

高血压的中医治疗方法

▲ 江油市青莲镇中心卫生院 贺华荣

近年来，高血压患者的数量数年上升，我们生活中亦不乏高血压患者，越来越多的人对于高血压开始引起重视。高血压是持续血压过高的疾病，会引起中风、心脏病、血管瘤、肾衰竭等疾病，高血压是一种以动脉压升高为特征，可伴有心脏、血管、脑和肾脏等器官功能性或器质性改变的全身性疾病，它有原发性高血压和继发性高血压之分。高血压发病的原因很多，可分为遗传和环境两个方面。

中医对高血压的理解

中医中虽然并没有高血压这一病名，但是根据中医理论可以将患者高血压的发生与肝脏和肾脏两个器官的病变有关。中医学认为高血压的病位主要在患者的心、肝、肾、脾，当患者出现上实下虚时则有可能出现高血压症状。目前，可以将高血压的病机总结为：情志不调、饮食不节、久病过劳以及先

天禀赋异常等。另外，不同的高血压患者的病症有的是实症，有的是虚症，而有的患者则是虚实夹杂。比如不按正常作息规律进行休息和劳作，也会引发人体内的阴阳失衡，进而导致脏腑功能失常。还有一部分高血压患者是因为父母身体素质较差，遗传父母导致体质较差。

中医治疗高血压的方法

中医在对高血压患者进行治疗时，可以综合药物治疗以及其它治疗方法，已达到较为理想的治疗效果。

利用中药平缓高血压 中医学认为高血压患者可以分为肝火上炎证、痰湿内阻证、瘀血内阻证、阴虚阳亢证、肾精不足证、气血两虚证以及冲任失调证。因此，利用中药进行高血压治疗时，首先要辨别清除高血压患者属于哪一病证，然后再选择对应的中药进行对症治疗。对于肝阳上亢以及头痛目

眩的高血压患者可以选择使用白菊花进行治疗，但是如果患者的肠胃属于虚寒型，则应避免长期服用白菊花，否则会引起患者出现腹泻等不适症状。

天麻也可用于高血压的治疗，可以有效改善高血压患者头风头痛。肢体麻木以及语言蹇涩等症状。如果高血压患者的性格比较急躁那么可以选择使用钩藤加上石决明、天麻、山栀等进行治疗。羚羊角粉对于一些难治性的高血压通常具有神奇的疗效，可以有效改善高血压患者肝风内动、惊痫抽搐以及肝阳上亢的症状。

降压枕疗法 除了使用对症的中药进行治疗高血压治疗外，还可以使用石膏枕进行高血压的治疗。高血压总体来说属于一种热证，而石膏属于一种大寒的物品。《本草纲目》中明确记载了石膏治疗中风寒热的功能，因此高血压患者可以坚持使用石膏做成的枕头，有效控制自己的血压。

足浴疗法 中医中的足浴疗法对于高血压治疗也具有较好的治疗效果，中医学当中认为人体的足部对应了身体当中的五脏六腑，高血压患者经常泡脚有利于脏腑功能的协调和逐渐恢复。高血压患者在泡脚时最好将水温控制在 40℃左右，并且水量最好要没过脚踝，泡脚时间控制在 5 分钟 ~10 分钟之间，泡脚完成后最好再进行足部脚心按摩。

头部按摩法 中医学认为人体头部包含了多种保健穴位，高血压患者应养成正确按摩头部和经常梳头的习惯。在日常生活中经常梳头对于头部的血液循环具有较强的促进作用，并且还可以帮助患者调节大脑神经，能够有效降低头发的早衰速度，还能够在梳头过程有效清理头皮部的头皮屑和油腻。高血压患者可以在每天的早中晚三个时间段进行梳头，每次梳头的时间控制在 3 分钟左右，既要保证一定的梳头力度，也要避免梳头用力过猛，要确保将头皮进行全部梳理。

麻醉安全有效的保证措施

▲ 自贡市第四人民医院 邱利全

在医学界有一句话：“外科医生治病，麻醉医生保命。”提到外科手术，自然规避不了一个词语——麻醉。怎样有效实施麻醉，才可以保证患者安全到术后康复？

麻醉术前安全性提升的方法

在麻醉术前，麻醉医师应尽量争取访视患者，在探视患者时保持整洁的衣着及端庄的仪表、和蔼的态度，并携带麻醉同意书、麻醉前探视单。同时在通过全程阅读患者三大常规（血常规、尿常规、便常规）、凝血四项（凝血酶时间、活化部分凝血活酶时间、凝血酶原时间、纤维蛋白原）、术前四项检查（人类免疫缺陷病毒、艾滋病病毒检测，丙型肝炎病毒抗体检测，梅毒螺旋体抗体检测）、心电图、肝肾功能、血糖、电解质、血脂、特殊部位检查等检查、胸片数据，总体了解患者病情及手术麻醉风险。

在这个基础上，与患者交谈，进一步了解其重要病史（是否具有青光眼、心脏病、高血压、气管炎、哮喘等疾病）、病情、家族麻醉史（直系亲属是否接受过麻醉，有无不良反应）、过敏史（是否对药物特别是麻醉药、食物过敏，过敏反应是否严重）、用药史（有无麻醉用药不良反应），确定手术对麻醉的特殊要求，并制定个性化麻醉方案。

在交流过程中，患者和家属在存在疑问时应及时找麻醉医师咨询，以便麻醉医师根据病情、手术需要进行麻醉方案调整，提高麻醉有效安全性。

麻醉术中安全性提升的方法

在进入手术间后，麻醉医师可以对麻醉同意书上全部项目进行再次核对，并嘱咐患者家属签字确认。随后通过面罩给患者吸氧，在患者均匀呼吸后，通过静脉为患者注射麻醉药物，促使患者进入睡眠状态。在麻醉诱导结束后，利用一根软管通过患者

口腔置入患者喉中确保术中患者呼吸安全。需要注意的是，在部分特殊情况下，置管时会导致患者活动牙齿脱落。因此，患者应主动告知麻醉医师自身是否存在活动牙齿。

为了最大限度降低麻醉期间、麻醉后患者不适反应，麻醉医师需要选择监护性麻醉方法，利用现代化精密、复杂仪器（尽量选择无创监测手段），监测病患生命功能，包括体温、心电图、血压、呼气末二氧化碳、脉搏氧饱和度。或者与患者相互配合测试部位功能，通过心电图、脉搏血氧仪核实心率检测值，检查心率、血压等多个同时变化变量，以便最大限度降低并发症发生概率，提高麻醉安全性及患者手术体验度，帮助患者早日康复。

值得注意的是，单纯凭借药物、现代化精密设备并不能提高麻醉有效性、安全性，手术安全均需以麻醉医师临床技术为基础，在选择医院时应将麻醉医师素质考虑在内。

在手术结束后患者苏醒前拔出置入咽喉部软管，一般患者会被移送到监护病房内继续接受严密监护，等待麻醉恢复，麻醉恢复后再次被送回普通病房。为保证患者安全进入术后恢复期，麻醉医师应参与到患者术后监护及疼痛治疗中，降低患者术后不适感。部分情况下，尽管已经尽了最大努力，错误仍然会发生，在遭遇不良事件后，麻醉医师应继续对病患进行观察，避免丢弃仪器设备记录或者更改仪器设备记录，等待后期处理并将处理过程记录在病患病历中。

此外，麻醉医师需要时刻准备好应付紧急情况,随时制定、修改方案,并进行急救、复苏方案复习、演练。在了解急救用品位置、查阅方式的基础上，结合以往经验，第一时间判断病例潜在风险。

总之，为提高医疗质量，麻醉医师应加强对围术期患者安全的重视，全程防控麻醉意外、麻醉并发症出现。

科学认识帕金森的治疗

▲ 自贡市精神卫生中心 王芬

帕金森综合征和帕金森病是非常相似的两种病症,在医学的临床表现上非常相似，因此在治疗阶段容易忽略其中的差异性。帕金森综合征通常是继发于其他神经系统的疾病，常见的有脑血管病，脑外伤以及颅内炎症等，也可以由其他药物引发。针对帕金森的治疗方式，首先需要对高血压、糖尿病等危险因素进行排除性治疗。另外还需要对危险因素进行有效控制，并进行必要的药物治疗，才能够取得较为良好的效果。

帕金森是神经系统疾病

帕金森病是一种较为常见的神经系统变性疾病，多见于 60 岁以上的老年人，且多为散发病例。家族病史较为少见，只占据总体的不到 10%，主要会引发神经元的变性死亡，引发纹状体内的黑质多巴胺的数量减少而导致发病，目前医学界对该病的病因尚无准确论断。跟患者所处的环境、年龄老化以及遗传等因素有着较大的影响。

帕金森的临床表现

帕金森病的起病较为隐袭，进展十分缓慢，在患病初期，往往表现为活动笨拙，且逐步对侧肢体造成拖累，最主要的临床表现为静止性震颤，运动缓慢，肌强直以及姿势步态障碍，且部分患者同时伴有抑郁、焦虑、睡眠障碍等精神类疾病症状，还有患者出现便秘、尿频等大小便功能障碍。对患者的生活和患者家属产生不利影响。多达 70% 的患者是以震颤为首发症状，且多在上肢远端发生，特别是在静止时最为明显，患者紧张后震颤程度加剧。

另外，对患者的肢体进行检查，其中颈部、躯干以及四肢均有明显的阻力，并且在均匀阻力中会有弯曲软铅管的感觉，患者还会出现运动迟缓等症状,一开始运动困难，主动运动不断丧失，特别是在重复运动过程中。面部表情也逐步减少，出现面具脸。声

调低沉，吐字不清等。

患者还会出现身体平衡性不佳的症状，虽然能自主行走，但容易摔倒。走路时上肢的协调连带动作减少。并且常常会伴有情绪低落、睡眠障碍、焦虑等精神类疾病症状。也是在进行治疗阶段需要特别注意的事情。

针对帕金森患者的治疗和引导

相关护理人员要积极对帕金森病人进行劝导，引导其接受正规治疗。由于患者属于神经系统的疾病，导致身体的运动机能受到危害，在一定程度上限制了患者的行为能力，就会对患者的身心造成不良影响。

这时，需护理人员积极和患者进行沟通，重视对患者的心理进行安抚工作和精神关爱，并且保证其充足的睡眠，避免出现患者情绪紧张。为了能够达到良好的治疗效果，多是采用综合治疗的方法进行，如以药物治疗为主，并配合相应的手术治疗。还要做好康复治疗，恢复性训练等。并通过心理治疗的方法，使患者的各种症状得到明显改善。

患者的用药应该严格按照医嘱进行，首先需要从小剂量开始逐步加大药量，用药在遵循循序渐进的原则上，还应该和患者个体的年龄、身体状况以及经济条件等相适应。帕金森患者的康复也需要充足的营养，如抗氧化营养的食物，富含各种氨基酸、动物蛋白以及维生素等，如蔬菜，大蒜，以及各种肉类等，这些都是帕金森病人需要的营养物质。

患者饮食要相对清淡，并对烟酒以及刺激性食物要尽量避免食用，高脂肪、高胆固醇类食物也应该排除在外。牛奶的饮用也要适量，只有这样才能降低帕金森病症的概率，可多用虾类进行补钙。

总之，在帕金森患者的治疗中，以药物治疗为主，手术治疗作为辅助。并适当的调整饮食，使患者的心理得到有效安抚，积极的参与治疗。