

益气通督手法 治小儿脾虚泄泻

农村实用
针灸技术选粹

颈椎病取颈夹脊

颈椎病是指颈椎间盘退行性变及颈椎骨质增生,刺激或压迫了邻近的脊髓、神经根、血管及颈部交感神经等而产生颈项部一系列症状,称其为颈椎病,又称颈椎综合征。好发于40~60岁的中老年人。本病发展缓慢,轻者头晕、头痛、恶心、颈项疼痛,上肢疼痛;重者可导致瘫痪。

平时要注意颈部保健,尤其是长期伏案或低头工作者,工作一两个小时后要活动颈部,以放松颈部肌肉。平时睡眠要注意保持正确的姿势,枕头高低要适度,以免落枕而加重颈椎病病情。(王维恒)

尚学瑞

河南辉县市中医院

眼下正是荷花遍开、莲蓬满池的季节,莲之亭亭玉立、蓬之出污泥而不染等,尽显其仪态和品格之美。其实,从中医角度看,莲之美还在于其一身皆宝,荷花、荷叶、荷蒂、荷梗、莲子、莲须、莲房、莲子心、藕、藕节都是难得的治良药。

荷花 莲之花瓣。性温味苦,有活血止血、祛湿消风、清热凉血解毒、美容、解暑等功效,能治疗疮痍、湿疹、跌打损伤、出血等症。可内服、外用、人饷、泡茶。用量6~9克,鲜品10~20克。

荷叶 莲之叶片。性平味苦,有消暑辟秽、升清醒脾、化痰止血等功效,主治暑热病证、脾虚泄泻和多种出血症,多鲜用,用量20~40克,内服、泡茶、人饷均可。现代还常用于降血压、降血脂及减肥等。

荷蒂 古称荷鼻,乃荷叶的基部连同叶柄周围的部分叶片。有安胎、止泻、升举之功,适用于妇女胎动不安、腹泻、血痢、脱肛、子宫脱垂等。多内服,用量4~6克,鲜品6~10克。现代还用于治疗慢性鼻炎、眩晕、蛋白尿等。

荷梗 为莲的叶柄或花柄。性平味苦,能行气宽胸,和胃安胎,清热解暑,止泻等,主治外感暑湿、胸中烦闷、泄泻痢疾、妊娠呕吐、胎动不安等。多内服,用量10~15克。

莲子 为莲的种子,《神农本草经》称“水芝丹”,性平味甘,擅长益肾、补脾、养心、固涩,主治肾虚之遗精、遗尿,脾虚之食少、泄泻,心气虚之心悸、失眠、虚烦及妇人带下等证。多内服,去心打碎用,用量10~15克。莲子去壳称莲肉,因富含蛋白、淀粉、棉子糖等营养成分,且质厚味纯,所以更宜人饷。

莲须 又称莲蕊,是荷花中雄蕊。性平味甘,为固肾、涩精、止血之佳品,主治遗精、滑精、带下、尿频以及多种出血症。生用、炒用、研末、水煎均可,多内服,用量1.5~5克。

莲房 莲的成熟花托。性温

每日1次,留针20到30分钟。嘱患者平时常按风池穴。
按: 颈夹脊具有疏通局部气血而止痛的作用;风池、天柱属于局部取穴,可疏通太阳、少阳经气,通络止痛。针灸治疗颈椎病对缓解颈项部、肩背部、上肢部的疼痛及头痛、头晕等,疗效显著。

小儿腹泻是一种多病因、多因素引起的疾病,发病率高,是造成小儿营养不良、生长发育障碍及死亡的原因之一,国外多采用抗生素、抗病毒及助消化药治疗,但观察发现,运用抗生素及对症治疗,疗效不佳。

推拿是中医外治法之一,是根据小儿生理、病理特点,运用各种不同手法刺激患者体表的一定部位或穴位进行治病的一种方法。

经临床观察,采用“益气通督手法”治疗小儿脾虚泄泻,疗效可靠,技术操作简单,易于掌握。手法治疗无针药之苦,花费时间短,家长乐于接受。

诊断标准

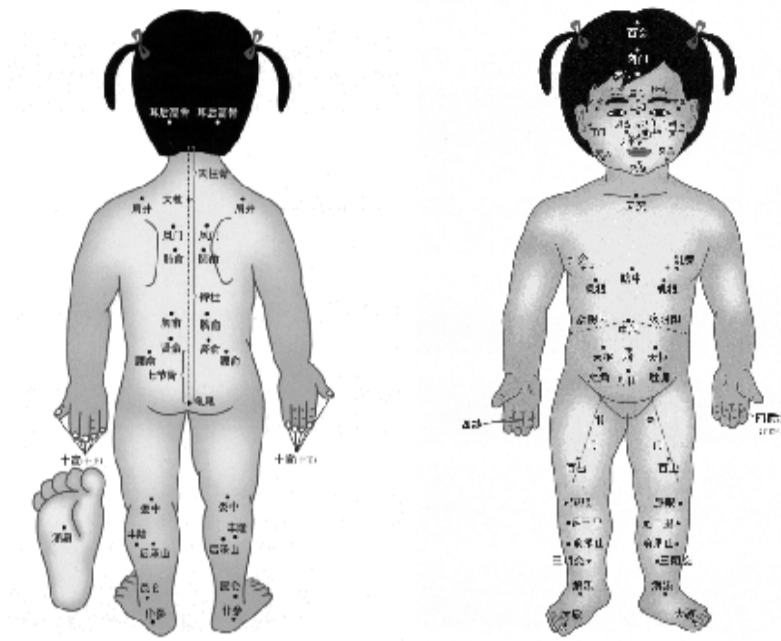
- 大便次数增多,一般不超过每日10次。
- 大便多为黄色水样便,或蛋花样便,含有少量黏液。
- 伴有呕吐,食欲不振。
- 无脱水及全身中毒症状。
- 常由受寒、饮食等因素引起。

适应症

- 3个月~7岁的患儿;
- 症见黄色水样便,或蛋花样便,含有少量黏液,次数增多,但一般不超过每日10次;
- 伴有呕吐,食欲不振;
- 中医辨证为脾虚泄泻,表现为神疲纳呆,面色少华等;
- 无脱水及全身中毒症状;
- 大便镜检可见脂肪球。

禁忌证

- 年龄小于3个月及大于7岁的患



儿;
2. 皮肤溃烂、滑石粉过敏、严重腹泻脱水者;
3. 不符合小儿脾虚泄泻的中西医诊断标准;
4. 肠道感染引起的重型腹泻,有较明显的脱水、电解质紊乱和全身中毒症状。

技术操作方法

一、治疗方法

- 揉腹:患儿仰卧。医者中指放于神阙,示指放于下脘穴,无名指放于气海穴力度以皮肤凹陷3~5毫米为宜,顺时针方向揉腹3分钟,然后中指指腹

放于神阙穴,食指和无名指分别放两侧天枢穴,力度以皮肤凹陷3~5毫米为宜,顺时针方向揉2分钟。
2. 揉气海:患儿仰卧,医者中指指腹放于气海穴处,力度以皮肤凹陷3~5毫米为宜,顺时针方向揉3分钟。
3. 揉百会:接上势,医者用中指指腹顺时针方向点揉百会穴2分钟,力度以皮肤微陷为宜。
4. 揉龟尾:患儿俯卧位,医者拇指指腹着力于患者尾骨处,力度以皮肤凹陷1~2毫米为宜,其余四指放于骶部起附着作用,揉龟尾250~300次。
5. 捏脊叩督法:患儿俯卧。医者两手拇指桡侧缘顶住患儿背部皮肤,

示、中指放于拇指前方,三指同时用力提拿皮肤,沿督脉经及华佗夹脊穴,从长强穴上2厘米至大椎穴反复提捏3~6遍,然后医者五指自然弯曲并拢,从大椎穴向下到腰俞沿督脉及两侧华佗夹脊穴叩击3~5遍,叩击力度以皮肤凹陷2~3毫米为宜,频率为160~180次/分,结束治疗。

二、治疗时间及疗程
每日治疗1次,7次为1个疗程。

三、注意事项

- 根据年龄、体质强弱不同,调节用力的大小,操作时间的长短,勿损伤患儿皮肤。
- 不能让患儿腹部、背部长时间暴露,以免受凉感冒,加重病情。
- 选用推拿介质如爽身粉、滑石粉等。
- 适当控制饮食,减轻脾胃负担。对吐泻严重的患儿暂时禁食,以后随着病情好转逐渐增加饮水量。忌食油腻、生冷及不易消化的食物。
- 保持皮肤清洁、干燥,勤换尿布。每次大便后,要用温水清洗臀部,并扑上爽身粉,防止发生红臀。
- 密切观察病情变化,及早发现腹泻变证。
- 对于治疗过程中出现脱水、酸中毒的患儿,要停止手法治疗;同时采用液体疗法等对症处理,以维持水、电解质及酸碱平衡。

(国家中医药管理局适宜技术推广项目) D4



- 用本病心绞痛者。
- 糖尿病:** 玉竹20克,天花粉20克,石斛20克,干地黄20克,山药20克,研末蜜丸,每次9克,日服2次。
 - 肺燥咳嗽:** 玉竹15克,沙参15克,麦冬15克,桑白皮10克,杏仁10克,水煎服。
 - 目涩昏花:** 玉竹15克,苍术15克,白蒺藜15克,菊花15克,草决明15克,研末,每次5克,日服2~3次。
 - 口干燥燥:** 玉竹颗粒(成药),每袋20克,每次1袋,日服3次,有润肺生津作用。
 - 老年体衰:** 玉竹高剂酒,每次20~25毫升,日服3~4次。用于食欲不振、精神困倦者。
 - 大便秘结:** 玉竹舒通口服液,每次10~20毫升,睡前服。(洪文旭)

养阴润燥用玉竹

玉竹又名女萎、黄芝、竹节黄、铃铛菜,为百合科植物玉竹的根茎。以其叶光莹而像竹,根部多节亦如竹,故而得名。传说南方山区住着母女俩,母亲因父亲意外伤亡而伤悲,终日流泪,茶饭不思,日久便两眼干涩,视物模糊。女儿玉竹虽百般劝解,但无治病良药,急得无法可想。有一日她在山上砍柴,无意中发现了棵草长得非常鲜嫩,圆叶好像竹子,白花连缀成串,而且根又肥大多汁,一尝口味甘甜,她想到母亲的眼病,便挖了许多回去,洗净后煎汁让母

亲喝。半月后,不但视力恢复,而且身体也好起来,此事在山区一传开,人们都夸玉竹是孝女,也知道此草有滋补作用,便将此草称为“玉竹”。

现代药理证实玉竹能增强心搏动,降低血糖,增强子宫及肠平滑肌收缩及降低结核病死亡率的作用。国外有以玉竹外治皮下出血及斑疹的报道。近年还发现玉竹能治疗高血脂症和心脏病,有降脂、强心作用。

玉竹最早载《吴普本草》,历代本草多有论述。《本经》云:“主中风暴热,不

能动摇,跌筋结肉,诸不足。久服去面黑黑干,好颜色,润泽。”《日华子本草》云:“除烦闷,止渴,润心肺,补五劳七伤,虚损,腰脚疼痛,天行热狂。”玉竹性味甘,平。功能养阴润燥,除烦止渴。主治热病伤阴,咳嗽烦渴,虚劳发热,消谷善饥,小便频数,目赤涩痛。凡胃有痰湿气滞者忌服。

简易疗法如下:
1. **冠心病:** 玉竹20克,丹参20克,人参10克,藏红花3克,浸泡于白酒500毫升中7日,每次10~20毫升,日服2次。亦

储存冬虫夏草别超过2年

临近国庆和中秋,又到了进补的好时节,不少人开始购买滋补药材,或自己进补,或作为礼品馈赠。受金融风暴的影响,一些名贵药材价格下跌,被称为“天下第一草”的冬虫夏草更是跌到5年来的新低。广东省佛山市中医院药科主任何锦均主任中医师说,冬虫夏草价格相对较低,对于有滋补需要的老弱人群来说,确实是购买的好时机,但不宜一次购买太多,因为储存时间长了,冬虫夏草易受潮而遭虫蚀,导致其药效降

低,故冬虫夏草的保存期不宜超过2年。

冬虫夏草之所以价格昂贵,是因为目前人工培植技术还不成熟,绝大部分还是依靠野生采挖,属于珍稀的天然资源。因其良好的滋补功效,冬虫夏草又常常被当作名贵礼品用于馈赠,但受赠人往往不懂得怎么保存,随手一放,没有使用特别的方法保存,使得冬虫夏草的保质期缩短,还有的人舍不得食用,把之保藏起来,甚至最后变质后只能扔掉,造成令人心疼的浪费。

何锦均认为,如果家里的冬虫夏草有一定的量,一时食用不完,就一定要注意储存的方法。保存冬虫夏草的关键在于防潮、防蛀和防虫,如果保存的时间不长,把冬虫夏草放进密封的玻璃瓶,里面再放一些花椒或丹皮,然后放置在冰箱中;如果需要保存半年以上,在储存冬虫夏草的地方旁边还要摆放硅胶之类的干燥剂,以更好地防潮。一旦发现冬虫夏草受潮,应立即拿到太阳下曝晒。如果发

现冬虫夏草已经长虫了,可拿到炭火旁稍加烘烤,然后筛去虫屑。

“冬虫夏草并不像陈皮,越藏越香醇,恰恰相反,越新鲜,其功效就越好。”何锦均建议,购买了冬虫夏草后,应有计划地服用,最好连续服用3个月以上,不要三天打鱼两天晒网,同时也减少因保存时间过长而导致药材失效的浪费现象。就一般的家庭保存条件来说,冬虫夏草的保存时间不宜超过2年。(摄影妍)

欢迎订阅《中医杂志》

《中医杂志》由中华中医药学会和中国中医科学院联合主办,自1955年创刊以来始终坚持“以提高为主,兼顾普及”的方针,是我国中医药界创刊早、发行量大、具有较高权威性和学术影响的国家级医药期刊。是中国自然科学核心期刊,首届国家期刊奖获得者。本刊主要栏目中“当代名医”和“临证心得”介绍名老中医辨证用药治疗疑难病的经验,即学即用;“专题笔谈”介绍常用中药应用的新经验,启发思路;“临床研究”“临床报道”介绍中医药治疗的新方法、新成果,真实可靠;“临床解惑”回答读者遇到的各类疑难问题,深入浅出。此外,还辟有病例讨论、针灸经络、思路与方法、综述、百家园、中医教学等栏目。读后可使您掌握最新信息与治疗方法,成为您学习中医药、研究中医药、不断提高临床及研究水平的良师益友。

《中医杂志》(月刊,大16开本,96页),2010年每册9.80元,全国各地邮局办理订阅,邮发代号:国内2-698,国外M140。

投稿邮箱:jtcmcn@188.com
稿件查询电话:010-64014411-3036
地址:北京东直门内南小街16号 邮编:100700
电话:010-64035632

中药新药与临床药理

主管:国家药品监督管理局
主办:广州中医药大学
邮发代号:46-210 双月刊
2010年每册定价:10元 全年60元

本刊为中国中文核心期刊、中国精品科技期刊、中国科技核心期刊(统计源期刊),以《药品管理法》为办刊宗旨,积极宣传报道中药新药及临床药理的研究成果和进展,为我国中药创新和参与国际药品市场竞争,提供最新信息和交流园地。

主要栏目有论坛、专题报道、专家笔谈、综述、学术探讨、学术争鸣、临床研究、临床应用、药效与毒理学研究、质控分析和工艺研究、合理用药和不良反应、新药研究动态、政策法规、企业之窗、信息、书评等。欢迎广大读者订阅。

电话:020-36590367 Email:zz@adr.com.cn

欢迎订阅2010年《中医药管理杂志》

《中医药管理杂志》于1993年创刊,是国家中医药管理局主管、中华中医药学会主办、全国唯一的国家级管理期刊,国内外公开发行。现被收录《中国学术期刊综合评价数据库来源数据库》、中国科技部《中文科技资料目录—医药卫生》核心期刊、中国期刊网《中国学术期刊(光盘版)》全文数据库全文收录期刊。本刊为月刊,每期96页,国内外公开发行,国内统一刊号:CN 11-3070/R,国际刊号:ISSN 1007-9203。

本刊坚持以“三个代表”重要思想和科学发展观为根本指导,以“科学性、先进性、指导性、学术性、实用性和服务性”为基本原则;以“围绕中心、服务大局、倡导探索、鼓励创新、搭建平台、促进交流”为办刊宗旨,以各级中医药行政、医疗、教育、科研、企业等机构的决策者、管理者为主要对象;以宣传党的中医药方针政策,传达主管部门的工作部署与管理信息,交流展示中医药管理先进经验与最新成果,研究探索中医药改革与发展中的热点、重点、难点问题,介绍借鉴现代管理科学理念与成功范例为己任;充分发挥“指导、引领、启迪、参考”作用,为提高中医药行业科学管理水平和促进中医药事业发展竭诚服务。

主要栏目有:政策解读、中心论坛、六名战略、思政建设、科研管理、调查报告、中医教育、医疗服务、人力资源、卫生经济、中药发展、健康保健、工作研究、信息平台等。此外还根据需要设立“民族医药”、“医疗与法制”、“国际交流”等栏目。

欢迎广大中医药医疗、教育、研究、企业等各界人士投稿和订阅。

订阅方法:(1)邮局订阅:本刊国内邮发代号:80-585,国外发行代号:M7765;(2)直接向杂志社订阅。
本刊每月28日出版,每册定价20元,全年240元。
《中医药管理杂志》社址:北京市朝阳区樱花园东街甲4号,邮编:100029
杂志社电话:010-62005172 编辑部电话:62005170
传真:62005168
http://zyyg.chinajournal.net.cn
E-mail:zyyg@chinajournal.net.cn

欢迎订阅2010年《中华中医药杂志》

《中华中医药杂志》是中国科学技术协会主管、中华中医药学会主办的国家级高级中医药学术期刊,是中国科协所属的自然科技期刊中反映中医药研究进展的中医药学杂志。本刊以“把握前沿,探索未知,引领学术,促进发展”为己任,坚持“继承与发展并重、中医与中药并重、理论与实践并重”的原则,全面反映中医药学科(含中医、中药、针灸、中西医结合、民族医药等)的新思想、新观点、新技术、新成果,交流国内外中医药学术信息,为发展中医药学术服务。本刊读者对象为临床、科研、教学、管理、生产的中医药工作者。

《中华中医药杂志》现为中国科技核心期刊、中文核心期刊、中国科学引文数据库期刊,并加入中国学术期刊综合评价数据库、日本科学技术数据库、美国《化学文摘》、波兰《哥白尼索引》、英国《国际农业与生物科学研究中心》、WHO西太平洋地区医学索引等大型数据库,是中医药学领域的权威杂志。本刊设述评、论著、临证经验、标准与规范、专题讲座、思路与方法、综述、会议述要、研究报告、临床报道、学术动态等栏目(本刊为允许刊登处方药广告的专业媒体,欢迎发布广告)。

《中华中医药杂志》国内外公开发行,为国际标准大16开月刊,自2010年起本刊每期增为160页,定价20元,全年240元,国际标准连续出版物ISSN 1673-1727,国内刊号CN 11-5334/R,订阅代号:18-90,国外订号M968。请及时向当地邮局订阅,漏订读者请直接汇款至本刊杂志社,每册21元(含邮费),全年共计252元。本刊现接受网络投稿,网址为:www.zhzyyzz.com,欢迎读者直接登录注册会员。

地址:北京市朝阳区和平街北口樱花园甲4号
《中华中医药杂志》社
邮编:100029 传真:010-64216650
电话:010-64216650 邮箱:64216650@163.com



本报所刊处方、验方、非药物疗法请在医师指导下使用