

探索中医在甲状腺疾病治疗中的应用与科学依据

▲ 中国中医科学院西苑医院济宁医院 赵燕燕

中医作为中国传统医学的重要组成部分，积累了数千年的临床经验和理论体系。近年来，越来越多的研究开始探索中医在现代医学领域的应用，其中包括甲状腺疾病治疗。甲状腺疾病，包括甲亢、甲减、桥本氏甲状腺炎等，影响着许多人的健康。甲状腺疾病属中医学“瘰癧”“颈痛”“颈瘤”等范畴，而中医的治疗方法在一些病例中显示出了一定的临床效果。

中医对甲状腺疾病的认识

中医对甲状腺疾病的认识始于古代，虽然当时没有现代医学的先进设备和检测手段，但中医医生通过望、闻、问、切的方法，能够观察患者的舌苔、脉象、面色等多个方面，从中获得一些关于甲状腺疾病的信息。中医将甲状腺疾病分为虚实两类，根据患者的体质和病情，采用针灸、中药调理等方法进行治疗。

中医在甲状腺疾病治疗中的应用

中药治疗 中药作为中医治疗的主要手段

之一，在甲状腺疾病治疗中也有应用。例如，一些具有滋阴清热、调和气血的中药可以用于甲亢的治疗，而一些温阳固表、补益脾肾的中药则适用于甲减患者。

针灸疗法 针灸是中医的另一种重要疗法，通过在特定穴位施以刺激，调节机体的阴阳平衡，达到治疗的目的。在甲状腺疾病治疗中，针灸可以调整患者的能量平衡，改善甲状腺功能。

食疗调理 中医根据患者的体质和病情，提出一些合理的饮食建议，如多吃一些具有滋阴清热、养阴补阳作用的食物，有助于调节甲状腺功能。

气功和太极 中医强调身心的统一，认为情绪和精神状态与疾病有密切关系。通过气功、太极等身体运动，可以调节情绪，促进气血的流通，对甲状腺疾病的康复有一定帮助。

科学依据与研究进展

尽管中医在甲状腺疾病治疗中有一定

的临床应用，但是要确立其科学依据仍然面临一些挑战。现代医学要求治疗方法具备明确的机制和证据支持。因此，一些科学研究开始探索中医在甲状腺疾病治疗中的作用。一些研究表明，中药中的一些成分可能对甲状腺功能产生影响。例如，某些中药可以影响甲状腺激素的合成和分泌，从而对甲状腺疾病产生一定的调节作用。此外，针灸和气功等方法被认为可以通过神经内分泌调节机制，对甲状腺功能产生影响。然而，要全面证明中医在甲状腺疾病治疗中的作用，还需要更多的临床研究和科学实验。这需要多学科的合作，将中医的理论与现代医学的研究方法相结合，探索中医在甲状腺疾病治疗中的具体机制和效果。

中医作为中国传统医学的瑰宝，对于甲状腺疾病的治疗也有其独特的认识和方法。尽管在现代医学中，中医的应用还需要更多的科学研究和证据支持，但是在一些病例中，中医在甲状腺疾病治疗中显示出了一定的效果。在今后的研究中，我们希望看到更多针对中医在甲状腺疾病治疗中应用的科学

研究，以便更好地了解其机制和效果。

对于广大患者和关心甲状腺健康的人们来说，了解中医在甲状腺疾病治疗中的应用是有益的。首先，中医在治疗甲状腺疾病方面的经验可以作为一种补充，特别是对于一些慢性、难治性甲状腺疾病，中医可能提供了新的思路。其次，通过了解中医的治疗方法，患者可以更全面地了解甲状腺疾病的综合治疗方案，从而更好地管理和控制疾病。然而，我们也需要保持科学的态度。中医虽然有着丰富的历史和经验，但在现代医学的背景下，需要进行更多的科学研究来证实其治疗效果和机制。这需要医学界的专家们加强合作，进行临床实验和基础研究，以便更好地理解中医在甲状腺疾病治疗中的作用。

总的来说，中医在甲状腺疾病治疗中的应用是一个值得关注的领域。在未来的研究中，我们期待看到更多关于中医在甲状腺疾病治疗中的新发现和突破，从而为患者带来更好的医疗选择。

抑郁症的家庭疗法

▲ 山东省威海市立第三医院 丁祥凤

抑郁症作为一种精神性疾病，其复发几率非常高，甚至会出现自杀倾向。对于患有抑郁症的人而言，家庭环境是重要因素，对其采用家庭疗法，家属与患者共同参与到专业的心理治疗方法中，帮助患者尽快恢复健康至关重要。

家庭疗法的界定

按照家庭治疗观点，家庭本身就是一个系统，如果家庭成员有抑郁症的症状，很有可能是由于家庭成员之间没有很好地沟通，或者没有采用正确的互动模式，或者家庭结构比较混乱，不能维持良好的状态。要有效解决，就要调整家庭交往方式，完善家庭结构。

适用家庭治疗的群体

家庭治疗的适用范围非常广泛，具体而言，可以解决如下问题导致的抑郁症：

其一，由于夫妻情感冲突或者亲子关系不好导致抑郁症。

其二，虽然抑郁症在某个家人成员身上体现出来，事实上所反映的是整个家庭系统的问题。

其三，在个体治疗中不能处理个人冲突，或经个体治疗有效但回归家庭又反复的。

其四，原生家庭环境对抑郁症患者影响巨大，其在个人成长过程中面临困惑无法自主解决，家庭成员不能采用正确方式提供帮助，导致抑郁症日趋严重。

其五，家庭对于患病成员的忽视或过分焦虑，不知应如何提供帮助。

家庭专业心理治疗方法

家庭治疗是一种非常好的心理治疗方法，其是建立在系统论观点基础上，对家庭成员之间关系问题进行解释和处理，使得抑郁症患者的心理适应能力得以改善，

使其对家庭生活满意度提升，患者负性情绪减少，即便有不良事件发生，家庭成员也能够采取措施积极应对。具体的心理治疗方法如下：

1. 治疗师的加入

治疗师带着尊敬、共情、好奇的态度主动适应家庭的文化、习惯、语言、情绪表达及生活方式，加入他们、参与互动并与其建立融洽的关系，同时又必须保持自由和自主，从而能够在不同的立场看待和观察，通过症状看到关系，通过关系看到模式，进而支持和挑战家庭，协助家庭改变各个家庭成员的行为及体验，发展出新的行为模式。

2. 挑战家庭结构

家庭结构是家庭整体的基本保障，是家庭成员实际交往过程中的产物，是固化的家庭关系。家庭问题出现的一个主要原因就在于家庭的结构出现了问题，为了改善问题家庭的结构，治疗师进入家庭后，常常采用划清界限、破坏有害家庭结构、阐明家庭组成互补性关系等多种方法，以系统外成员的身份输入能量与信息，挑战现有的家庭结构。

3. 建立界限并促成新的互动

治疗师引领家庭从一个全新的角度看待世界和家庭的问题，放弃那些对家庭有不良影响的互动模式，改变家庭规则、明晰边界和重新结盟。

总之，抑郁症会对人的日常生活、工作和学习造成不良影响，治疗过程中仅仅依赖于药物治疗是不够的，还需要家庭治疗方法介入，家属与患者都参与其中，通过家庭治疗，了解家庭环境及家庭成员间的人际关系，让患者及家庭成员之间展开讨论，找出问题的焦点，并共同探讨如何正确的对待和处理，以建立一个良好的、利于患者康复的家庭环境。

解惑血常规常规检验

▲ 山东省枣庄市妇幼保健院 侯成季

血常规检验作为医学领域中的重要工具，通过对血液样本的分析，提供了深入了解患者健康状态的窗口。这项检查包括多个关键指标，每个指标都承载着独特的信息，有助于医生评估患者的整体健康。

血常规检验包括的主要指标

血常规检验主要的指标有红细胞计数、血小板计数、白细胞计数、血红蛋白、红细胞压积、平均红细胞体积、平均红细胞血红蛋白浓度、平均红细胞血红蛋白含量、白细胞分类计数。

红细胞计数 是衡量血液中红细胞数量的指标，有助于评估患者的贫血状况和血液黏稠度。

血小板计数：是衡量血液中血小板数量的指标，可用于评估凝血功能。

白细胞计数：是衡量血液中白细胞数量的指标，可用于检测感染或炎症。

血红蛋白：是衡量血液中携氧能力的重要指标，低血红蛋白可能暗示贫血或其他健康问题。

红细胞压积：是指血液中红细胞的比例，高或低的数值可能与贫血或脱水相关。

平均红细胞体积：是衡量红细胞平均大小的指标，可用于分类贫血的类型。

平均红细胞血红蛋白浓度：是指血液中红细胞平均含血红蛋白的浓度，对贫血诊断有帮助。

平均红细胞血红蛋白含量：是指每个红细胞中的平均血红蛋白含量。

白细胞分类计数：包括中性粒细胞、淋巴细胞、单核细胞、嗜酸性粒细胞和嗜碱性粒细胞等，用于检测感染、炎症和免疫系统问题。

血常规检验的意义

1. 健康状况监测

通过持续追踪血常规检验的各项指标，医生可以建立每位患者的血液基线，从而更

容易检测到潜在的健康问题。早期发现并干预健康问题通常能够提高治疗成功的机会，减轻疾病的严重程度。

2. 贫血检测

贫血是一种常见的血液疾病，可能由多种原因引起，包括缺铁、维生素缺乏、慢性疾病或遗传因素。血常规检验的结果可以帮助医生确定贫血的类型和原因，从而制定相应的治疗计划。

3. 炎症和感染

白细胞计数和分类计数可以指示体内是否存在感染或炎症。高白细胞计数通常表明免疫系统正在应对某种感染或炎症，而不同类型的白细胞在免疫反应和炎症中扮演不同的角色，可以帮助医生识别感染的类型，从而进行更精确的诊断和治疗。

4. 凝血功能评估

凝血是身体对抗出血的重要机制，血小板计数和红细胞压积等指标的异常可能暗示出血障碍或凝血异常。在外科手术前，这些测试可以帮助医生评估手术风险，而在出血疾病的管理中，它们可以指导治疗决策。

5. 慢性疾病管理

对于患有糖尿病、高血压、心脏病等慢性疾病的患者，定期进行血常规检验有助于评估治疗方案的有效性，并及时进行调整。这有助于维持患者的健康状况并降低并发症的风险。

6. 急诊诊断

在急诊情况下，血常规检验可迅速提供关键信息，协助医生快速做出诊断和治疗决策。例如，在疑似感染或出血事件中，快速获取白细胞计数、血小板计数等数据对于迅速诊断疾病和采取紧急治疗措施至关重要。

血常规检验是一项重要的医学检查，通过分析血液样本中的各种指标，医生能够更好地了解患者的健康状况，提前发现问题。对于血常规检查，需要根据个人情况和医生建议进行综合判断。如果出现异常，建议及时就医。