

脂肪肝的中医治疗策略

▲ 柳城县人民医院 郑元增

脂肪肝是一种由于脂肪在肝脏内过度积聚而引起的疾病，近年来在全球范围内逐渐增多。它的发病与生活方式、饮食结构以及基因等因素密切相关。在治疗脂肪肝的众多方法中，中医作为拥有悠久历史的传统医学，因其独特的治疗理念和丰富的实践经验而备受关注。中医注重整体观念，将脂肪肝看作身体失调的表现，提出个性化的治疗方案。本文将深入探讨中医如何治疗脂肪肝，为广大普通群众提供更为全面的健康知识。

认识脂肪肝

在西医学中，脂肪肝被视为一种肝脏脂肪含量异常增多的症状，与肥胖、高血脂、糖尿病等密切相关。

脂肪肝其实是西医的说法，中医称之为脾虚痰湿。中医学认为脂肪肝主要归类为脾虚痰湿的范畴，其发病与脾胃失调、湿热内蕴、气血不畅等因素有关。它的形成与脏腑的协调失调有关，主要包括脾胃功能的紊乱导致湿热内生，气血不畅引发瘀滞等情况。这些因素共同促使肝脏失去平衡，过度积聚脂肪，最终形成脂肪肝的病变。

脂肪肝的临床症状多样，早期可能无明显症状，但随着病情发展，患者可能出现乏力、腹胀、肝区不适、消化不良等不适感。

中医治疗脂肪肝的方法

中药调理 根据患者的具体症状，中医医生会开具中药方剂，以清热解毒、祛湿化痰、活血化瘀的效果为主。常用的中药包括黄芩、茯苓、山楂等，这些中药被认为有助于恢复体内的平衡状态，对脂肪肝有一定的治疗作用。

针灸疗法 针灸是中医的独特疗法之一，通过在特定穴位施加刺激，调整体内的气血运行，有助于改善脂肪肝患者的症状。有关研究表明，针灸可以调节患者的代谢水平，减轻脂肪肝的程度。

膏方治疗 中医还采用膏方治疗脂肪肝，即将一些中药熬制成膏状，外用于患处。具有清热解毒、活血化瘀功效的中药，如丹参、黄连，常被用于制备治疗脂肪肝的膏方。膏方不仅可以减轻肝脏负担，还有助于改善局部的血液循环。

饮食调理 中医非常注重饮食在治疗脂肪肝中的作用。脂肪肝患者应避免食用辛辣、

油腻、过甜等食物，多摄入利于脾胃消化的食物，如小米、山药、百合等。合理的饮食结构有助于改善脂肪肝的症状，中医医生通常会制定个性化的饮食方案。

中医治疗的优势

个性化治疗 中医治疗脂肪肝注重个体差异，根据患者的体质、症状、病因制定个性化的治疗方案。这种个性化的治疗方式更符合每个患者的实际情况，提高了治疗的针对性和有效性。

整体观念 中医注重整体观念，强调人体的阴阳平衡和气血畅通。在治疗脂肪肝时，中医不仅关注肝脏本身的问题，还会考虑脏腑之间的相互关系，通过调整整体的气血运行，使身体恢复自我调节和修复的能力。

不良反应相对较小 相比一些西药治疗可能带来的不良反应，中医治疗一般采用天然植物提取物，不良反应相对较小。在一些对药物敏感或对西药治疗不适应的患者中，中医治疗可以成为一种较好的选择。

中医治疗脂肪肝的注意事项

正规就医 在选择中医治疗时，患者应

选择正规的中医医院或中医诊所，寻求专业医生的帮助。合格的中医医生具备丰富的临床经验，能够根据患者的具体情况提供科学合理的治疗方案。

遵循医嘱 中医治疗脂肪肝需要患者积极配合，按医嘱用药、坚持针灸或按摩等治疗方法，同时注意饮食和生活方式的调整。患者应保持良好的生活习惯，避免过度劳累、情绪波动等不良因素。

定期复查 在中医治疗过程中，患者需定期复查，及时了解治疗效果，并根据医生的建议调整治疗方案。定期复查有助于及时发现潜在问题，确保治疗的顺利进行。

中医治疗脂肪肝在其独特的理论体系和临床实践中展现出独特的优势。通过个性化的治疗方案、中药调理、针灸疗法等手段，中医为脂肪肝患者提供了一条全面而温和的康复之路。然而，治疗脂肪肝是一个长期而复杂的过程，患者需要在医生的指导下，坚持治疗并调整生活方式。在传统医学和现代医学的结合下，有望找到更好的治疗路径，为脂肪肝患者带来更好的健康体验。

儿科常见疾病的预防与治疗

▲ 齐河县妇幼保健院 房平



在孩子们的成长旅程中，由于免疫和生理功能尚未完全成熟，使得他们更容易受到感染并患上各种常见疾病。本文将重点介绍儿科中常见的疾病及其治疗的基本原则。

儿科的常见疾病

呼吸系统相关疾病 在秋季和冬季，人们可能会更易患上呼吸系统疾病，包括感冒、持续咳嗽和支气管炎等。此外，肺炎在中医学中被称作哮喘、肺炎或喘嗽，它是呼吸系统中较为普遍的一种疾病。

消化系统相关疾病 其主要症状包括食欲不振、呕吐、腹部疼痛和便秘等。在夏天和秋天，儿童腹部可能会出现不同的疾病，且相当普遍。此外，儿童还可能存在其他多种系统性疾病，如心肌炎、肾病，以及包括多动症和抽动在内的神经系统问题。

手足口病 这是一种高度传染性的病毒，通常影响3岁以下的儿童。严重的手足口病可能导致孩子患上严重的脑炎或其他高风险疾病。

儿科疾病的治疗原则

早期治疗 对于儿科疾病的治疗，早期

治疗尤为关键。早期的病状相对较轻，身体的调节能力更强，且并发症较少。如果能够及时进行治疗，治疗效果通常会更为理想。

合理用药 由于药物可能带来某些不良反应，因此在挑选药物时需要全面考虑其利与弊。对于一种药物可以治愈的疾病，没有必要再使用两种或更多其他药物；对于口服药物治疗效果良好的患者，没有必要再进行静脉内注射；如果通过肌肉注射可以获得相同的治疗效果，那么就无需静脉注射。

综合疗法 除了基础的治疗措施外，还需要从整体功能角度进行综合治疗。例如，对于儿童重症细菌性肺炎，使用敏感抗生素时应确保呼吸道畅通，并确保室内温度、湿度和水分充足。此外，超声雾化吸入治疗、有效的祛痰药物和及时吸入痰液也是治疗的重要手段。同时，还需要关注儿童的热量摄入状况和并发症的处理方法。

预防性药物 对于某些儿童疾病，预防性的药物使用能够避免病情进一步恶化，或者将病情从轻微转变为严重。例如，对于维生素D缺乏导致的佝偻症，如果能通过合适的预防措施补充充足的维生素D，就可预防疾病的发生。此外，对于年龄在3个月以下的孩子，如果母亲在怀孕的前两周内每天摄入维生素K 120 mg，产后增加蔬菜、水果和牛奶的摄入，以提高维生素K的摄入，就可预防凝血功能的严重障碍，从而减少脑出血的风险，以免产生严重的神经后遗症，甚至死亡。

预防儿科相关疾病至关重要，除了科学的预防措施，及时发现和治疗也是确保儿童健康的关键环节。家长和监护人有责任持续关注孩子的健康状况，定期进行身体检查，并维持健康的生活方式，以便为孩子创造一个健康和愉快的成长环境。

结直肠癌科普小知识

▲ 肥城市人民医院 刘同明

结直肠癌是胃肠道内最常见的肿瘤类型，更为严峻的是，其发病率正在逐步上升，具有相当大的危害性。同时，结直肠癌病因复杂，目前认为可能与多种基因、环境因素以及自身免疫等密切相关。

研究表明，肿瘤的形成是多种因素长时间共同作用的结果，主要与遗传因素、环境和生活方式相关。在众多影响肿瘤发生发展的因素中，环境因素尤其重要。此外，不健康的生活习惯也是导致疾病的主因之一，不良生活方式包括日常的作息模式和饮食习惯，例如摄入高脂、高蛋白食物，喝酒，长时间食用烟熏肉等。

结直肠癌的临床表现

在结直肠癌疾病的早期阶段，患者可能并不会感到明显不适，但到了中期或疾病进展的更长时间里，他们可能会经历排便习惯的变化、便条细小并带有血迹、体重减轻、乏力、腹部不适和肿块等多种症状。

在结直肠癌的临床表现中，最普遍的症状表现是排便习惯发生变化，其中大多数是腹泻，少数是便秘，还有一小部分则是腹泻和便秘的交替出现。大便次数减少或不规律是其主要特征，另一种常见的结直肠癌症状则是出现便血。

结肠癌的主要诊断依据是直肠指检及病理检查结果，但是对于结肠肿瘤患者来说，还需要结合其他辅助检查来进行疾病的准确判断和治疗。

结直肠癌的治疗

结直肠癌的治疗应以预防为核心，始终遵循“三早”原则：及早发现、及早诊断、及早治疗。相关研究提示，结直肠癌的早期治疗成功率高达98%。同时，有肠癌家族病史者、家族性肠病患者、肠息肉患者以及结直肠癌手术后的患者等高风险人群应当定期

接受肠镜检查。

结直肠癌治疗的基本原则是采用以手术为核心的综合治疗方法，涵盖了化疗、放疗、靶向治疗以及生物治疗，具体的治疗方案需要基于患者的病期和具体患病部位来决定，医生会根据肿瘤分期不同而制定相应的治疗方案。当前，通过标准化的治疗手段，已可以实现结直肠癌的彻底治愈、提高患者生活质量和延长寿命的目标。

手术方法通常包括常规的开放式根治性手术和微创手术辅助的根治性手术。与其他方法相比，微创手术具有创伤较小、恢复速度快、特定部位的显示更为明确以及更深入的清洁等优势。

结直肠癌的预防

在饮食方面，建议多摄入富含纤维素的食物，例如蔬菜、水果和粗粮等，同时减少变性蛋白质和脂肪的摄入。

在日常生活中，应增加体育锻炼，提高户外活动频率，减轻体重，并降低生活中的压迫感。

目前最有效的预防方法是进行定期的身体检查，例如定期进行肠镜检查，这被认为是发现癌前病变和结直肠癌的最佳途径。

