



# 虽是“慢性病”，危害却不“慢”

口述:俞兵和主任中医师 整理:张京

夏日有时高温过后接着暴雨,变幻无常的天气常会使人感觉不舒适,易疲倦,稍不注意就容易患上各种疾病;在湿热天气里,人们容易情绪烦躁,很多慢性疾病容易复发,那么中医是怎么看这些慢性疾病的呢?本周,本刊请到俞兵和医师,为大家讲解有关这方面的知识。

俞兵和不仅有扎实的中医功底,还有较好的西医临床基础,除通过四诊、辨识中医症候外,还结合西医检查,明确西医疾病的诊断。在治疗上不仅解决中医的症候而且还解决西医的疾病,或临床指标的改善,并让患者理解和接受。

## 衷中参西,审病辨证

患者看中医,常见有三种情况,一是身体不适,临床症状明显,西医检查无器质性病变,或西医治疗效果不佳或没有西药可治疗的“有证无病”的一类,临床往往通过中医辨证施治而得效。

二是西医诊断为某病,但无确切疗效,或虑西药毒性副作用大,或中医药具有确切疗效的“有病有证”的一类,不仅需要中医的辨证施治,而且还需结合西医的诊断和治疗,才能取得满意的疗效;三是西医诊断为某病,但临床症状不明显,舌脉如常,中医无证可辨的隐症、伏病,即为“有病无证”的一类,此类病往往需要借助西医微观现象来辨证施治,才能取得疗效。

中医四诊合参、八纲辨证,能综合各种复杂的因素作用下的疾病的病理状态,西医的

审病能把握疾病发展的趋势和预后,因此要各取所能,为我所用。

## 治疗慢性胃炎及慢性乙型肝炎的经验

慢性乙型肝炎为人体免疫功能失调,病毒趁虚而入而得病,目前尚无理想的办法来根治,随着疾病的发展,会导致不同程度的肝纤维化,甚至演变为肝硬化、肝癌。目前西医根据患者的不同情况多采用抗病毒、调整免疫、保护肝细胞、防治肝纤维化、改善肝功能及肝内血循环等办法。

慢性乙型肝炎的治疗通过多年的临床经验。我总结出中西医结合治疗策略,把慢性乙肝分为有无病毒复制(HBV DNA > 10<sup>-3</sup>)的二类,无病毒复制仅用中医药辨证施治即可,如有病毒复制当需加用西医抗病毒治疗。但西医并用不是中药和西药的简单叠加,而要有机结合。在联合抗病毒治疗时,中药治疗辨证要注重扶正化瘀,因为抗病毒类似于中医清热解毒的功效,但无扶正祛瘀的功效。

中医认为慢性乙型肝炎具有湿热淤毒羁留于肝,累及脾胃、损伤气血阴阳淤毒结滞壅阻致湿热淤毒未清、正气已虚而发病,我运用现代医学理论和办法结合中医病因病机,采用清热化湿、清肝解毒、扶正化淤等中医中药疗法,灵活运用取得了较好的疗效,大部分患者肝功能得到恢复或改善,HBV DNA 降至正常范围内。

天气炎热,饮食不当就容易造成消化系统的疾病,如慢性胃炎就是其中常见的疾病。慢性胃炎以餐后饱胀、上腹部不适或伴有食欲减退、恶心、嘈杂、胃脘部隐痛等症状,常因饮食不节、情志失调、脾胃虚弱等致病。



俞兵和医师

胃镜检查往往有慢性浅表性、萎缩性胃炎伴糜烂或溃疡或肠腺化生、或组织异型增生,或幽门螺旋杆菌阳性等,临床多见于肝脾不和、脾胃湿热、胃阳亏损、脾胃虚弱四大证型,根据辨证施治疗效显著,该病常伴有失眠、焦虑、抑郁等情志失常之症,往往病程长、证型兼杂,病情经常反复不愈,甚至可发展为肠腺化生、组织异型增生等癌前病变。

我在辨证治疗的同时常加灯芯草、夜交藤、龙齿、五味子、钩藤等安神药及西药抗焦虑、抗抑郁、安神等药物,屡治屡效。

### 医师简历:

俞兵和:主任中医师,杭州市基层名中医、西湖区名中医,从事中医临床工作三十余年,擅长中西医结合治疗慢性乙型肝炎、脂肪肝、慢性胃炎、各种恶性肿瘤、老年病、失眠症、焦虑症、糖尿病、高脂血症等疾病,有丰富的临床经验和较好的疗效。

周二下午俞兵和主任医师在富春街144号(郁达夫公园对面)方回春堂富阳馆坐诊。

福利:拿着这期本刊到富阳方回春堂可义诊一次。咨询电话:63363608

## 什么是高血压? 为什么会引起高血压?高血压是否要终身服药? 关于高血压,你该了解这些

随着人们生活水平的提高,三高人群也逐渐扩大及年轻化,其中高血压在人们生活中已经并不陌生,很多人都知道高血压应该吃什么,怎么做,但很少有人能详细了解高血压的具体对策和预防措施。本周本刊请到中医师肖卫玲为大家讲解有关高血压的知识。

### 高血压的分类及成因是什么?

有个患者,20几岁就发现高血压,平时饮食注意,作息规律,一般来说,高血压中年以后才发生,他小小年纪发生的高血压,很可能是继发性高血压。

高血压分两大类,原发性高血压和继发性高血压。高血压的成因是多方面的,也是世界难题,人类一直在探索和寻找,目前还没有定论。

95%以上的高血压病因不明,只知道与下列因素有关:年龄40岁以上,父母有高血压病史,即遗传性高血压;不良的饮食习惯,如高脂多盐、辛辣、腌制品常吃、肥胖;不规律的起居,如烟酒多,运动量不足;情志管理能力差,大喜大悲,严重情绪化,好生闷气;长期高度紧张,注意力高度集中等。

只有不足5%的患者,血压升高波动是某些疾病引起的,需要到医院咨询医生做相关检查进行排查确诊。

### 高血压对人体有哪些危害?

高血压具体危害表现为:

心脏:长期高血压使冠状动脉发生粥样硬化、狭窄、心肌供血减少形成缺血性心脏病;脑:长期高血压引起脑出血,脑梗塞;肾脏:长期高血压致肾动脉硬化,肾小球萎缩变形引起尿毒症;视网膜:血压长时间高,致视

网膜动脉出现硬化、改变,导致视物不清,视物变形或变小。

### 确诊患高血压,需要终身服药吗?

不一定。有些患者监测血压高了,把前面提到高血压成因的因素改变或消除,通过食疗降体重,运动加之正常监测血压达到正常值稳定后就可不用服药。

如果一个月的非药物调整仍不正常,血压不稳定的话,就要在医生指导下进行药物干涉,并坚持服药或考虑终身服药。

另外需要提醒的是,明知自己得了高血压,但仍觉得“是药三分毒”,不按医生指导的剂量,时间配合坚持服药,难受时吃一次,不难受就不吃药。要知道停停服服血压肯定不稳定,这样就可能会导致动脉硬化。

服药的目的是控制血压,测血压的目的是检验药物的疗效,所以要在服药过程中定期正确监测血压,咨询医生,配合医生,经医生进行个体化评估,选择所适用的降压药。

患者要充满信心,高血压病通过药物管控是可以达到正常人的生活质量的,高血压虽不一定终身服药,但一定要不定期的监测,不能掉以轻心。

### 高血压药物或非药物管控失败,造成心脑血管意外怎么办?

高血压药物管控失败发生意外第一要积极及早治疗,最好不要超过半个月施救治疗,手术或保守治疗;病人度过急性期进入稳定期后,要及时进行中医康复训练,通过穴位刺激肢体等方式的康复训练恢复肢体灵活性等。

康复训练能及时降低致残率,大大提高



肖卫玲医师

自理能力,临床已验证。此时,针灸、中药调理,中医传统的方法改善循环、恢复肢体功能,效果都非常好。

最后,祝广大高血压患者积极配合医生,通过自己的努力,坚持正确管控手段恢复健康、快乐生活。

### 医师简历

肖卫玲:毕业于河南中医学院,中西医结合医生,从事中医临床三十余年,擅长治疗高血压、脑中风、偏瘫、头痛失眠、耳聋耳鸣、中医美容等。专业特色治疗:颈、肩、腰、膝关节部位及全身各部位的疼痛,僵硬、麻木,活动不利以及四肢、后背、腹部胃肠顽固性自觉自发病。能灵活运用针灸、艾灸、刮痧、火罐、中医正骨、推拿、TDP神灯理疗、刺血拔罐、局部药物导入法、全身推拿理疗等。治疗各种疑难杂症、顽固性疾病,疗效独特,同时也获得患者的一致好评。

周一、三、六全天肖卫玲医师在富春街144号(郁达夫公园对面)方回春堂富阳馆坐诊。

福利:拿着这期本刊到富阳方回春堂可义诊一次。咨询电话:63363608

口述:肖卫玲中医师 整理:张京