

慢性肾脏病中西医治疗

▲ 河南省柘城县人民医院 李新瑞

中医药在慢性肾病（CKD）的临床实践中发挥着重要作用。和现代医学一样，中医药及中西医结合防治目标是：延缓肾功能进行性减退，推迟或阻止终末期肾脏病的发生；治疗 CKD 危及生命的严重合并症或并发症，主要是预防心血管疾病导致的死亡，改善生活质量。

CKD 防治策略

（1）对于儿童，应首先找出病因并进行相应处理。先天肾脏和泌尿系统发育不全是最主要的病因。同时应针对出生低体重和早产儿进行重点筛查。对于老年人的防治，需结合患者预期寿命和对健康造成的影响来综合评估，并非所有老年人存在的肾结构或功能异常都对人体健康产生影响。对于 CKD4 期老年患者，肾脏专业咨询或治疗的生存获益随着年龄的增长而逐渐减弱，大于 90 岁人群几乎不受益。

（2）不同原发病导致的 CKD 防治目标不同。对 IgA 肾病治疗的首要目标是控制肾炎的活动，阻止终末期肾脏病出现。而糖尿

病肾脏病首位防治目标是防死亡，其次才是延缓肾功能的进行性减退。一些具有肾保护作用的中草药，如丹参、冬虫夏草等，对使用这些药的人群调查发现，这些药的使用，尤其是当归，与其患者死亡风险降低有关。

延缓 CKD 进展

（1）不同疾病引起的 CKD 肾功能减退程度也不同，应结合原发病的发病机制和现代医学治疗方案，针对某些影响疾病进展的关键病机和证候进行病证结合治疗。关于 IgA 肾病治疗存在许多争议，尤其是类固醇的使用。中医学认为 IgA 肾病的发生主要病机为卫外不固，外邪内侵，湿瘀互结。影响疾病进展的关键证候有外感、湿热、血瘀和湿浊。本团队既往研究发现，运用中药益气清解方联合免疫抑制剂治疗高危 IgA 肾病，对降低患者肾功能和降低免疫抑制治疗相关不良事件风险可能有益。大约一半 CKD 患者未明确病因就开始治疗，所以倡议致力于个体患者的 CKD 的病因诊断，提高病理诊断率和新的生物学标记物的运用水平，以确保实施最合

适的治疗。在中医临床实践中，有些早中期的 CKD 者症状并不明显，明确原发病可从同类疾病患者中获得治疗思路。此外，病理所见可以作为中医望诊的延伸，以资辨证治疗。

（2）不同分期的 CKD 患者证候可能不同。CKD 1~2 期多见原发病的证候。此期风热、湿热、热毒、瘀血常为疾病加重因素，应以益气活血、清热解毒利湿为法；CKD3 期是防治的关键阶段，患者也最多。在此期随着疾病发展，湿浊的症状逐渐出现，因而益气养血活血、利湿泻浊为此期主要治法。CKD 4~5 期，气血进一步衰败，湿浊化热，阻滞三焦，升降失宜。上焦宜补益心气，中焦宜和胃降浊，下焦宜利湿泻浊。

（3）延缓或阻止肾功能进行性减退，是早中期最主要任务。针对 CKD 的证候调查，提出气虚、血瘀、湿浊是 CKD 最主要证候，并进行了小样本随机对照临床试验。结果显示具有益气活血降浊作用的缓衰方化裁而成的扶正祛浊口服液能够延缓进展，改善其肾脏结局。

改善症状和提高 CKD 患者生活质量

生活质量对于 CKD 患者尤其重要，因生活质量降低是肾脏疾病进展及心血管和全因死亡的独立预测因子。CKD 临床表现复杂，存在诸多症状和合并征；症状越明显，合并症越多，健康相关生活质量就越低。另外，诸多因素也会影响患者的健康相关生活质量：身体功能、角色担当、心理、性能力和认知功能等。改善患者的症状和生活质量可能是中医药的优势，在某些方面中医积累了不少经验，如睡眠障碍、瘙痒等。然而现阶段缺少与 CKD 病理生理关联密切且影响 CKD 转归的症状或综合征的研究，特别是在 CKD 的虚弱、肌肉减少症和认知障碍等方面。虚弱状态毫无疑问与中医虚证有关。对于晚期 CKD，与生活质量关联最为密切的虚证是什么？心气不足、脾气不足还是肾气不足？健脾重要还是补肾重要？与一般人群的认知障碍相比，CKD 认知障碍有何病机和临床证候特点？这些都是要解决的问题。

这些皮肤病 不妨试试中医疗法

▲ 四川省雅安市人民医院 赵艳

每年的 5 月 25 日是“国际爱肤日”，但皮肤问题并不能只在这一天引起注意，而需要每天持续关注。皮肤病的治疗并非是大家所想到的“美肤”“美容”，而是一种临床病症的干预。对于一些顽固性的皮肤病，中医治疗往往效果很好，值得更多饱受皮肤病折磨的患者尝试。

什么是皮肤病

皮肤病（dermatosis）是一种皮肤出现疾病的统称，包含有多种疾病，常见的比如疥疮、毛囊炎、麻风、手足癣等等。皮肤作为人体最大的器官，是人体内环境与外界环境之间的屏障，而且还具有调节体温、分泌汗液等众多功能，对于维持体内各个脏器和组织稳定具有非常重要的作用。

临床上将皮肤病病因主要分为两类：内源性和外源性，前者包括有先天性疾病和心理因素等，后者包括有气候条件、真菌病毒感染、受到辐射等。往往皮肤病的发作是单一因素作用的结果，也有可能是多种因素共同作用的结果，需要患者接受皮肤划痕试验、组织活检等临床检测来判断真正病因便于对症治疗。

皮肤病的中西医治疗选择

据临床调查显示，我国皮肤病的发病概率高达 50%~60%，超级庞大的发病群体下多种基础皮肤病非常常见，但很多患者会纠结：究竟是选择西医好，还是选择中医好呢？其实这需要视情况而定。如果患者出现了慢性顽疾，反复发作，西医的治疗往往不能彻底根除疾病。中医调理对于治疗疑难杂症独树一帜，所以越来越多的皮肤病患者选择接受中医诊疗。中医认为“诸内必行于诸外”，皮肤病并非是一种单一的疾病，而是人体内部多种脏器运转失调从而使得病症在皮肤上进行表现，所以中医对于治疗皮肤病的宗旨是内外兼治。

如果患者处于急性期，皮肤异常瘙痒、红肿可以先接受西医治疗，经止痒止痛后再行观察。如果西医反复治疗效果不明显、仍然频繁发作，患者可以选择接受中医治疗调理。中医注重对于整个人体的功能进行治疗调理，治病求本一直是中医治疗的特色和优势，对慢性病的调理治疗效果明显。

中医治疗皮肤病

中医经过长期发展，对治疗皮肤病的方法有很多，除了中药方剂以外，还有中药贴膏、熏洗、坐浴、拔罐、针灸等多种方法。

（1）中药方剂。中医运用“辨证论治”思想将皮肤病按照病因分为三类，不同病因对应不同的中药方剂治疗。

热毒炽盛 治疗方法为清热解毒，凉血通络，中药方剂选择犀角地黄加减汤，主要成分有犀角、木通、生地黄、芍药、红花、紫草、茯苓、车前草等，药效过强则减犀角。

阴虚内热 治疗方法为养阴清热，滋补肝肾，中药方剂选择知柏地黄九加减，主要成分有炒黄柏 6 g，炒知母、炒丹皮、熟地、山茱萸、茯苓、山药、冬瓜皮、赤芍、桃仁、柴胡、甘草等。

脾肾阳虚 治疗方法为温肾助阳，健脾利水，中药方剂选择金匮肾气丸和真武汤加减，其中金匮肾气丸主要成分有地黄、山药、山茱萸、茯苓、牡丹皮、泽泻、桂枝、附子等，真武汤加减主要成分有白茯苓（去黑皮）、芍药、白术、五味子、附子、细辛、干姜等。

（2）中药贴膏、熏洗、坐浴、拔罐、针灸。皮肤病需要通过中药贴膏、熏洗、坐浴、拔罐、针灸进行辅助治疗。针灸能通过作用于人体穴位，达到调节人体血气运行以治疗皮肤病，但更多是作为辅助疗法使用，因为对于大面积的皮肤病单靠针灸效果远远不够。所以患者应当充分遵从医生建议，中药方剂和其他方法综合搭配使用，以提高治疗效果和加快治疗效率。

中药煎煮及服用中药注意事项

▲ 河南省信阳市妇幼保健院 徐娟娟

中医药作为我国文化的瑰宝，也是很多人在进行疾病治疗以及身体调理时，较为青睐的选择，但是很多人在选择中药后，却面对着药材犯了难，究竟什么样的方法才是中药煎煮的正确打开方式？别着急，今天我们就带大家来一同了解一下，中药煎煮以及服用中药，有哪些要点需要我们注意吧。

煎药器具的选择

因为中药中所含有的各种有效成分才是中药药效的最主要决定因素，所以煎药器具的选择，在某种程度上也是会影响到药效效果，选择的煎煮器具必须是无法和药物所含成分发生化学反应，要具有化学性质稳定、传热快且均匀、价格低廉等特点。传统用来煎煮中药的器具是砂锅，其具有透气性强、保温功能佳的特点，也可用化学性质更加稳定、细密光滑的紫砂药壶。对于普通患者来说，不锈钢器具也是一个不错的选择，既有化学性质稳定、传热快且均匀的特点，又不易破碎、便于清洗，此外最为便捷的就是其易得性，每个家庭都有，不用另外寻找。此外，铜、铁器具相对来说，化学性质就不够稳定、易氧化，使用这种器具煮药就可能会出现多种成分发生化学反应从而影响到药物功效。而铝锅不耐强酸强碱，故弱酸碱性药物也可用，但并非理想的煎药器具。

煎煮的温度、时间以及次数

一般中药煎煮的温度宜在 100℃，温度过高则可能会致使中药的有效成分发生变化。而且煎煮时间对药效也具有重要意义，时间过长就会破坏或丧失药物的有效成分；时间过短，有效成分也会溶出不充分。所以，在对中药进行煎煮时需要注意，质地坚硬、不易溶于水

的饮片，煎煮时间控制在 30~40 min；质地疏松、含挥发性或不稳定有效成分的饮片，煎煮时间为 10~20 min，如大黄、钩藤等。一般来说，每剂药可以煎煮 2 次，不过第二次煎煮的时间就可以比第一次要减少 5~10 min。

服用中药的注意事项

因人制宜 特别是针对祛邪的中草药，如果患者平日里身体素质较好，用量宜重；如果患者体质较弱，用量宜轻。老人和儿童在服用中药时，用量应该是少于青壮年群体。久病者用量也要低于新病者，此外，老人以及体质极度虚弱者，在刚开始用药时，剂量宜轻，之后再不断增加用药量，避免出现用药过猛而出现虚不受补的情况发生。

因地制宜 常年居住在南方的患者，出汗多且湿，温补的中药用量宜轻；而地处北方的群体，因地域原因，出汗少，温补的中药用量可以稍大。

因时制宜 冬季温补、夏日清补，秋季燥邪、口鼻咽干，则温造之品就需要减少使用，可以选择生津养阴润燥的中药。

忌口 特别是在服药期间，必须要对饮食上多加约束。如肥甘厚腻、生冷、辛辣之物，鱼脍、腥燥之物，都是在用药期间必须忌食的食物。

以上是对中药煎煮以及服药所需要注意要点的简单介绍，希望对大家有所帮助。

