

# 冠心病的中医辨证和治疗方法

□ 张玉杰

冠心病是一种常见的心血管疾病，中医将其归属于“胸痹”、“心痛”等范畴。本篇文章将介绍冠心病的中医辨证和治疗。

## 一、中医对冠心病的认识

中医认为，冠心病的发生与心脉不通、气血瘀滞有关。其病机多因寒凝、痰浊、瘀血等痹阻心脉，导致心脉不通，气血瘀滞，不通则痛。因此，中医治疗冠心病的关键在于活血化瘀、通络止痛。

## 二、中医辨证治疗冠心病

1. 气滞血瘀型：此型患者多有胸闷、胸痛、心悸、嗝气等症状，中医治疗以疏肝理气、活血化瘀为主。常用药物有柴胡、枳壳、香附、川芎等。

2. 痰浊痹阻型：此型患者多有胸闷、胸痛、咳嗽、咳痰等症状，中

医治疗以化痰祛湿、宣痹通络为主。常用药物有瓜蒌、薤白、半夏等。

3. 寒凝心脉型：此型患者多有胸闷、胸痛、心悸、气短等症状，中医治疗以温阳散寒、活血化瘀为主。常用药物有桂枝、薤白、当归等。

4. 气阴两虚型：此型患者多有心悸、乏力、头晕等症状，中医治疗以益气养阴、活血化瘀为主。常用药物有人参、麦冬、五味子等。

5. 心肾阴虚型：此型患者多有胸闷、胸痛、心悸、失眠等症状，中医治疗以滋阴补肾、活血化瘀为主。常用药物有熟地黄、山茱萸等。

## 三、中医特色疗法

1. 针灸治疗：针灸可以疏通经络、调和气血，缓解疼痛和改善心脏功能。常用的针灸穴位有内关、神门、心俞等。

2. 推拿治疗：推拿可以舒缓肌肉紧张和疼痛，促进血液循环和代谢，改善心脏功能。常用的推拿手法有揉法、捏法等。

3. 中药外敷：将中药敷于胸部或背部，通过皮肤吸收药物，达到活血化瘀、通络止痛的效果。常用的中药外敷方剂有当归、川芎等。

4. 中药泡脚：用中药泡脚可以促进血液循环，缓解疼痛和疲劳，改善睡眠质量。常用的中药泡脚方剂有桂枝、艾叶等。

总之，中医治疗冠心病具有独特的优势和效果，但需根据患者的具体情况进行治疗和调理，同时注意饮食和生活习惯的改善，以达到更好的治疗效果。

(作者单位：河南省汝州市中医院)

# 盆底治疗知多少

□ 赵聪颖

在日常生活中，我们经常会听到“盆底肌”这个词。它是指围绕在骨盆周围的肌肉和筋膜，是维持我们身体正常功能的重要结构之一。然而，盆底肌也容易受到多种因素的影响，如年龄、分娩、肥胖、慢性疾病等，导致盆底功能受损，进而引发一系列盆底健康问题。

## 一、盆底肌的重要性

盆底肌是我们身体中一个非常特殊的肌肉群，它不仅支撑着膀胱、子宫、直肠等重要器官，还负责控制排尿、排便、性功能等生理功能。一旦盆底肌受损，这些功能可能会受到影响，进而导致一系列健康问题，如尿失禁、便秘、性功能障碍等。因此，保持盆底肌的健康对于我们的生活质量至关重要。

## 二、盆底问题原因

盆底问题可能由多种因素引

起，包括年龄、分娩、肥胖、慢性疾病等。随着年龄增长，盆底肌可能会逐渐退化，导致盆底功能下降。分娩也是一个重要的因素，多次分娩的女性更容易出现盆底问题。此外，肥胖和慢性疾病(如糖尿病)也可能对盆底健康产生不良影响。

## 三、盆底治疗

1. 电刺激：电刺激是一种常用的盆底治疗方法，通过电流刺激盆底肌肉，使其收缩和放松，从而达到锻炼和修复的目的。电刺激可以促进神经肌肉的激活和重塑，从而改善盆底肌肉的功能。

2. 生物反馈：生物反馈是一种利用现代生理科学仪器，将个体某些生理变化以视觉或听觉的形式反馈给个体的一种治疗方法。通过生物反馈技术，患者可以了解自己的盆底肌肉状态，从而进行自我训练

和调整。

3. 凯格尔运动：凯格尔运动是一种针对盆底肌的锻炼方法，通过收缩和放松盆底肌来增强其力量和灵活性。患者可以在专业指导下进行凯格尔运动，也可以在家中自行进行自我训练。

除了以上治疗方法外，还可以通过药物、手术等其他方式来治疗盆底问题。

保持盆底肌的健康对于我们的生活质量至关重要。通过了解盆底肌的重要性、识别导致盆底问题的原因以及选择合适的治疗方法，我们可以重新掌握生命之门的钥匙，恢复盆底肌的正常功能。在未来的日子里，让我们一起关注盆底健康，享受健康的生活。

(作者单位：河北医科大学第二医院)

# 超声心动图：观察心脏结构和功能的窗口

□ 赵海梅

您是否曾经好奇过自己的心脏是如何工作的？是否曾经担忧过自己的心脏健康？那么，请跟随我走进超声心动图的世界，这是一个神奇的窗口，让我们能够观察到心脏的结构和功能。

首先，让我们了解一下什么是超声心动图。超声心动图是一种无创性的检查技术，它使用高频声波来生成心脏的实时图像。这些图像可以帮助医生了解心脏的结构和功能，从而评估心脏的健康状况。

那么，超声心动图是如何工作的呢？简单来说，超声心动图利用了声波的反

射和传播原理。当声波被送入人体时，它们会根据物体的特性(如密度、厚度和弹性)反弹回来。这些反弹回来的声波被接收并转化为图像，从而形成心脏的实时图像。

通过超声心动图，我们可以观察到心脏的结构。心脏是一个非常复杂的器官，由四个心腔(左心房、右心房、左心室和右心室)组成，这些心腔在特定的时间和空间内相互连接，以完成泵血功能。超声心动图可以清晰地显示这些心腔的大小、形状和位置，以及它们之间的连接方式。这对于诊断心脏结构和形态异常(如

肥厚或扩张性心脏病)非常重要。

此外，超声心动图还可以提供关于心脏功能的信息。心脏功能是指心脏在单位时间内的泵血量，它是衡量心脏健康状况的重要指标。超声心动图可以通过测量心腔的大小和形状变化，以及心室的收缩和舒张时间来评估心脏功能。此外，超声心动图还可以检测到心肌的运动情况，如心肌的厚度、弹性等，这些信息对于诊断心肌病和其他心脏疾病非常重要。

然而，并不是所有的人都需要进行超声心动图检查。一般来说，中老年人、有

家族心脏病史、高血压、高血脂、糖尿病等慢性病患者以及有胸痛、胸闷等症状的人应该定期进行超声心动图检查。而对于健康人来说，如果家族中有心脏病史或者有肥胖、血脂高等危险因素，也可以考虑进行超声心动图检查。

总的来说，超声心动图是一种非常有用的工具，它可以帮助我们更好地了解心脏的结构和功能，从而更好地预防和治疗心脏病。对于关心自己心脏健康的人来说，它是一个不可忽视的窗口。

(作者单位：河北省张家口市第一医院)

# 急腹症的警示信号与应对策略

□ 张振

急腹症是一种常见的外科疾病，主要表现为突发性腹部疼痛。其病因多样，可能涉及到胃肠、肝胆、泌尿系统等多个部位。了解急腹症的警示信号和应对策略对于患者的及时诊治至关重要。本文将针对急腹症的常见类型及其应对方法进行说明。

## 一、常见急腹症类型与症状

1. 胃肠炎：表现为上腹部疼痛、恶心、呕吐和腹泻。应对策略包括卧床休息，补充水分，避免油腻食物，如症状持续，可考虑就医。

2. 胆囊炎/胆结石：典型症状包括右上腹绞痛、恶心、呕吐和发热。应对策略包括饮食调整，避免高脂肪食物，就医接受药物治疗或手术治疗。

3. 阑尾炎：转移性右下腹疼痛是阑尾炎的典型症状。应对策略包括及时就医，可

能需要进行手术切除。

4. 胰腺炎：表现为左上腹剧烈疼痛，常伴有恶心、呕吐和腹泻。应对策略包括禁食，就医接受药物治疗。

5. 尿路结石：表现为剧烈的腹部绞痛，可能伴有血尿和发热。应对策略包括多喝水，就医接受药物治疗或碎石治疗。

## 二、急腹症的警示信号与应对策略

1. 腹部剧痛：突发性腹部疼痛是急腹症的典型症状，应立即就医。

2. 伴随症状：伴随恶心、呕吐、腹泻、血便、发热等其他症状的腹部疼痛，应提高警惕，及时就医。

3. 既往病史：有相关病史(如胆囊炎、胃肠疾病等)的患者，应密切关注自身症状，如有异常，及时就医。

4. 疼痛部位：腹部不同部位的疼痛对

应于不同的疾病，应准确识别疼痛部位，及时就医。

5. 紧急处理：在疼痛发生时，可采取局部热敷、按压疼痛部位等方法缓解疼痛，但不应自行用药或更改治疗方案，应及时就医。

## 三、急腹症的应对策略

1. 保持冷静：面对急腹症，保持冷静至关重要。了解急腹症的基本知识有助于更好地识别病情，做出正确判断。

2. 及时就医：如出现上述所述的任何一种情况，应立即就医。在就医过程中，如实向医生陈述症状，以便医生做出准确的诊断和治疗。

3. 避免自行用药：急腹症是一种需要专业治疗的外科疾病，自行用药可能会延误或加重病情，应避免。

4. 寻求专业帮助：对于无法自行判断的疑似急腹症症状，应寻求专业医生的帮助，以确保得到正确的诊断和治疗。

5. 定期健康检查：养成良好的生活习惯，定期进行健康检查，有助于及早发现并治疗潜在的疾病，预防急腹症的发生。

急腹症是一种常见的外科疾病，其症状多样。了解急腹症的警示信号和应对策略对于患者的及时诊治至关重要。本文从常见急腹症类型与症状、急腹症的警示信号与应对策略、急腹症的应对策略三个方面进行了科普，旨在帮助公众更好地识别和应对急腹症。同时，我们也要提醒大家，保持良好的生活习惯，定期进行健康检查，及早发现并治疗潜在的疾病，预防急腹症的发生。

(作者单位：河北省香河县人民医院)

# 胸部X光检查的作用和局限性

□ 赵化岭

胸部X光检查是一种常见的医学影像检查方式，用于检测胸部是否存在异常，如肺部感染、肿瘤、气胸等。它是一种无创、快捷的检查方法，被广泛应用于临床诊断。然而，胸部X光检查也存在一定的局限性，因此，了解其作用和局限性对于患者来说非常重要。本文将详细介绍胸部X光检查的作用和局限性，帮助大家更好地理解这一检查方式。

## 一、作用

1. 诊断疾病：胸部X光检查可以帮助医生诊断许多胸部疾病，如肺炎、肺结核、肺癌等。通过观察肺部组织的形态变化，X光可以发现异常阴影，从而为医生提供诊断依据。

2. 评估病情：胸部X光检查还可以帮助医生评估患者的病情严重程度，为治疗提供参考。例如，气胸患者的X光片上可以看到肺部组织受压的征象，有助于医生判断患者的病情并制定治疗方案。

3. 监控治疗效果：胸部X光检查在治疗后评估中发挥着重要作用。患者接受治疗后，医生通常会安排X光检查以监测治疗效果。通过观察肺部组织的恢复情况，医生可以了解治疗的效果，并据此调整治疗方案。

## 二、局限性

1. 假阳性结果：胸部X光检查可能产生假阳性结果，即检查结果显示存在疾病，但实际并无异常。这可能是由于技术因素、患者体位不正确或呼吸运动等因素导致的误判。

2. 辐射风险：胸部X光检查具有一定的辐射风险。虽然这种辐射的剂量较低，且通常在可承受范围内，但长期频繁接受X光检查仍可能对孕妇和儿童造成一定影响。

3. 无法检测微小病变：胸部X光检查在检测微小病变方面存在局限性。一些较小的肺部病变或肿瘤可能在X光片上难以察觉，导致漏诊。

4. 患者配合度：胸部X光检查需要患者配合呼吸运动，如果患者在检查过程中无法配合呼吸指令，可能会影响检查结果的准确性。

综上所述，胸部X光检查在诊断和治疗胸部疾病方面具有重要作用，但也存在一定的局限性。患者在接受此项检查时，应了解其作用和局限性，并与医生密切合作，以获得准确的诊断和治疗方案。同时，对于一些特殊人群，如孕妇、儿童和呼吸困难的患者，应谨慎考虑是否进行胸部X光检查。

(作者单位：河南省第三人民医院)