

中医如何辨别胃肠道癌

▲ 广西河池市宜州区中医医院 李孟香

胃肠道癌是一种严重的疾病，而中医药在预防和治疗方面有着丰富的经验和独特的优势。通过脉诊、舌诊和问诊等方法，中医医师可以辨别胃肠道癌的情况，并提供相应的护理方法。

中医辨别胃肠道癌的方法

脉诊 中医通过触诊患者的脉搏来判断体内的情况。对于胃肠道癌的辨别，中医医师会注重检查脉搏的速度、强度、深浅和节律等特征，以及脉搏有无异常变化。

(1) 脉搏速度 胃肠道癌病人常常伴随体力衰弱、消化不良等症状，这可能导致心动过缓或虚弱的脉搏。因此，中医医师会观察脉搏速度是否异常，比如过缓或过快。

(2) 脉搏强度 胃肠道癌患者常常有体力下降和虚弱的情况，这可能会导致脉搏弱小。中医医师会触诊患者的脉搏强度，注意判断是否存在脉搏虚弱的情况。

(3) 脉搏深浅 中医认为，脉搏的深浅与气血状况有关。胃肠道癌患者可能出现气血不足的情况，导致脉搏浅弱。中医医师会观察脉搏的深浅，并结合其他症状进行综合判断。

(4) 脉搏节律 胃肠道癌患者可能出现

脉搏不整或不规律的情况。中医医师会仔细触诊患者的脉搏，注意是否存在脉搏节律异常的情况。

舌诊 舌诊是中医辨别疾病的重要方法之一。中医医师会观察患者的舌苔、舌质等表面特征来判断体内的情况。

(1) 舌苔 胃肠道癌患者常常伴随消化不良、食欲减退等症状，这可能导致舌苔异常。中医医师会观察患者的舌苔颜色、厚薄程度和质地等特征。胃肠道癌患者舌苔常常表现为黄厚腻、黏腻等异常。

(2) 舌质 胃肠道癌患者可能出现体力衰竭、气血不足等情况，这可能反映在舌质上。中医医师会观察舌质的颜色、形态和湿润程度等特征。胃肠道癌患者的舌质常常呈暗红、淡白或有瘀斑等异常。

(3) 脉诊与舌诊的结合 中医医师通常会将舌诊与脉诊相结合，以获取更全面的信息。比如，如果患者的舌苔呈黄厚腻、舌质暗红，并且脉搏虚弱、深浅不一，这可能与胃肠道癌相关。

问诊 中医医师会询问患者的症状、疾病史和生活习惯等，以了解详细情况。

(1) 症状询问 中医医师会详细询问患者的症状，包括食欲变化、消化不良、腹痛、

恶心呕吐、体重下降等。胃肠道癌常常伴随这些消化系统方面的症状。

(2) 疼痛描述 中医医师会询问患者的疼痛情况，包括疼痛的部位、性质、程度、持续时间等。胃肠道癌患者可能会有腹部或胃部疼痛的描述，这可以提供一些线索。

(3) 精神状态与体力活动 胃肠道癌患者常常伴有疲乏无力、精神不振的情况。中医医师会询问患者的精神状态、疲劳程度和体力活动能力，以了解全身阴阳气血的平衡状况。

(4) 饮食与排便情况 中医注重饮食和排便的调节。医师会询问患者的饮食习惯、食欲变化、口味偏好以及排便的频率和质地等。胃肠道癌患者常常出现食欲减退、恶心呕吐、便秘或腹泻等情况。

中医护理方法

饮食调理 中医注重通过调整饮食来促进身体健康。对于胃肠道癌患者来说，适宜选择易消化、富含营养的食物，如米粥、清汤、蔬菜、水果等。同时，避免食用辛辣刺激、油腻和难以消化的食物，如辣椒、油炸食品等。

草药调理 中草药在中医中被广泛应用

于调理身体状况。根据具体情况，中医医师可能会配制适合患者的中草药方剂，以辅助治疗。例如，一些中草药可能有助于舒缓消化不良、减轻恶心呕吐等症状。

气功锻炼 气功是一种传统的中医养生方法，通过调节呼吸和运动来促进身体健康。对于胃肠道癌患者来说，适合选择一些柔和缓慢的气功练习，如太极拳、气功吐纳等，以增加体内能量和改善整体健康状态。

心理调适 心理健康在疾病康复中非常重要。中医强调情志与内脏的关系，建议胃肠道癌患者保持积极的心态，减轻焦虑和抑郁情绪。可以通过冥想、放松训练、心理咨询等方法来帮助调节情绪。

配合传统治疗 中医护理常作为传统治疗的补充，不能替代现代医学的治疗方法。胃肠道癌的治疗通常需要结合手术、放化疗等现代医疗手段，以及中西医结合的综合治疗方案。

需要强调的是，中医护理常作为传统治疗的补充，不能替代现代医学的治疗方法。希望通过科普宣传，提高人们对胃肠道癌的认识，积极采取科学有效的护理方法，远离疾病的困扰。

骨折急救与康复全攻略

▲ 广西梧州市岑溪市人民医院 莫丕祿

骨折是常见的骨骼损伤，原因多样。正确的急救和康复治疗能减轻患者痛苦，促进其尽快康复。骨折时应保持冷静，采取正确的急救措施，避免二次伤害，并遵循康复计划，以尽快恢复健康。

骨折的识别与紧急处理

骨折的症状主要包括疼痛、肿胀、畸形和活动受限。一旦怀疑发生骨折，首先要保持冷静，避免对受伤部位造成二次伤害。紧急处理措施包括止血、固定和搬运。止血可以采用压迫止血或抬高受伤部位的方法；固定可以使用绷带、夹板等物品将受伤部位固定住，避免其活动；搬运时应轻柔、平稳，避免剧烈晃动，主张由专业人员做以上处理。在等待专业救援人员到来之前，应尽可能地维持患者的生命体征，如保持呼吸道通畅、监测生命体征等。

骨折的分类

开放性骨折与闭合性骨折 开放性骨折的骨折部位与外界相通，可能伴有出血和软组织损伤；闭合性骨折的骨折部位则没有与外界相通，软组织损伤较轻。

稳定性骨折与不稳定性骨折 稳定性骨折是指骨折部位横断，如裂纹骨折和骨膜下的骨折，不稳定性骨折包括斜形骨折、螺旋形骨折或是粉碎骨折等。

新鲜骨折和陈旧骨折 新鲜骨折通常在骨折后时间不超过3w，而陈旧骨折则是已超3w，因为此时血肿机化已经形成软骨痂，手法复位较为困难，常需做开放手术治疗。

病理性骨折 由于肿瘤或是转移的恶性

肿瘤引起的骨折。

骨折的治疗

保守治疗 对于稳定性骨折，无移位或移位不明显的骨折，如裂纹骨折和骨膜下的骨折，可以采用保守治疗，如手法复位和外固定。

手术治疗 对于不稳定性骨折、开放性骨折或陈旧性骨折等复杂情况，可能需要进行手术治疗，即切开复位内固定。

康复治疗 无论采用何种治疗方法，康复治疗都是非常重要的。康复治疗包括物理治疗、运动疗法等，可以帮助患者恢复肌肉力量、关节活动度和日常生活能力，现在主张早期康复治疗。

骨折康复的重要性

骨折康复是骨折治疗中不可或缺的一部分，它的重要性主要体现在以下几个方面：

促进骨折愈合 康复治疗能够改善骨折部位的血液循环，加速骨折愈合的过程。

恢复关节功能 早期进行康复训练能够预防关节僵硬，最大限度地恢复关节的正常功能。

预防肌肉萎缩 通过康复训练，可以维持肌肉的生理功能，防止因骨折导致的肌肉萎缩。

减轻并发症 合理的康复治疗可以预防骨折后的一系列并发症，如血栓形成、关节粘连、骨质疏松等。

骨折康复的原则

肢体固定与功能训练相统一 骨折的固

定是为了保证骨折部位的稳定，以利于愈合。然而，长时间的固定会导致关节僵硬和肌肉萎缩。因此，在固定的同时，需要进行适当的关节活动和肌肉锻炼。

训练中保持骨折对位对线不变 在进行康复训练时，应注意保持骨折部位的对位对线，避免因活动导致的骨折移位。

促进肢体原有功能的恢复 康复的最终目的是恢复肢体的正常功能。因此，在制定康复计划时，应根据患者的具体情况，制定个性化的方案，以达到最佳的康复效果。

不同阶段重点不同 骨折的康复是一个渐进的过程，早期阶段，应注重减轻疼痛和肿胀，防止并发症；中期则要开始进行关节活动和肌肉锻炼；后期则要逐渐增加锻炼的强度和难度，以恢复正常的活动能力。

骨折康复的具体措施

物理治疗 温热疗法可以促进血液循环、缓解疼痛；冷敷法可以减轻肿胀和疼痛；电刺激可以放松肌肉、缓解疼痛。

运动疗法 关节活动度训练可以帮助患者恢复关节的正常活动范围；肌力训练可以增强肌肉力量、预防肌肉萎缩；平衡与协调训练可以提高患者的平衡感和协调性。

作业治疗 日常生活活动能力训练可以帮助患者逐步恢复日常生活能力；职业能力训练则可以帮助患者恢复工作能力。

心理支持 关注患者的心理状态，给予必要的心理支持和疏导，帮助患者树立信心、积极配合康复治疗。

康复注意事项 避免过度锻炼，以免造成新的损伤；遵循医生的指导，按照康复

计划进行训练；注意安全，避免摔倒等意外事件的发生。

预防骨折的措施

增强骨质结构 保持合理的饮食结构，摄入足够的钙质、蛋白质等营养物质；适当运动，增加骨密度。

安全防护 在运动或日常生活中注意个人防护，遵守操作规程，穿戴防护装备；保持环境安全，避免进入危险场所和进行危险行为。

定期体检 尤其是老年人、儿童和身体虚弱的人群，定期进行体检有助于及早发现并治疗骨质疏松等疾病，预防骨折的发生。

避免过度运动 合理安排运动计划，避免过度疲劳和运动损伤，同时注意运动时的保护措施。

