

# 中药在慢性病治疗中的临床价值

□ 李雪飞

## 二、正确使用中药的方法

- 遵循中医理论,明确病因病机。在使用中药进行治疗前,必须了解患者的病因病机,从而制定针对性的治疗方案。中医认为,慢性病的发生与人体内环境的失衡有关,因此需要采用调理气血、平衡阴阳的方法进行治疗。
- 辨证施治,选择合适的中药。不同的慢性病需要采用不同的中药进行治疗。因此,在使用中药时需要根据患者的具体情况进行辨证施治,选择合适的中药进行治疗。
- 掌握正确的服药方法。中药的服

药方法对于治疗效果有着重要的影响。一般来说,中药宜温服,不宜过热或过凉。此外,不同的中药需要采用不同的服药方法,如泡服、煎服等。

## 三、中药在慢性病治疗中的应用案例

以高血压病为例,患者张某,男性,55岁。患者长期患有高血压,服用西药治疗效果不佳。后来在中医的指导下,采用中药进行治疗。经过一段时间的治疗,患者血压逐渐稳定,临床症状明显改善。

中医诊断为肝肾阴虚、肝阳上亢,因此采用滋补肝肾、平肝潜阳的中药进行治疗。具体方剂为:生地黄、白芍、墨

旱莲、女贞子、杜仲、钩藤、夏枯草等。这些中药具有养阴柔肝、平肝潜阳的作用,能够有效地改善患者的临床症状。

综上所述,中药在慢性病治疗中具有独特的优势和临床价值。正确使用中药进行治疗需要遵循中医理论,明确病因病机,选择合适的中药,并掌握正确的服药方法。通过以上案例可以看出,中药在治疗高血压病等慢性病方面具有显著的效果。因此,我们应该加强对中药的认识和应用,从而更好地发挥其在慢性病治疗中的作用。

(作者单位:河北省霸州市中医院)

在我们的日常生活中,无论是由于意外还是运动损伤,骨折都是一种常见的健康问题。骨折后的康复过程虽然痛苦,但正确的康复方法和注意事项对于恢复肢体的功能和健康至关重要。本文将详细介绍骨折康复的注意事项,帮助读者了解正确的康复策略。

## 一、了解骨折

骨折是指骨头断裂或折断,通常伴随着疼痛、肿胀和功能障碍。骨折的类型和部位因个人情况而异,但大多数骨折可以通过适当的康复治疗得到恢复。

## 二、康复的注意事项

- 休息与锻炼:骨折早期应以休息为主,避免过度活动。随着时间的推移,在医生的指导下,可以适当地进行康复锻炼,以防止肌肉萎缩和关节僵硬。
- 合理的饮食:骨折后的饮食应富含蛋白质、维生素和矿物质。建议多吃新鲜水果、蔬菜和富含钙质的食物,以加速愈合过程。避免摄入过多辛辣刺激的食物,以免影响愈合。
- 按时复查:医生会根据骨折的愈合情况安排复查时间。按时复查有助于了解骨折愈合情况,调整康复计划。
- 心理调适:骨折后的康复过程可能会带来一定的心理压力。保持积极的心态,寻求心理支持,有助于更好地应对康复过程中的挑战。

# 了解正确的康复策略

□ 刘佳

过度使用受伤部位或在没有医生建议的情况下进行高风险活动。

## 三、正确的康复策略

- 早期活动:在医生的指导下,进行适当的早期活动,以防止肌肉萎缩和关节僵硬。开始时活动量应逐渐增加。
  - 合理的姿势:在恢复期间,保持正确的姿势非常重要。根据骨折的类型和部位,医生可能会建议采取特定的姿势来保护骨折部位。
  - 药物治疗:在医生的指导下,根据需要使用适当的药物来缓解疼痛、促进愈合或帮助恢复。
  - 定期调整康复计划:随着时间的推移,康复计划可能需要调整。
  - 借助辅助设备:在需要的情况下,如使用夹板、石膏或支具固定骨折部位,应遵循医生的建议,并正确使用辅助设备,以保护骨折部位并促进康复。
- 总之,骨折后的康复过程需要耐心和细心。通过了解以上注意事项和正确的康复策略,患者可以更好地应对骨折后的恢复期,加速康复并保护健康。

(作者单位:河北省河间市人民医院)

# 心脏超声:结果解读与报告分析

□ 王翠

保持心脏稳定。一些超声报告会关注心包是否有积液、是否有纤维化等问题。

当你拿到超声报告时,你可以向医生询问这些指标的含义,以及它们对你的健康有何影响。同时,你还可以询问医生是否有其他建议或检查需要进一步进行。

接下来,我们来谈谈报告分析。一份好的超声报告需要包含清晰、准确的数据和图像,以便医生能够快速、准确地评估心脏状况。在分析报告时,医生会考虑多个因素,包括但不限于上述指标。

医生会根据超声结果与其他检查结果(如心电图、X光、CT或MRI等)进行对比,以确定是否存在异常。他们还会考虑你的整体健康状况、生活方式和病史等因素,以提供个性化的建议和治疗方案。

总的来说,心脏超声是一种非常有用的医学工具,它可以帮助我们了解心脏的健康状况。通过解读报告和与医生合作,我们可以更好地管理我们的健康,并采取适当的措施来预防潜在的健康问题。希望这篇文章能帮助你更好地理解心脏超声,并为你提供一些实用的建议。

(作者单位:河北省石家庄市妇幼保健院)

# 噪声性耳聋的危害与预防措施

□ 张硕

在现代社会,噪声无处不在,它无时无刻不在影响着我们每个人的生活。其中,噪声性耳聋作为一种常见的听力损伤性疾病,越来越受到人们的关注。本文将就噪声性耳聋的危害、成因以及预防措施进行深入探讨。

## 一、噪声性耳聋的危害

- 听力下降:噪声性耳聋的主要症状是听力下降,初期可能表现为听声音费力,需要大声说话,后期则可能出现完全失聪的情况。
- 心理压力:听力下降不仅影响正常的生活和工作,还可能导致情绪低落、焦虑和抑郁等心理问题。
- 社交障碍:由于听力下降,患者可能在与人交流时感到困难,进而产生社交障碍,影响生活质量。
- 职业受限:长期暴露在噪声环境中,容易导致噪声性耳聋,进而影响患者的职业选择,甚至可能被迫中断工作。

## 二、噪声的成因

噪声性耳聋的主要成因是长期暴露在持续或间断性的高强度噪声环境中。噪声不仅会对听力造成损伤,还可能引起其他身体伤害,如头痛、失眠等。常见的噪声源包括机器声、车辆噪音、建筑工地噪音、音乐会等。

## 三、预防措施

- 增强自我保护意识:在噪声环境中工作或活动时,应增强自我保护意识,佩戴耳塞、耳罩等听力保护用品。
- 定期检查听力:定期进行听力检查,及早发现听力问题,及早采取干预措施。
- 合理安排工作和生活:注意休息,避免过度疲劳,保持良好的生活习惯和心态。
- 减少接触噪声时间:尽可能减少暴露在噪声环境中的时间,特别是高强度噪声。
- 学习和推广噪声控制知识:加强噪声控制知识的宣传和教

育,提高全社会的噪声防控意识。

- 使用耳机时注意音量和时长:使用耳机时,应注意音量调节,不宜过大;同时,佩戴时间不宜过长,避免对耳朵造成损伤。
- 营造安静环境:在工作和生活中,应尽可能营造安静的环境,减少噪声对人体的影响。

综上所述,噪声性耳聋的危害不容忽视,而预防措施则至关重要。增强自我保护意识、定期检查听力、合理安排工作和休息、减少接触噪声时间、学习和推广噪声控制知识等措施,都是有效预防噪声性耳聋的方法。

(作者单位:河北省玉田县中医医院)

# 手术前,这些知识一定要知道

□ 郑楠

们的身体状况。

## 三、手术前的心理准备

手术前,我们需要做好心理准备。首先,我们需要认识到手术是一种治疗手段,但并非万能,不能保证一定能够治愈疾病。其次,我们需要学会调整自己的情绪,避免过度紧张和焦虑,保持冷静和乐观的态度。此外,我们还可以通过与家人和朋友交流、阅读相关书籍等方式来缓解紧张情绪。

## 四、手术的风险和并发症

任何手术都存在一定的风险和并发症。常见的风险和并发症包括麻醉意外、术中出血、感染、疼痛、术后粘连等。了解这些风险和并发症可以帮助我们更好地

地理解手术的复杂性和风险性,并采取相应的预防措施。同时,我们也应该相信医生的专业能力,积极配合医生的治疗和护理工作。

## 五、术后恢复和注意事项

手术后,我们需要关注身体的恢复情况,并遵循医生的建议进行护理。首先,我们需要保持充足的休息和睡眠时间,避免过度劳累。其次,我们需要遵循医生的饮食建议,合理搭配营养,保持健康的饮食习惯。此外,我们还应该注意个人卫生,避免感染的发生。

总之,手术前我们需要了解相关的知识,以便更好地应对手术过程和术后恢复。通过了解手术的类型和目的、做好充分的准备工作、调整好心态、认识风险和并发症、关注术后恢复等方面的工作,我们可以更好地应对手术,并取得更好的治疗效果。

(作者单位:河北省唐山市开平医院)

在我们的日常生活中,手术是一种常见的医疗手段,它可以帮助我们解决许多健康问题。然而,手术前我们需要了解一些重要的知识,以便更好地应对手术过程和术后恢复。

## 一、手术的类型和目的

首先,我们需要了解手术的类型和目的。手术可以大致分为三种:诊断性手术、治疗性手术和抢救性手术。诊断性手术是为了明确诊断疾病而进行的手术,治疗性手术则是为了治疗疾病或缓解症状而进行的手术,抢救性手术则是为了挽救生命而采取的紧急措施。

## 二、手术前的准备工作

在手术前,我们需要做好充分的准备工作。首先,我们需要调整好心态,保持积极乐观的态度,相信自己能够战胜疾病。其次,我们需要配合医生进行各项检查,如血常规、尿常规、心电图等,以便医生了解我