

中医治疗脑病的常用方法

□ 吴平荣

脑病是指由各种原因引起的脑部功能障碍性疾病,如中风、头痛、失眠、癫痫等。中医治疗脑病具有悠久的历史和丰富的经验,通过调和阴阳、疏通经络、调节气血、滋养脑髓、恢复脏腑功能等方法,帮助患者改善症状、提高生活质量。以下是中医治疗脑病的几种常用方法:

1. 中药治疗

中药治疗是中医治疗脑病的重要方法。根据患者的具体症状和体质,中医将脑病分为不同的证型,如肝阳上亢、瘀血阻络、痰浊上蒙等,并根据不同的证型采取相应的治疗方法。例如,缺血性中风常用通络活血、化瘀止痛的药物,如丹参、川芎、桃仁等;出血性中风常用止血、活血、化瘀的药物,如茜草、

蒲黄、五灵脂等。对于头痛,肝阳上亢型常用天麻、钩藤、石决明等平肝潜阳药物;瘀血阻络型常用川芎、桃仁、红花等活血化瘀药物。

2. 针灸治疗

针灸治疗通过刺激特定的穴位,调节气血、疏通经络、调和阴阳,从而达到治疗脑病的目的。针灸治疗对于中风、头痛、失眠、癫痫等脑病具有一定的疗效。例如,针灸治疗中风常选用头部穴位、颈部穴位和肢体穴位,如百会、风池、曲池、足三里等,以疏通经络、调节气血。

对于头痛,可选用太阳穴、风池、合谷等穴位,以缓解疼痛。失眠的治疗可选用安眠穴、神门、三阴交等穴位,以养心安神、调节睡眠。

3. 推拿按摩

推拿按摩通过手法作用于人体的特定部位,达到疏通经络、活血化瘀、调节脏腑功能的目的。推拿按摩对于脑病的治疗有一定的辅助作用。通过专业的推拿手法和康复训练,可以帮助患者恢复肢体活动能力,提高日常生活自理能力。

4. 穴位贴敷

穴位贴敷法通过使用活血化瘀药物直接刺激穴位,并通过透皮吸收,使局部药物浓度明显高于其他部位。这种方法可以与内治并行,补充内治的不足。穴位通过经络与脏腑的密切联系,可以有效地通过经络来调节慢性缺血性脑病,起到活血化瘀、疏通血管的作用。

5. 生活调理与食疗

合理的饮食和生活调理对脑病的预防和治理具有重要意义。患者应保持规律的作息时间,保证充足的睡眠,避免过度劳累,适当参加体育锻炼、游泳等运动能增强脊柱的协调性;注意坐姿、站姿,避免久坐久站;定期进行X线检查,及时发现脊柱异常;积极治疗骨质疏松等原发疾病,减少脊柱侧弯的风险。

因此,患者应根据自身病情和体质,选择合适的治疗方法,并在专业医生的指导下进行治疗。

(作者单位:河南省开封市中医院)

脊柱侧弯:方向与身体影响的全面解析

□ 肖赫男

脊柱侧弯是一种常见的脊柱畸形,表现为脊柱在冠状面上偏离身体中线向侧方弯曲,形成带有弧度的脊柱形态。这一现象不仅影响患者的外观,还可能带来一系列健康问题。以下是对脊柱侧弯方向与身体影响的全面解析。

一、脊柱侧弯的方向

脊柱侧弯通常发生在脊柱的一个或多个节段上,可能向左或向右弯曲。这种弯曲可能伴随椎体的旋转,导致脊柱在三维空间上发生复杂形变。

脊柱侧弯可以发生在颈椎、胸椎或腰椎,但最常见的是胸椎和腰椎区域。侧弯的形态可能呈现为“C”形或“S”形,取决于弯曲的方向和节段。

二、脊柱侧弯的身体影响

1. 外观异常
脊柱侧弯患者站立时姿态不对称,双肩不等高,弯腰时背部不对称。严重者会出现胸廓旋转畸形,表现为两侧乳房不对称,上身倾斜,躯干缩短等。这种外观上的异常不仅影响患者的自信心,还可能引发社交障碍。

2. 内脏压迫症状

脊柱侧弯严重时,胸廓畸形会对内脏产生压迫。心脏受压可能导致心功能受限,出现心悸、心跳加快等症状;肺脏受压会降低肺活量,表现为呼吸加快;消化系统受压则可能出现食欲减退、消化不良的症状。

3. 疼痛与不适

脊柱侧弯患者常伴有背部疼痛,尤其是在长时间站立或坐着后。疼痛可能由脊柱的弯曲、椎体的旋转以及周

围软组织的紧张引起。

4. 神经系统影响

严重的脊柱侧弯可能压迫脊髓和神经根,导致神经系统症状,如肢体麻木、无力等。

三、脊柱侧弯的原因

脊柱侧弯的原因多种多样,包括先天性遗传因素、创伤、神经肌肉异常、慢性炎症刺激和肿瘤等。

先天性脊柱侧弯是由于胎儿时期脊柱发育异常导致的;后天性脊柱侧弯则可能由长期姿势不良、坐姿不正确、神经肌肉系统疾病等因素引起。

四、脊柱侧弯的诊断与治疗

脊柱侧弯的诊断通常通过体格检查、X射线检查等方法进行。治疗方法的选择依据侧弯的程度和病因,包括支具固定、牵引、电

磁疗法、手术等。对于轻度侧弯,可以通过改变姿势和锻炼来改善;对于重度侧弯,则可能需要手术治疗。

五、预防脊柱侧弯

预防脊柱侧弯的方法包括适当锻炼、纠正姿势、定期体检和积极治疗原发疾病。适当进行跑步、游泳等运动能增强脊柱的协调性;注意坐姿、站姿,避免久坐久站;定期进行X线检查,及时发现脊柱异常;积极治疗骨质疏松等原发疾病,减少脊柱侧弯的风险。

脊柱侧弯是一种复杂的脊柱畸形,其方向与身体影响多种多样。

通过了解其方向与身体影响,我们可以更好地认识这一疾病,并采取有效的预防和治疗措施。

(作者单位:河北省张家口中医院)

神经内科与精神心理疾病的关系及治疗

□ 辛未丹

在当今社会,精神心理疾病和神经系统疾病越来越受到人们的关注。虽然这两者看似属于不同的医学领域,但实际上它们在某些方面存在交叉,理解它们之间的关系对于准确诊断和有效治疗至关重要。本文将探讨神经内科与精神心理疾病的关系及其治疗方法。

一、神经内科与精神心理疾病的关系

神经内科和精神心理科是两个不同的医学专科,分别针对不同的健康问题。神经内科主要研究神经系统疾病,这些疾病通常与大脑、脊髓和周围神经的结构或功能异常有关。常见的神经内科疾病包括帕金森病、阿尔茨海默病、脑血管意外(如中风)等。这些疾病往往表现为运动障碍、感觉异常、肌肉无力等症状。

精神心理疾病则主要涉及大脑的功能失调,导致认知、情感、意志和行为等精神活动出现不同程度障碍。常见的精神心理疾病包括抑郁症、焦虑症、强迫症、精神分裂症等。这些疾病的症状多种多样,可能包括持久的情绪低落、过度的担心和紧张、强迫观念和强迫行为、幻觉和妄想等。

尽管神经内科和精神心理疾病在发病机制和临床表现上有所不同,但某些神经系统疾病可能导致精神心理症状的出现,反之亦然。例如,某些类型的脑损伤或脑肿瘤可能导致患者出现抑郁或焦虑症状;而严重的精神心理疾病如精神分裂症,有时也可能表现为神经系统异常。因此,在诊断和治疗过

程中,医生需要综合考虑患者的神经系统和精神心理状态。

二、精神心理疾病的治疗方法

精神心理疾病的治疗是一个复杂的过程,通常需要综合多种方法。以下是一些常见的治疗方法:

1. 一般治疗:对于轻度的精神心理障碍患者,可以通过调整生活方式的方式进行改善。这包括保持规律的作息时间、均衡的饮食、适度的运动以及寻找适合自己的放松方式,如听音乐、看电影等。这些措施可以在一定程度上缓解病情,提高患者的生活质量。

2. 药物治疗:如果症状比较严重,已经影响到了正常的生活和工作,则需要遵医嘱服用相应的药物进行治疗。精神心理疾病的药物种类繁多,包括抗抑郁药、抗焦虑药、抗精神病药等。这些药物的作用机制各不相同,但都能在一定程度上调节大脑的化学平衡,从而缓解患者的症状。在使用药物时,患者应严格遵循医生的处方用药,不可自行增减药量或停药,以免影响治疗效果或导致病情反复。

3. 物理治疗:物理治疗是精神心理疾病治疗中的一种辅助手段。常见的物理治疗方法包括电休克治疗、重复经颅磁刺激等。这些治疗方法通过物理手段刺激大脑,从而改善患者的症状。虽然物理治疗在某些情况下可能有效,但并非所有精神心理疾病都适合使用物理治疗,因此在使用前应咨询专业医生。

4. 认知行为疗法:认知行为疗法是一种

心理治疗方法,旨在帮助患者了解自己不良的认知方式和情绪变化,并通过训练的方式来改变不合理的信念和行为模式。这种治疗方法可以帮助患者恢复正常的情绪状态,提高应对压力的能力。认知行为疗法通常需要在专业心理咨询师的指导下进行,治疗过程可能需要一段时间才能看到明显的效果。

5. 心理社会干预:心理社会干预是指针对个体所处的社会环境因素,采取相应的措施,以促进其适应能力的发展,提高生活质量的一种综合性的服务手段。这包括提供心理支持、教育训练、社会技能训练等。心理社会干预可以帮助患者更好地融入社会,提高生活质量。

三、神经内科与精神心理疾病的综合治疗

在某些情况下,神经内科和精神心理疾病可能同时存在,这时需要综合考虑两者的治疗方法。例如,对于某些由神经系统疾病引起的精神心理症状,如帕金森病患者的抑郁和焦虑症状,除了使用抗精神病药物治疗外,还需要针对神经系统疾病本身进行治疗,如使用抗帕金森药物或进行康复训练等。

对于精神分裂症等严重的精神心理疾病,如果伴有神经系统异常,如脑电图异常或头颅MRI异常,则需要神经内科和精神心理科的医生共同制定治疗方案。这可能需要使用多种药物进行联合治疗,同时进行物理治疗和认知行为疗法等辅助治疗手段。

四、日常生活中的注意事项

除了接受专业治疗外,患者在日常生活中也需要注意以下几点:

1. 保持良好的睡眠质量

睡眠对于心理健康至关重要。患者应保持规律的作息时间,避免熬夜和过度劳累。如果睡眠出现问题,应及时就医寻求帮助。

2. 均衡饮食

均衡的饮食可以提供身体所需的营养和能量,有助于维持身体健康和心理健康。患者应多摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,避免过多摄入高糖、高脂肪和高盐的食物。

3. 适度运动:适度的运动可以释放压力、缓解焦虑和抑郁情绪。患者可以选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、瑜伽等。但需要注意的是,运动时应避免过度劳累和受伤。

4. 寻求社会支持:与家人和朋友保持良好的沟通和联系可以提供情感支持和心理支持。患者可以积极参加社交活动、加入兴趣小组等,以扩大社交圈子并增强社会适应能力。

五、总结

神经内科和精神心理疾病虽然属于不同的医学领域,但在某些方面存在交叉。理解它们之间的关系对于准确诊断和有效治疗至关重要。在治疗过程中,医生需要综合考虑患者的神经系统和精神心理状态,制定个性化的治疗方案。同时,患者也需要积极配合医生的治疗,按时服药并接受心理治疗和社会技能训练等辅助治疗手段。只有这样,才能取得最佳的治疗效果并恢复身心健康。

(作者单位:河北省廊坊市人民医院)

做好神经内科护理 守护大脑与神经系统健康

□ 张雅丽

神经内科,作为独立设置的二级学科,专注于研究神经系统和骨骼肌疾病,通过内科手段进行诊断与治疗。这一领域不仅复杂且充满挑战,因为神经系统控制着我们的思维、感觉、运动及多种生理功能。神经内科疾病种类繁多,涵盖了从脑血管疾病、神经退行性疾病到肌肉疾病等广泛范围。在这个过程中,神经内科护理人员扮演着至关重要的角色,他们不仅是医疗团队的重要成员,更是患者康复路上的坚强后盾。

1. 病情监测与快速反应

神经内科患者的病情往往变化迅速,护理人员需密切监测患者的生命体征,包括意识状态、瞳孔变化、肢体活动等,及时发现异

常并报告医生。例如,对于脑卒中患者,护理人员需时刻关注血压、心率等指标,预防并发症的发生。

2. 个性化护理计划的制定

入院时,护理人员会对患者进行全面的护理评估,包括健康史、身体状况、心理社会状况等,以了解患者的病情特点和护理需求,进而制定个性化的护理计划。这些计划可能涉及饮食、皮肤、口腔、排泄等多个方面的护理,旨在预防压疮、口腔感染等并发症。

3. 康复护理与功能恢复

康复护理是神经内科护理的重要组成部分。护理人员会协助医生和康复治疗师,为患者制定康复训练计划,并指导患者进行肢体

功能锻炼、语言训练、认知训练等,帮助患者恢复受损功能,提高生活自理能力。

4. 心理支持与健康教育

神经内科疾病往往给患者带来巨大的心理压力,护理人员需关注患者的心理状态,提供心理支持和安慰,帮助患者树立战胜疾病的信心。同时,护理人员还需向患者及其家属进行健康教育,介绍疾病知识、治疗方法、护理要点等,提高患者和家属的自我护理能力和健康意识。

5. 专业技能与持续学习

神经内科护理涉及众多先进的医疗设备和新技术,如脑电图监测、颅内压监测等,护理人员需具备扎实的专业知识和技能,并不断

学习新知识,以应对各种复杂的病情变化。此外,护理人员还需掌握良好的沟通技巧,以更好地与患者及其家属沟通,提供人性化的护理服务。

神经内科护理是一项充满挑战与机遇的工作,护理人员不仅是医疗团队的重要成员,更是患者康复路上的坚强后盾。他们通过精心的护理,帮助患者缓解症状、预防并发症、促进康复,提高患者的生活质量。

在广大神经内科护理人员的共同努力下,神经内科护理事业将不断发展壮大,为守护人类大脑与神经系统的健康防线做出更大的贡献。

(作者单位:河北省玉田县医院)