

# 针对特殊人群的中医内科调理方案

□ 杨进城

随着人们健康意识的提高,中医内科调理在特殊人群中的应用越来越广泛。本文将针对特殊人群的中医内科调理方案进行详细介绍,帮助大家了解如何通过中医方法改善身体状况。

## 一、特殊人群的定义

特殊人群是指存在特殊健康问题或体质的人群,如老年人、孕妇、儿童、慢性病患者等。这些人群在中医调理中需要特别关注,采用针对性的调理方案。

## 二、中医内科调理的优势

中医内科调理是一种综合性的调理方法,包括饮食、运动、情志、针灸、推拿等多种手段。它强调整体观念,注重调理人体内部环境,以达

到平衡阴阳、调和气血的目的。与西医相比,中医内科调理具有副作用小、不易产生耐药性、费用低等优势,特别适合特殊人群的调理。

## 三、针对特殊人群的中医内科调理方案

1.老年人:老年人是中医内科调理的重点人群之一。由于年龄增长,身体各器官功能逐渐衰退,易出现气虚、血瘀等问题。调理方案应以益气养血、活血通络为主,如针灸、推拿足三里、气海等穴位,结合饮食调理,如多吃益气健脾的食物。此外,适量运动也是必不可少的,可选择太极拳、八段锦等轻度运动。

2.孕妇:孕妇在中医调理中需特别谨慎。由于中医用药可能对胎儿有影响,因此应以针灸、推拿为主,尽量避免内服药物。调理方

案应以安胎固肾为主,结合饮食调理,如多吃补肾益气、养血安胎的食物,如枸杞、核桃、黑芝麻等。此外,孕妇还需注意保持心情愉悦,避免情绪波动。

3.儿童:儿童是祖国的未来,中医内科调理在儿童中也具有广泛应用。由于儿童身体娇嫩,易出现肺热、脾虚、积食等问题。调理方案应以清热化痰、健脾和胃为主,可采用推拿、艾灸等方法。此外,饮食调理也是关键,应遵循“饮食有节,寒温适中”的原则,多吃蔬菜水果,少吃零食。

4.慢性病患者:对于慢性病患者,中医内科调理也是一种重要的辅助治疗手段。由于慢性病病程较长,病情复杂,调理方案应根据

具体病情制定。可采用针灸、中药外敷等方法,同时结合饮食、运动等综合调理。

## 四、注意事项

1.中医内科调理需要针对个体差异制定个性化方案,不可千篇一律。

2.在调理过程中,应保持心情愉悦,避免情绪波动。

3.遵循“三分治七分养”的原则,良好的生活习惯和饮食习惯对调理效果至关重要。

总之,针对特殊人群的中医内科调理方案是一种综合性的调理方法,具有副作用小、费用低等优势。通过合理的调理方案,可以帮助特殊人群改善身体状况,提高生活质量。

(作者单位:河北省张家口市万全区中医院)

# 针灸推拿在常见疾病中的疗效及个性化治疗方案

□ 幸海伦

针灸推拿作为传统的中医疗法,一直以来备受人们推崇。其原理主要是通过刺激穴位,调整人体的气血运行,从而达到治疗疾病的目的。本文将详细介绍针灸推拿在哪些常见疾病中具有疗效,并如何根据患者的具体情况制定个性化的针灸推拿方案。

## 一、针灸推拿在常见疾病中的疗效

### 1.疼痛性疾病:

针灸推拿对各种疼痛性疾病有显著的缓解作用,如头痛、颈肩痛、腰腿痛等。通过刺激相关穴位,可以调节人体的气血运行,达到止痛的目的。

### 2.神经系统疾病:

针灸推拿对神经系统的疾病也有很好的疗效,如失眠、神经衰弱、癫痫等。通过刺激穴

位,可以调节神经系统的功能,改善睡眠,缓解症状。

### 3.消化系统疾病:

针灸推拿对消化系统疾病也有一定的疗效,如胃痛、消化不良、便秘等。通过刺激穴位,可以促进胃肠蠕动,改善消化功能。

### 4.美容保健:

针灸推拿对美容保健也有一定的作用,如减肥、改善肤质、消除水肿等。通过刺激穴位,可以调节人体的内分泌系统,达到美容保健的效果。

## 二、个性化针灸推拿方案的制定

### 1.了解病情:

在为患者制定针灸推拿方案前,首先要了解患者的病情,包括症状、病史、身体状况等。根据这些信息,为患者选择合适的穴位和

手法。

### 2.个性化穴位选择:

不同的穴位有不同的功效,根据患者的具体情况,选择合适的穴位是制定个性化方案的关键。如对于失眠患者,可以选择安神定志的穴位;对于胃痛患者,可以选择和胃止痛的穴位。

### 3.调整手法:

针灸推拿的手法对治疗效果也有一定的影响。根据患者的身体状况和病情,调整手法力度、频率等参数,以达到最佳的治疗效果。

### 4.结合其他疗法:

针灸推拿可以与其他疗法相结合,如中药、按摩、艾灸等,以达到更好的治疗效果。在制定个性化方案时,可以根据患者的需求和医生的建议,选择合适的疗法进行

联合治疗。

### 5.持续观察和调整:

在治疗过程中,需要持续观察患者的病情变化,根据实际情况进行方案的调整。针灸推拿的效果通常较慢,需要一定的时间才能看到明显的效果。因此,在治疗过程中,需要耐心和坚持。

针灸推拿作为一种传统的中医疗法,在许多常见疾病中具有显著的疗效。通过了解患者的具体情况,选择合适的穴位和手法,结合其他疗法,以及持续观察和调整,我们可以为患者制定个性化的针灸推拿方案。实践证明,这种个性化的治疗方案往往能取得更好的治疗效果。总之,针灸推拿不仅是一种传统疗法,更是一种个性化、全面的医疗方式。

(作者单位:四川省夹江县人民医院)

# 浅谈药品过期与召回的处理方式

□ 莘佳栋

药品是一种特殊的商品,其质量和安全直接关系到人们的身体健康和生命安全。在药房中,药品的过期和召回问题是一个不可忽视的问题。本文将介绍药房中常见药品的过期与召回情况,并探讨如何正确处理这些问题药品。

## 一、药品过期的处理方式

药品过期是指药品超过了有效期,此时药品的质量和疗效无法得到保证,甚至可能对人体健康造成危害。对于药房中常见的药品,一旦发现过期,应该及时进行处理。具体处理方式如下:

### 1.做好记录:

药房工作人员应该对过期药品进行登记,记录药品的名称、批号、有效期、数量等信息。这样可以帮助后续的处理工作。

### 2.正确存储:

对于过期药品,应该将其放置在专门的过期药品存储区,并确保存储区域的密封性和安全性。同时,应该避免将过期药品与其他药品混放,以免造成混淆和误用。

### 3.正确处理:

对于已经过期的药品,应该按照国家相关法规和药监部门的通知进行正确处理。一般来说,过期药品的处理方式包括无害化销毁和捐赠给需要的人群。对于一些特殊的药品,如疫苗、血液制品等,应该严格按照相关规定进行处理,避免造成不良后果。

## 二、药品召回的情况及处理方式

药品召回是指由于药品质量问题或安全隐患,生产商主动向药监部门申请,由药

监部门发布公告,并通知相关药房将特定批号的药品收回的处理方式。对于药房中常见的药品召回情况,应该及时响应并妥善处理。

### 1.了解信息:

药房工作人员应该密切关注药监部门发布的公告和通知,了解特定批号药品召回的原因和范围。同时,也应该关注生产商发布的召回信息,确保及时掌握召回情况。

### 2.及时响应:

一旦收到药监部门的通知或生产商的召回信息,药房应该及时响应并采取相应的措施。具体包括将特定批号的药品从货架上撤下、封存或销毁等。

### 3.记录和报告:

对于召回的药品,药房应该做好登记和

记录工作,确保召回过程可追溯。同时,也应该及时向药监部门报告召回情况,以便药监部门进行监管和评估。

在处理药品召回问题时,药房还应该注意以下几点:

**避免误用:**对于已经召回的药品,应该严格封存或销毁,避免再次使用或误用。

**加强宣传:**应该加强宣传教育,告知公众关于药品召回的相关信息,避免因误用导致的不良后果。

总之,药房中常见的药品过期与召回问题需要引起足够的重视。药房应该建立健全的药品管理制度和处理流程,确保正确处理过期药品和及时响应召回情况。只有这样,才能保障公众的健康和安全。

(作者单位:河北省张家口市万全区医院)

# 产前诊断的方法与注意事项

□ 王晓琳

在生命的孕育阶段,了解宝宝健康的状况至关重要。产前诊断是一种专门为这一目的而进行的检查方法,它是目前医学上最为先进的妊娠期检查技术之一,被认为是保障宝宝健康发育的“金标准”。

## 一、什么是产前诊断?

产前诊断是指在妊娠期间,对胎儿进行医学检查和评估,以发现可能存在的健康问题。这项技术有助于医生了解胎儿的健康状况,并采取相应的措施,以最大程度地保护母婴的健康。

## 二、产前诊断的重要性

1.预防严重疾病:通过产前诊断,可以早期发现一些严重的遗传性疾病,如唐氏综合征、神经管缺陷等,这些疾病对宝宝的生长发

育有严重影响,甚至导致死亡。

2.早期干预:对于发现的问题,医生可以制定早期干预的方案,确保宝宝能在出生后得到最佳的治疗效果。

3.提高出生质量:产前诊断为母婴提供了更多保障,有助于提高宝宝的出生质量,同时也减轻了家庭和社会的负担。

## 三、产前诊断的方法

产前诊断的方法有很多种,包括超声波检查、血液检查、羊水穿刺等。其中,羊水穿刺是目前最常用的方法之一,它通过抽取孕妇的羊水,从中提取胎儿的DNA进行检测,以确定是否存在健康问题。这种方法的准确性和可靠性都很高。

## 四、如何进行产前诊断

产前诊断需要在专业的医疗机构进行。通常,医生会根据具体情况制定适合的检查方案。一般来说,孕妇需要在妊娠中期(大约怀孕4-6个月)接受检查。检查前,医生会与孕妇进行详细的沟通,解释检查的必要性、过程和可能的风险。在检查过程中,孕妇需要配合医生的要求,完成必要的准备工作。

## 五、产前诊断的准确性和可靠性

产前诊断的准确性和可靠性是经过大量实践和研究证实的。通过提取胎儿的DNA进行检测,医生可以准确地识别出是否存在健康问题。同时,现代医学技术的不断进步也为产前诊断提供了更多的手段和工具,使得这

项技术更加精准和可靠。

## 六、产前诊断的注意事项

虽然产前诊断是一项重要的技术,但它并不能完全消除所有潜在的健康问题。孕妇在接受产前诊断时,需要了解其局限性,并与医生密切合作,制定最佳的妊娠计划。此外,孕妇在接受产前诊断前需要进行充分的准备,如接受身体检查、保持良好的生活习惯等。

总之,产前诊断是保障宝宝健康发育的“金标准”。通过了解孕早期健康状况、选择合适的检查方法、与医生密切合作,孕妇可以更好地保护母婴的健康。让我们共同关注产前诊断的重要性,为宝宝的健康保驾护航。

(作者单位:围场满族蒙古族自治县医院)