

中医“七法”辨证治疗慢性胃炎

▲ 四川省绵阳市游仙区新桥中心卫生院 吴丹

慢性胃炎是一种常见的消化系统疾病，由于日常饮食及作息不规律或暴饮暴食等原因导致。若慢性胃炎患者使用西药治疗后效果不明显，或常出现反复发作情况，可以采取中医辨证方法治疗，中医治疗慢性胃炎效果十分显著。本篇文章将为您具体分析在中医范畴内，胃炎到底属于什么样的疾病？又该如何进行辨证治疗呢？

中医对慢性胃炎的认识

中医认为，脾胃与膜相连，慢性胃炎是由多种原因引起的胃黏膜慢性炎症的病变。慢性胃炎的中医基本病机是胃膜受伤，脾胃失和，而脾主运化，脾胃功能是否正常，对人体的健康十分关键，所以调整脾胃功能应根据患者的身体情况进行综合辨证分型治疗。

辨证“七法”治胃炎

食滞胃脘型（和胃降逆法） 若患者经

常出现胃胀、反酸、呕吐，且在呕吐后症状有所缓解，基本上可定型为食滞胃脘型胃炎，也就是说，食物在肠胃中出现滞留，就会使胃气不能下降，中医会采取和胃降逆的方法对患者进行肠胃的疏通，增加肠胃蠕动，从而消除以上症状。常用的药物是保和丸，此药具有良好的健胃消食作用，可用于食滞胃脘型的慢性胃炎。

肝胃气滞型（疏肝和胃法） 这类患者的症状虽然表现在胃部，但是与肝脏脱不了关系。当肝脾升降失调时，就会影响脾胃的运化，从而使患者出现胃胀、打嗝、胸闷或生气时感到肝区胀痛。这类患者在治疗过程中应采取疏肝和胃的原则，用药方面可以使用柴胡疏肝散进行治疗。

脾胃湿热型（清热解暑法） 脾胃湿热的患者会感觉到口苦、小便发黄量少、排便困难，这是由于郁结的湿气在患者胃部转化成了热毒，治疗原则应为清热解毒。清热解毒一类的药物可消除患者体内的湿热，例

如藿朴夏苓汤。

脾胃虚弱型（健脾益气法） 很多慢性胃炎的患者都属于脾胃虚弱型。该类型患者用餐后会出现疼痛加剧的现象，而且经常感到身体乏力，面色枯黄。之所以出现以上现象，是因为中医认为，脾脏与胃相表里，当脾气特别虚弱时，就会影响到胃部的运化。中医的治疗手段为健脾益气，可以使用白术、茯苓等组成的香砂六君子汤进行调理治疗。

脾胃虚寒型（温脾散寒法） 脾胃虚寒型的患者通常是由于生病时间太久，导致脾胃阳气的虚弱，胃部失去气血的温养，从而导致寒邪的出现。此类患者会感觉到疼痛持续不断，用餐后疼痛有所缓解，但是手脚经常发凉，大便溏稀。此类患者应驱散寒邪，可以使用黄芪健中汤进行调理。

胃热阴亏型（养阴益胃法） 该类型患者的典型症状是经常感觉到口干舌燥、胃部会有灼热感、五心发热、大便干结等，多由自身胃热偏盛、损伤了阴气与津液而导致

的。此类患者应采用养阴的方法清除体内的热邪，再促进津液的产生，应使用的中药汤剂为沙参麦冬汤。

胃络瘀阻型（活血化瘀法） 该类型患者发病时疼痛剧烈，甚至会出现吐血或黑便的情况，针对于以上症状应采用活血化瘀的原则，消除瘀血，打通经络的瘀阻。通常使用的药物有丹参饮或者是失笑散等。

慢性胃炎的发病原因与患者的饮食习惯或者是精神因素有很大的关系，所以在日常生活中，一定要养成良好的饮食习惯，最好以清淡食物为主。如果经常反复发作，那么尽量选择半流食或者是容易消化的食物，并且要少食多餐，治疗期间不可以喝过浓的茶水、咖啡以及辛辣食物，细嚼慢咽。尽量不要使用水杨酸、肾上腺皮质激素等对肠胃有刺激的西药，同时，要保持积极乐观的生活理念，不要紧张与过度劳累，从而预防本病的发生。

掌握 28 种脉象，教你分辨健康状况

▲ 河南省光山县第二人民医院 胡崇春

中医历经数千年的发展，形成了独特的理论体系和诊疗方法。通过触诊患者的脉搏，中医医生可以获取丰富的信息，从而辅助判断疾病的类型和病情的变化。

中医脉诊的基本理论是以人体经络系统为基础，通过触诊脉搏的形态、节律、速度等来判断人体的阴阳平衡、脏腑功能和气血状况。

根据中医理论，人体有 12 个经络，每个经络对应着不同的脏腑器官。中医将脉象分为 28 种，每种脉象都代表着特定的病理变化和临床表现，通过观察和摸诊患者的脉搏，可以推断出体内的病理变化和健康状况。

中医 28 种脉象分别是浮、沉、迟、数、滑、涩、虚、实、长、短、洪、微、紧、缓、弦、芤、革、牢、濡、弱、散、细、伏、动、促、结、代、大。

浮 浮脉是指脉搏感觉浮起、有力而躁动的一种脉象，常见于外感风寒、表邪病或阳盛等情况。

沉 沉脉是指脉搏感觉沉降、缓慢而沉稳的一种脉象，常见于内伤或寒凝等情况。

迟 迟脉是指脉搏感觉跳动节律较慢的一种脉象。常见于气血不足或阳气不足等情况。

数 数脉是指脉搏感觉跳动节律加快、频率较快的一种脉象，常见于实热或心火亢盛等情况。

滑 滑脉是指脉搏感觉滑润、顺利的一种脉象，常见于气血充盛或阳气旺盛等情况。

涩 涩脉是指脉搏感觉滞涩、阻滞的一种脉象，常见于血瘀、气滞或痰湿内阻等情况。

虚 虚脉是指脉搏感觉虚弱、无力的脉象。它通常与体内气血不足或阳气不足相关，反映了体内的虚弱状态。

实 实脉是指脉搏感觉有力、有力的脉象，通常与实热或实寒等病理状态相关。

长 长脉是指脉搏跳动持续时间相对较长的脉象，常见于气虚或阳气不足等情况。

短 短脉是指脉搏跳动持续时间相对较

短的脉象，常见于气血亏虚或阴虚等情况。

洪 洪脉是指脉搏感觉强烈、有力且脉搏大而宽的脉象，常见于实热或阳盛等情况。

微 微脉是指脉搏感觉细弱、微弱的脉象，常见于气血虚弱或阴虚等情况。

紧 紧脉是指脉搏感觉紧张、紧绷的脉象，常见于肝郁或气滞等情况。

缓 缓脉是指脉搏感觉缓慢、节律平稳的脉象，常见于气虚或阳虚等情况。

弦 弦脉是指脉搏感觉有弹性、柔软而有力的一种脉象，常见于肝胆疾病等情况。

芤 芤脉是指脉搏感觉中间状态，介于弦脉和滑脉之间。芤脉有时形容为稍有弦性的脉象，需要综合其他脉象和症状进行判断。

革 革脉是指脉搏感觉硬实、僵硬的一种脉象，常见于血瘀、寒凝等情况。

牢 牢脉是指脉搏感觉有力而坚固的一种脉象。它常见于实热或实寒等病理状态。

濡 濡脉是指脉搏感觉滑润、湿滑的一种脉象，常见于湿邪或湿热等情况，反映了体内的湿气积聚。

弱 弱脉是指脉搏感觉虚弱、无力的一种脉象，常见于气血不足或阳气不足等情况。

散 散脉是指脉搏感觉散漫、不集中的一种脉象，常见于气血亏虚或气机不畅等情况。

细 细脉是指脉搏感觉细弱、纤细的一种脉象，常见于气血亏虚或阴虚等情况。

伏 伏脉是指脉搏感觉平稳而悠长的一种脉象，常见于气血亏虚或阴虚等情况。

动 动脉指脉搏的浮动。不同的脉搏感觉可以反映出气血的充盛与否、阳气的盛衰以及血液循环的状态。

促 促脉是指脉搏感觉快速而有力的一种脉象，常见于实热或阳盛等情况。

结 结脉是指脉搏感觉跳动有力而紧张的一种脉象，常见于气滞或血瘀等情况。

代 代脉是指脉搏节律不规律、跳动无序的一种脉象，常见于心脏功能异常或气血失调等情况。

大 大脉是指脉搏感觉有力、宽大的一种脉象，常见于实热或阳盛等情况。

运用中医智慧，助力骨折康复

▲ 河南省信阳市第四人民医院 李明

手术是骨折治疗重要手段之一。不过，手术治疗只能部分恢复，对于骨折术后的康复，中医以其独特的理论和方法，可以促进骨折的愈合，缓解疼痛，增强肌肉力量和恢复关节灵活性。

中医康复治疗原则

中医强调整体观念和个体化治疗，认为人体是一个复杂的有机整体，通过平衡人体内部的阴阳、气血、脏腑等方面，来达到治疗疾病和促进康复的目的。它的治疗原则主要有：

补益正气 术后患者正气受损，中医通过调理脏腑功能，增强机体抵抗力，促进康复。

活血化瘀 中医认为血液循环通畅对于骨折愈合至关重要，通过活血化瘀可以促进新陈代谢，加速康复进程。

调理气血 气血不足会影响骨折的愈合，中医通过调理气血，保证充足的营养供给，加速愈合。

中医康复治疗常见手段

中药疗法 根据患者的具体情况，中医师会开出适合的中药方剂，常用的有桂枝汤、通络活血方等。这些中药方剂可以通过调理气血、活血化瘀的作用，促进骨折的愈合。同时，通过将药物煎煮后敷于骨折部位，可以直接起到活血化瘀的作用。

针灸疗法 针灸是中医常用的治疗方法之一。在骨折术后康复中，针灸可以通过刺激特定穴位，调整气血循环和神经功能，促进骨折的康复。常用的穴位有足三里、合谷等。针灸治疗需要由专业中医师进行操作，通过针刺、转动或热敷等手法刺激穴位，提高血液循环，促进骨折愈合和肌肉恢复。

推拿按摩 推拿按摩是中医康复治疗中常用的手法之一。通过按摩和揉捏，可以促进局部血液循环，缓解疼痛和肌肉紧张，增加骨折部位的灵活性。按摩时要注意技术和力度，以避免对骨折部位造成过度压力。推拿按摩可以结合一些中药外敷，如草药熏蒸或膏药搽抹，以增强疗效。

医患互动 在康复治疗中，医患之间的合作和沟通至关重要。中医强调个性化的治疗方法，医生需要与患者充分交流，了解患

者的病情、症状和体质特点，以制定个性化的康复方案。

主动运动和被动运动 在术后康复过程中，既要进行主动运动，又要进行被动运动。主动运动包括通过肌肉力量的自主活动来促进骨折部位的康复，如指关节的屈伸、脚踝的转动等；被动运动则是由治疗师或家属进行的辅助运动，帮助患者恢复关节的活动范围和肌肉力量。

运动疗法 中医运动疗法在骨折术后康复中具有重要作用。易筋经是一种通过特定的身体姿势和呼吸方法来调理经络和锻炼肌肉的运动疗法，可以帮助改善血液循环和增强肌肉力量；八段锦是一套以呼吸配合运动的养生功法，通过各种动作的协调运动来促进气血流通和增强身体的柔韧性；太极拳是一种慢而连续的运动，通过舒缓的动作和深呼吸来提高身体的平衡、柔韧性和力量。

食疗调理 中医强调饮食与健康的关系，适当的食疗调理也可以辅助骨折术后的康复。例如，多摄入富含钙、蛋白质、维生素 C 等营养物质的食物，如乳制品、豆类、鱼类和新鲜蔬果，有助于骨折愈合和骨骼健康。此外，中医认为一些具有活血化瘀作用的食材，如红枣、山楂等，也可在饮食中加以食用，促进骨折的康复。

中医康复治疗的注意事项

个体化治疗 中医康复治疗需要根据个体情况进行个性化的治疗方案。因此，患者在接受中医康复治疗前，应咨询专业中医师，以制定适合自己的康复方案。

严格遵循医嘱 按时按量服用中药，遵循针灸和按摩的频率和手法要求，避免自行调整或停止治疗。

配合其他康复措施 中医康复治疗可以作为骨折术后康复的一部分，但并不意味着可以完全替代其他康复措施，患者应与康复医师和中医师密切合作，综合运用各种治疗手段，以达到最佳康复效果。

注意饮食调理 患者应注意合理搭配营养食物，避免食用辛辣刺激和过于油腻的食物，同时增加富含钙质和营养素的食物，以利于骨折的愈合和身体的康复。