诊治现状(主讲李曰庆)。以上全部10个光盘，总时间：13小时36分。定价：590元

凡一次购买以上光盘1000元以上者，赠价值728元大礼包。包括“慈方名医——远程智能名医会诊系统”一套，价值600元。吴以岭主编《络病理论科学求证》一本价值128元。

邮购地址：北京市朝阳区北沙滩甲4号 中国中医药报社

邮编：100192 联系人：宋连均 电话：010-64860746