

中医内科常见疾病的治疗原则和方法

□王丹

中医内科是中医的一个重要分支,主要研究内科疾病的中医治疗。内科疾病种类繁多,包括感冒、咳嗽、发热、失眠、高血压、糖尿病等。中医治疗内科疾病,注重整体观念和辨证施治,强调个体化治疗,根据患者的体质、病情,制定出相应的治疗方案。

一、感冒

感冒是一种常见的外感疾病,主要表现为头痛、鼻塞、流涕、发热、咳嗽等症状。中医认为感冒主要是由于外感风寒、风热等邪气侵入人体所致。在治疗上,中医采用祛邪的方法,通过解表散寒、解表清热等方法,使邪气从体表排出体外,从而达到治疗的目的。常用的治疗方法有:

1.辛温解表:适用于风寒感冒,常用药物有麻黄、桂枝、防风、荆芥等。

2.辛凉解表:适用于风热感冒,常用药物有桑叶、菊花、薄荷、连翘等。

3.针灸治疗:根据病情选择相应的穴位,如大椎、合谷、风池等,通过刺激穴位,达到祛邪的目的。

二、咳嗽

咳嗽是内科常见的一种症状,主要由外感风寒、风热等邪气引起。中医认为咳嗽主要是由于肺气失宣所致,治疗上应以宣肺止咳为主。常用的治疗方法有:

1.宣肺止咳:通过宣发肺气,达到止咳的目的,常用的药物有枇杷叶、紫菀、款冬花等。

2.针灸治疗:根据病情选择相应的穴位,如肺俞、列缺等,通过刺激穴位,达到宣肺止咳的目的。

3.食疗:对于轻度的咳嗽,可以通过食

疗的方法缓解症状,如冰糖炖梨、川贝枇杷膏等。

三、发热

发热是内科常见的一种症状,主要由外感邪气引起。中医认为发热主要是由于人体正气抗邪所致,治疗上应以解表退热为主。常用的治疗方法有:

1.辛温解表:适用于风寒感冒引起的发热,可配合使用清热解毒的药物如金银花、板蓝根等。

2.清热解表:适用于风热感冒引起的发热,可配合使用疏散风热的药物如菊花、桑叶等。

3.针灸治疗:根据病情选择相应的穴位,如大椎、合谷等,通过刺激穴位,达到解表退热的目的。

四、失眠

失眠是内科常见的一种症状,主要由情志不畅、饮食不节等因素引起。中医认为失眠主要是由于心神不宁所致,治疗上应以养心安神为主。常用的治疗方法有:

1.养血安神:适用于心血不足引起的失眠,可配合使用酸枣仁、柏子仁等养血安神的药物。

2.舒肝解郁:适用于肝气郁结引起的失眠,可配合使用柴胡、郁金等疏肝解郁的药物。

3.针灸治疗:根据病情选择相应的穴位,如心俞、神门等,通过刺激穴位,达到养心安神的目的。

中医内科常见疾病的中医治疗原则和方法以整体观念和辨证施治为主导思想,根据患者的体质、病情制定相应的治疗方案。

(作者单位:河北省涞水县中医院)

如何通过血液生化指标了解身体健康状况

□唐小艳

在我们的日常生活中,健康是我们最宝贵的财富之一。为了保持健康,我们需要了解自己的身体状况,而血液生化指标就是了解我们身体健康状况的重要工具。本文将向大家介绍如何通过血液生化指标了解自己的身体健康状况。

一、血液生化指标的定义

血液生化指标是指通过血液检测得到的各种化学物质的浓度,如血糖、血脂、尿酸、钾、钠等。这些指标可以帮助医生评估我们的身体代谢状况,从而了解我们的健康状况。

二、如何通过血液生化指标了解身体健康状况

1.血糖:血糖是人体能量的主要来源,正

常的血糖水平对于维持身体正常运转至关重要。如果血糖过高或过低,都可能导致各种健康问题。定期检查血糖可以帮助我们及早发现糖尿病等代谢性疾病。

2.血脂:血脂包括胆固醇和甘油三酯等物质,它们在人体内发挥着重要的作用。但是,高血脂可能导致动脉硬化、冠心病等疾病。定期检查血脂可以帮助我们及早发现并控制血脂水平,预防相关疾病。

3.尿酸:尿酸是人体内嘌呤的代谢产物,如果尿酸过高可能导致痛风等疾病。定期检查尿酸可以帮助我们及早发现并控制尿酸水平,预防痛风等疾病的发生。

4.钾、钠:钾和钠是人体内重要的电解质,它们对于维持身体正常功能至关重要。如

果钾、钠浓度异常,可能表明存在电解质失衡等问题,需要及时就医。

5.肝功能:肝功能通过血液生化指标来评估,主要包括转氨酶、胆红素、白蛋白等指标。肝功能的好坏直接影响着身体的代谢和解毒能力。如果肝功能异常,可能表明存在肝脏疾病,如肝炎、肝硬化等,需要及时就医。

6.肾功能:肾功能通过血液生化指标来评估,主要包括肌酐、尿素氮、尿酸等。肾功能的好坏直接影响着身体的排泄能力。

三、如何解读血液生化指标报告

拿到血液生化指标报告后,我们需要认真阅读报告中的数值和箭头,了解自己的身体状况。但需要注意的是,血液生化指

标的正常值可能会因个体差异而有所不同,因此我们需要根据医生的建议和指导进行健康管理。

四、保持健康的生活方式

除了定期检查血液生化指标外,保持健康的生活方式也是非常重要的。这包括均衡饮食、适量运动、充足睡眠和良好的心理状态。通过这些方式,我们可以促进身体的健康,从而更好地了解自己的身体状况。

总之,通过血液生化指标可以了解我们的身体健康状况,包括血糖、血脂、尿酸等重要指标。定期检查这些指标并保持良好的生活方式,可以帮助我们及早发现并控制潜在的健康问题,从而保持身体健康。

(作者单位:河北省隆化县医院检验科)

中西医结合对慢性病的防治方法

□裴国超

中西医结合对慢性病的综合防治是一种综合性的医学方法,它结合了中医和西医的理论和方

一、中西医结合的优势

中西医结合对慢性病的综合防治具有以下优势:

1.综合治疗:中西医结合的方法可以综合中医和西医的治疗方法,发挥两种医学的优势,提高治疗效果。

2.改善症状:中西医结合的方法可以针

对慢性病的各种症状进行综合治疗,如改善患者的疼痛、疲劳、失眠等症状。

3.提高生活质量:中西医结合的方法可以提高患者的生活质量,改善患者的心理状态,增强患者的自信心和自我管理能力。

二、中西医结合的方法

中西医结合的方法包括中医中药、针灸、推拿、气功等传统医学方法,以及西医的药物、手术、物理治疗等治疗方法。具体方法如下:

1.中药治疗:根据患者的病情,选择合适的中药方剂进行治疗,以改善患者的症状。

2.针灸推拿:通过针灸、推拿等方法刺激患者的穴位和经络,调节人体的气血和阴阳平衡,以达到治疗慢性病的目的。

3.气功:气功是一种古老的养生方法,通过调整呼吸和意念来达到调理身体的目的。对于慢性病患者,气功可以帮助患者放松心情,缓解症状。

4.西药治疗:根据患者的病情,选择合适的西药进行治疗。对于需要长期治疗的慢性病患者,可以中西药结合进行治疗。

三、中西医结合的具体实例

下面举几个中西医结合治疗慢性病的实例:

1.糖尿病:中医认为糖尿病是由于阴虚燥热所致,西医认为糖尿病是一种代谢性疾病。中西医结合的方法可以通过中药调理患者的体质,同时配合西药控制血糖水平,以达到更好的治疗效果。

2.高血压:高血压是一种常见的慢性病,中医认为高血压是由于肝肾不足、气血不畅所致。中西医结合的方法可以通过针灸、推拿等方法调节患者的气血和阴阳平衡,同时配合西药控制血压水平,以达到更好的治疗效果。

总之,中西医结合对慢性病的综合防治是一种非常有效的医学方法。通过综合治疗和管理,可以帮助患者改善症状,提高生活质量。在实践中,医生需要根据患者的具体情况选择合适的中西医结合治疗方法,以达到最佳的治疗效果。同时,患者也需要积极配合医生的治疗和管理,保持良好的生活习惯和心态,以促进康复。

(作者单位:河北省沧州中西医结合医院)

传染病检查的方法及预防措施

□吕良

在我们的日常生活中,传染病是一个不可忽视的问题。为了保护我们的健康,了解如何检查是否有传染病以及如何采取相应的预防措施是非常重要的。本文将为你详细介绍传染病检查的相关知识,帮助你更好地了解自己的健康状况。

一、传染病检查的重要性

传染病是一种由病原体引起的疾病,如细菌、病毒等,可通过直接或间接接触传播。在不确定自己的健康状况时,及时进行传染病检查是非常必要的。它可以及时发现并治疗潜在的疾病,避免病情恶化或传染给他人。此外,定期进行传染病检查也是预防传染病的关键。

二、检查哪些传染病

在常见的传染病中,乙肝、丙肝、艾滋病毒、流感病毒等是最为常见的。如果你有长期发热、咳嗽、腹泻等症状,或者与感染者有过接触,那么你应该考虑进行这些传染病的检查。此外,一些性传播疾病如淋病、梅毒等也需要定期检查。

三、如何进行传染病检查

1.血液检查:这是最常见的传染病检查方法之一。通过抽取静脉血液进行化验,可以检测你是否感染了特定的病毒或细菌。血液检查通常可以在大多数医院进行。

2.粪便和呼吸道样本检测:如果你有腹泻或咳嗽等症状,医生可能会建议你采集粪

便或呼吸道样本进行检测。这些样本可以通过实验室进行检测,以确定是否存在特定的病原体。

3.病毒抗原检测:对于一些急性传染病的早期检测,病毒抗原检测是一种快速有效的方法。例如,流感病毒的抗原检测可以在症状出现后的几天内进行,以确定是否感染了流感病毒。

4.口腔黏膜试纸检测:对于一些性传播疾病,如淋病和梅毒,口腔黏膜试纸检测是一种简便快捷的方法。通过采集口腔黏膜样本,医生可以检测是否存在特定的病原体。

四、预防传染病的措施

除了定期进行传染病检查外,预防传染病也非常重要。以下是一些预防措施:

1.保持个人卫生:勤洗手、洗脸、洗头、洗澡等可以有效地减少感染的风险。

2.避免接触感染者:尽量避免与感染者直接接触,如握手、拥抱等。

3.避免共用物品:避免与他人共用牙刷、毛巾、剃刀等个人物品,以减少感染的风险。

4.接种疫苗:接种疫苗是预防传染病最有效的方法之一。根据当地的疫苗接种政策,及时接种相关疫苗可以有效地预防某些传染病的感染。

总之,了解如何进行传染病检查以及采取相应的预防措施是非常重要的。通过定期进行传染病检查和采取有效的预防措施,我们可以更好地保护自己的健康,减少感染的风险。

(作者单位:河北省赵县中医院)