

## 疏风清热汤治疗的疾病有哪些

□ 李文萍

在繁杂的医学领域中，有一种神奇的中药方剂——疏风清热汤，它具有疏风、清热、解毒等功效，被誉为治疗多种疾病的神奇良方。本文将详细介绍疏风清热汤的作用和应用范围，帮助大家更好地了解这一神奇的中草药。

### 一、疏风清热汤的成分与功效

疏风清热汤，中医方剂名。出自《中医喉科学讲义》主治喉痹初起，咽喉部干燥灼热，微红、微肿、微痛，或仅起红点，吞咽感觉不利，疏风清热汤主要由荆芥、防风、牛蒡子、甘草、银花、连翘、桑白皮、赤芍、桔梗、黄芩、花粉、玄参、浙贝等中药组成。这些中药协同作用，具有疏散风邪、清热解毒、缓解症状的功效，对于风热感冒、咳嗽、头痛等症状有显著

的疗效。

### 二、应用范围广泛

疏风清热汤不仅适用于风热感冒，还可应用于多种疾病的治疗。具体包括：

- 风热感冒：**疏风清热汤可以有效缓解风热感冒引起的头痛、发热、咳嗽等症状，促进患者早日康复。
- 咽喉肿痛：**疏风清热汤具有清热解毒的作用，对于咽喉肿痛有明显的治疗效果。
- 皮肤瘙痒：**对于皮肤瘙痒、湿疹等症状，疏风清热汤能起到一定的缓解作用。
- 咳嗽：**对于风热咳嗽，疏风清热汤能祛除体内热邪，缓解咳嗽症状。
- 荨麻疹：**疏风清热汤可用于治疗荨麻疹，帮助患者缓解皮肤瘙痒、红肿等症状。

6. 头晕头痛：对于头晕头痛，疏风清热汤能够清热解暑、疏通头部经络，缓解症状。

7. 其他疾病：除了以上所述疾病，疏风清热汤还可以用于其他风热引起的病症，如中耳炎、结膜炎等。

### 三、使用注意事项

虽然疏风清热汤疗效显著，但也有一些注意事项：

- 孕妇在使用前应咨询医生意见。
- 过敏体质者在使用前应进行过敏测试。
- 服用疏风清热汤期间，应避免食用辛辣、刺激性食物和饮品，以免影响药效。
- 如有其他疾病或正在服用其他药物，使用疏风清热汤前应咨询医生意见。

### 四、传承与发展

疏风清热汤作为中医药宝库中的一员，历经千百年的临床实践验证，不断传承与发展。在现代医学高度发展的今天，中医药以其独特的理论体系和治疗方法，为治疗多种疾病提供了新的思路和方法。我们应该继续传承和发扬中医药文化，让更多的人受益于中医药的神奇疗效。

总之，疏风清热汤作为一种神奇的中草药方剂，具有广泛的应用范围和疗效。在面对多种疾病时，我们应了解并合理使用疏风清热汤，以缓解症状，促进康复。同时，我们也应关注中医药的传承与发展，为中医药事业贡献自己的力量。

(作者单位：青海省西宁市医疗机构药事服务监督管理中心)

## 儿童重症意外伤害的常见类型与处理方法

□ 谢峰

儿童是家庭的希望，是国家的未来。然而，儿童时期也是意外伤害的高发期。重症意外伤害不仅给儿童带来身体上的痛苦，更给家庭和社会带来巨大的精神负担和经济压力。因此，了解儿童重症意外伤害的常见类型和处理方法至关重要。

### 一、儿童重症意外伤害的常见类型

- 溺水：**溺水是儿童最常见的重症意外伤害之一，尤其在夏季。溺水多发生在游泳池、浴缸、河流、湖泊等水域。
- 交通事故：**随着交通工具的普及，交通事故也成为儿童重症意外伤害的重要原因。儿童在过马路、乘坐自行车或电动车时，容易发生交通事故。

3. 烧烫伤：儿童好奇心强，接触火源、热液等易导致烧烫伤。烧烫伤不仅疼痛难忍，还可能造成永久性瘢痕和功能障碍。

4. 中毒：儿童误食药物、清洁剂、化妆品等有毒物品，容易导致中毒。中毒可能导致神经系统损害、肝肾损伤等严重后果。

5. 坠落伤：儿童攀爬、玩耍时，容易从高处坠落导致颅脑损伤、骨折等严重后果。

### 二、儿童重症意外伤害的处理方法

- 溺水：**发现儿童溺水时，应迅速将儿童救出并移至安全地带。检查儿童的呼吸和心跳，如无呼吸或心跳，应立即进行心肺复苏术。同时，拨打120急救电话，请求医护人员前来救助。

2. 交通事故：在交通事故现场，首先要确保儿童的安全，避免二次伤害。如有出血、骨折等情况，应及时给予止血、包扎和固定。然后拨打120急救电话，等待医护人员前来救助。

3. 烧烫伤：发生烧烫伤时，应立即将受伤部位放入冷水中浸泡，以降低皮肤温度。切勿使用冰块、牙膏等物品涂抹伤口，以免加重伤势。如有衣物粘连在伤口上，切勿强行撕脱，以免加重皮肤损伤。同时，拨打120急救电话，请求医护人员前来救助。

4. 中毒：发现儿童中毒时，应迅速将中毒物品从儿童身边移开，并拨打120急救电话。在等待医护人员到来的过程中，可根据中毒

物品的性质给予相应的处理。如误食药物，可给予催吐；如误食清洁剂、化妆品等有毒物品，可给予大量清水漱口并饮用牛奶或豆浆等保护胃黏膜。

5. 坠落伤：发生坠落伤时，应首先检查儿童的呼吸和心跳情况。如有异常，应立即进行心肺复苏术。同时，检查儿童是否有骨折、颅脑损伤等情况，并给予相应的处理。然后拨打120急救电话，请求医护人员前来救助。

总之，儿童重症意外伤害的处理需要迅速、准确、有效。家长和社会各界应加强对儿童的安全教育和监护力度，共同为儿童创造一个安全、健康、快乐的成长环境。

(作者单位：宁夏医科大学总医院)

## 心血管疾病的早期信号与应对方法

□ 文勇勇

心血管疾病作为当今社会中常见且危害巨大的疾病之一，其早期信号的识别和有效应对显得尤为重要。了解心血管疾病的早期信号，可以帮助我们及时采取措施进行干预和治疗，从而减少疾病的发展和进展。同时，正确的应对方法也能够有效地降低心血管疾病对我们健康的危害。本文将就心血管疾病的早期信号和应对方法进行探讨和分析。

### 一、心血管疾病的早期信号

- 放射性胸痛：**心血管疾病早期可能表现为轻微的胸痛，这种疼痛通常呈现为放射性，可能出现在胸口、后背或左侧肩背部。疼痛会逐渐加重，有时甚至会伴随出汗状况。
- 运动时心慌、气短：**

心血管疾病可能导致血液供应不足，因此在运动时可能出现心慌、气短的症状。患者可能会感到轻微的窒息感，喘不上气或呼吸困难。

### 3. 睡觉有憋气感：

睡眠时，由于血液流动速度较慢，心血管疾病患者可能会出现憋气的感觉。这可能是由于血液含氧量难以运送到大脑。

### 4. 脉搏不稳定：

心血管疾病可能导致脉搏的不稳定。如果脉搏忽快忽慢或跳动不规律，可能是心血管疾病的症状表现。

### 5. 头晕：

头晕可能是心血管疾病的早期症状之一。这可能是由于血管堵塞或出现血栓，导致大脑缺氧缺血。

### 二、如何应对心血管疾病

- 改善生活习惯：**

首先，我们需要调整饮食习惯，减少盐分摄入，每天盐分摄入量应少于3g，并尽量戒烟戒酒。此外，增加活动量，保持适度的运动，有助于增强机体抵抗力，预防心血管疾病。
- 调整作息习惯：**

保持良好的作息习惯对预防心血管疾病至关重要。中老年人应尽量避免熬夜，保持早睡早起的习惯，以保障身体各个机能的正常。
- 控制危险因素：**

如果患有高血压、糖尿病、高血脂等危险因素，应积极进行治疗。对于高血压和糖尿病患者，需要定期进行降压和降糖治疗。对于高血脂症患者，可能需要服用降脂

药物。

### 4. 定期体检：

定期进行体检是预防心血管疾病的重要手段。通过体检，我们可以及时发现并处理各种潜在的健康问题，从而避免疾病的发生。

### 5. 心理调适：

保持良好的心态对预防心血管疾病同样重要。我们要学会调整自己的情绪，避免过度焦虑和压力，保持积极乐观的生活态度。

总之，心血管疾病的早期信号多种多样，我们需要时刻关注自己的身体状况，一旦发现异常，及时就医。同时，通过改善生活习惯、调整作息、控制危险因素等方式，我们可以有效预防心血管疾病的发生。让我们从现在开始，关注自己的心脏健康，享受美好的生活。

(作者单位：河南省开封市第二中医院)

## 浅谈心血管内科常见病及预防措施

□ 王素玲

在人体这座精密复杂的宫殿中，心脏无疑是至高无上的君主，它昼夜不息地跳动，为全身输送着生命的血液与能量。然而，随着现代生活节奏的加快、饮食习惯的改变以及环境压力的增大，心血管疾病已成为威胁人类健康的“头号杀手”。了解并预防心血管内科常见病，是我们每个人守护心脏健康的必要之举。

### 一、认识心血管内科常见病

1. 冠心病：全称冠状动脉粥样硬化性心脏病，是由于冠状动脉血管发生动脉粥样硬化病变而引起血管腔狭窄或阻塞，造成心肌缺血、缺氧或坏死而导致的疾病。常见症状包括胸痛(心绞痛)、胸闷、气短等，严重时

导致心肌梗死。

2. 高血压：被称为“无声的杀手”，是血液在血管中流动时对血管壁造成的压力值持续高于正常的现象。长期高血压可损伤心脏、血管、脑、肾等多个器官，是冠心病、脑卒中、心力衰竭等疾病的重要危险因素。

3. 心律失常：指心脏电传导系统异常所引起的心跳不规则、过快或过慢等总称。轻者可能无明显症状，重者可导致心悸、头晕、晕厥甚至猝死。

4. 心力衰竭：并非一种独立的疾病，而是心脏疾病发展的终末阶段，表现为心脏泵血功能下降，无法满足身体各组织器官对血液的需求。患者常感疲劳、呼吸困难、水肿等。

### 二、预防胜于治疗

- 健康饮食：**减少盐、糖、饱和脂肪的摄入，增加蔬菜、水果、全谷物及富含Omega-3脂肪酸的食物(如鱼类)的比例。适量摄入坚果和橄榄油，有助于降低心血管疾病风险。
- 规律运动：**每周至少进行150分钟中等强度或75分钟高强度的有氧运动，如快走、慢跑、游泳等，有助于控制体重、降低血压和改善心血管功能。
- 戒烟限酒：**吸烟是心血管疾病的独立危险因素，应坚决戒烟。同时，限制酒精摄入，男性每日不超过两标准杯，女性不超过一杯。
- 管理压力：**长期的精神紧张和压力会影响心脏健康。通过冥想、瑜伽、深呼吸或寻

找兴趣爱好等方式来有效管理压力。

5. 定期体检：特别是对于有家族史、高血压、高血脂、糖尿病等高危因素的人群，应定期进行血压、血脂、血糖及心电图等检查，及早发现并干预潜在的心血管问题。

### 三、结语

心脏健康关乎生命质量，守护心脏需要从了解开始，通过科学的生活方式和积极的健康管理措施，我们可以有效降低心血管疾病的风险，享受更加健康、充满活力的生活。记住，预防永远比治疗更为重要，让我们携手行动起来，为心脏健康护航。

(作者单位：河北省廊坊市香河县安头屯镇卫生院)