



针灸治疗面瘫的优势

▲绵阳市安州区人民医院 刘晓英

从临床研究中发展，我国面瘫患者人数居高不下，生活中出现面瘫症状的患者越来越多，给患者的正常生活和工作带来了严重的困扰。中医在《黄帝内经》中就有许多记载，人们对面瘫的发病因素、临床症状、治疗方法、病位归经及其取穴、配穴都取得了较大的进展，通过现代研究发现针灸治疗神经损伤和肌肉瘫痪等方面有极大优势。

面瘫的常见症状

面瘫在临床中表现为单侧口眼斜的症状，类似于西医学中的周围性面部神经麻痹。面瘫发病较急，一般情况下，当患者从睡眠中惊醒时，会觉得面部单侧肌肉呆滞、麻木和瘫痪，而且额头纹褪去、眼裂变大、鼻唇沟变浅、嘴角向健侧下垂、患侧无法皱眉、蹙额、闭睛、露齿和鼓颊。西医治疗面瘫主要是改善面部血液循环、消除炎症、缓解水肿恶化程度和调节神经机能的手段。中医认为，面瘫的病发和正气不足、营卫不合、风寒外感邪气入体息息相关，因此在治疗过程

中，应按照温通经络和活血祛风的原则，从而循序渐进的缓解面瘫症状。

面瘫的针灸治疗法

刺灸法 根据祛风散寒和通经活络的原则，针刺患者的太阳穴、地仓透颊车穴、阳白穴、合谷穴和翳风穴。同时针对患者的具体症状进行配穴：如果患者的人中沟歪斜，应配地仓透水沟，如果患者体质比较差，应配足三里穴。具体方法：用毫针平刺穴位，以平补平泻的手法进行，也可以用温灸法，一天一次，一次半个小时，合谷穴采用健侧穴位，一个疗程10次。

电针法 穴位的选择可以参考刺灸法，具体方法：两个穴为分为一组，得气后接通电极的各一端，一次进行1到2组，通电15~20分钟，一天一次，一个疗程10次，并根据患者的耐受情况调节刺激量。需要注意的是，处于发病早期的患者不适合使用电针法。

穴位注射法 穴位注射法也可以参考刺灸法，具体方法：使用维生素B1、维生素

B12或者胞二磷胆碱进行静脉注射，一次注射0.5毫升，一次应选择3~4个穴位，每天一次，或者每隔一天进行一次。

艾灸法 选择患者的翳风穴、颊车穴、阳白穴和合谷穴。具体方法：让患者使用仰卧位，使用清艾条将悬灸点燃，离穴位的2~3厘米处，以潮红为标准，每个穴位做5分钟左右，一天一次，一个疗程10次，应持续治疗两个疗程。

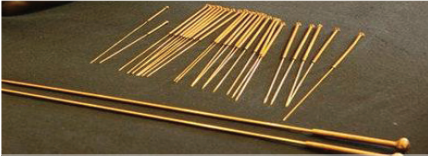
针灸治疗面瘫的优势

效果明显 针灸治疗面瘫的效果已经在许多临床案例中得到证实，而且效果非常明显，不仅能够改善神经功能，减少治疗时间，还能进一步降低后遗症的发生概率，甚至部分程度较轻的面瘫患者只使用针灸就能彻底治愈。使用针灸治疗过程中，通过刺激腭穴，能够改善精气，从而提高患者的机体免疫力和自我康复能力。

操作简单 通过针灸治疗面瘫患者，主要以手阳明经为主，以手足少阳经为辅，先

使用浅刺，7天后再次使用平刺透刺或者电针灸。常用的穴位为风池穴、翳风穴、颊车穴、合谷穴、地仓穴、太冲穴、四白穴、阳白穴、攒竹穴、迎香穴和承浆穴等。针刺风池穴和翳风穴能够疏散风邪；针刺颊车穴和地仓穴、平刺透穴能够促进经气；合谷穴和太冲穴选择泻法治疗；针刺经验穴能够缓解口角歪斜。总的来说，仅使用相应的针具在任何时候都能够进行治疗，不用煎熬药物，不仅操作相对简单，而且还能节约治疗时间。

经济安全 药物一般都会有不同程度的副作用，比如胃肠反应、骨质疏松、皮疹、内分泌失调等，特别是含有激素的药物。而和药物治疗相比，针灸治疗更加经济安全，而且针灸费用通常较低，不用住院治疗，除了针刺处会出现淤青和疼痛以外，并不会出现其他风险和副作用。



骨盆骨折的微创治疗方法

▲凉山彝族自治州第一人民医院 杨忠

骨盆骨折的发生与高能外伤有关，并且具有较高发生率，有研究显示其占全部骨折的1%~3%，表现为局部疼痛/肿胀、下肢活动所限等，同时多数患者伴有多发伤，致残率可达50%~60%，损害患者身心健康，降低生活质量，甚至危及生命安全。外科手术是治疗骨盆骨折的首选。随着当前微创技术的进一步完善、改进，使其在骨盆骨折治疗方面体现出良好的作用价值。然而部分患者并不了解骨盆骨折微创治疗，从而影响治疗方案的合理制定，最终造成病情延误。

骨盆骨折的分类

在生活中，车祸、外伤、严重挤压伤均是导致骨盆骨折的重要原因。骨盆骨折可分为多个类型：（1）分离型，以耻骨联合分离较常见，结合其损伤程度，可分为I、II、III三个亚型；（2）压缩型，以骶骨骨折、半侧骨盆内旋较常见；（3）垂直型；（4）其他。骨盆发生骨折后如若得不到及时治疗，将会引发出血性休克、腹膜后血肿、尿道/膀胱损伤等一系列相关并发症，进而加重病情进展，增加治疗难度，甚至危及生命安全。所以，积极诊治骨盆骨折尤为重要。

骨盆骨折的微创治疗方法

骨盆骨折的治疗原则，根据损伤类型和严重程度的不同，治疗方法的选择主要取决于骨盆环是否稳定和有内脏合并伤。治疗原则首先是防治威胁生命的大量出血与内脏器官损伤，但也要对不稳定的骨盆骨折进行早期复位和持续固定，以利控制骨折的大出血，减轻疼痛和减少脂肪栓塞综合征、弥散性血管内凝血、急性呼吸窘迫综合征等严重并发症。目前临床上常见的治疗方式是外科微创手术治疗，微创技术是在借助先进的电子镜像直观下，观察和诊治体内病灶。微创技术侧重于“治人”，而非“治病”，所以

能够真正达到人性化治疗目的。因此，微创手术成为了骨盆骨折的首选治疗方法，通过以最小切口完成盆腔骨折的复位固定，减轻患者痛苦，快速恢复功能。对于骨盆骨折患者而言，外固定支架固定是一种相对简单、安全、有效的固定技术，能够快速稳定患者骨折部位，减少出血，纠正休克，防治脂肪栓塞。值得注意的是，外固定支架容易引起患者发生钉道感染、螺钉松动等并发症。

盆环微创内固定，包括经皮髂骨翼内固定、经皮耻骨支内固定、经皮骶骨骨折内固定，其中经皮髂骨翼内固定是目前发展前景较好是一种技术，然而操作难度高，容易损害血管、神经，或是造成内固定松动；经皮耻骨支内固定，具有创伤小、术后并发症少及恢复快等优势，目前已成为治疗耻骨骨折的理想方法，减少并发症，促进功能恢复及预后恢复。经皮钢板内固定技术已被广泛用于治疗长骨骨折、骨盆后环骨折，疗效确切，且安全可靠，已受到广大群众的接受、认可。

结合近些年专家结论，认为经皮钢板内固定技术适用于治疗不稳定型骨盆骨折，原因在于该术式符合患者提出的美学要求，再加上并发症少、骨折愈合快，所以能够确保患者尽早康复出院，并恢复正常生活。值得注意的是，骨盆环解剖结构的复杂性、多变性，再加上不同个体患者的差异性，使得微创内固定技术存在一定风险。所以，在实践工作中应当结合实际状况，选择合适的治疗方式，以保证治疗效果。

骨盆骨折的发生，给患者带来了严重的危害，所以积极治疗骨盆骨折尤为重要。微创技术因创伤小、并发症少、疼痛轻、术后恢复快等优势而被广泛用于临床，尤其对于骨盆骨折患者而言，微创治疗可取得令人满意的临床效果。公众应加深对此种疾病的认识程度，并配合医生接受微创治疗，采取合适的内固定技术，改善病情，缓解症状，恢复肢体功能，增强日常生活活动能力，优化生活质量。

胆结石术后的康复护理

▲阆中市人民医院 雷明芬

胆结石是一种比较常见的疾病，又称为胆石症，是指胆道系统包括胆囊或胆管内发生结石的疾病。按发病部位分为胆囊结石和胆管结石。结石在胆囊内形成后，可刺激胆囊黏膜，不仅可引起胆囊的慢性炎症，而且当结石嵌顿在胆囊颈部或胆囊管后，还会引起一系列的并发症。

胆结石的发病原因

喜静少动 上班族以及家庭主妇在办公室和家里呆的时间较长，很少进行相应的体育锻炼，长此以往，不仅会降低囊肌的收缩力，延长胆汁的排空时间，而且会出现胆汁出现堆积以及胆固醇结晶析出的情况，导致胆结石的出现。

肥胖者 体重超过正常范围并且喜欢食用高脂肪、高蛋白以及高胆固醇的人们更容易患有胆结石，胆结石发作的重要原因之一就是肥胖以及体重严重超过正常标准。

不吃早饭 当人们处于长期不吃早饭的状态中时，胆汁的浓度就会有所增加，从而为细菌提供一个有利的繁殖条件，促进了胆结石的形成。如果人们有坚持吃早饭的习惯，不仅可以使胆汁流出一部分，而且可以降低胆汁的粘稠度，降低人们患有胆结石的概率。

餐后零食 饭后坐卧时，腹腔内压就会有所增大，从而影响了胃肠道蠕动功能，当然这也会影响胆汁的排泄以及食物的消化，而且饭后久坐可能会导致胆固醇和胆汁酸出现比例失调的情况，从而成为胆结石的发病诱因。

肝硬化者 主要和体内的雌激素灭活功能降低相关。当雌激素灭活功能降低时，就代表患者体内有着较高的雌激素，再加上肝硬化病胆囊收缩功能低下、胆道静脉曲张等种种因素，从而导致肝硬化患者容易患有胆结石。

胆结石的治疗方法

腹腔镜胆囊切除术 目前治疗胆结石最有效方法是腹腔镜胆囊切除术，但是者会完全丧失胆囊的生理功能，而且可能还会出现胆汁反流

性胃炎、胆囊术后综合征等一系列的并发症。

保胆取石术 保胆取石术主要是指通过传统手术将胆囊内的结石取出来，保留患者胆囊的办法。虽然这种方法保留了胆囊的生理功能，但是没有改变产生结石的内在环境，因此患者在完成手术后还会有较高的复发率。

药物治疗 “熊去氧胆酸”是一种患者通过口服药物溶化结石的办法，但是只有少数纯胆固醇结石的患者才能使用这种方式，而且需要服用很长时间的药物才能达到较好疗效。此外，虽然各大药店有着种类繁多的治疗胆结石的中成药，但是它们只能起到减轻症状的作用。

体外震波碎石 在临床中体外震波碎石属于一种微创方法。但它只能粉碎像含钙量高的尿路结石一类较为坚硬的石头。由于胆结石有着较高的胆固醇量，质地较软，很难通过体外震波粉碎它们，治疗效果较为有效，而且有着较高的复发率，还可能对肝脏造成损害，因此一般不会在临床中推荐使用这种方法。

胆结石术后护理措施

患者需要在手术后24小时后，出现排气现象并没有恶心呕吐的症状才可进食。当患者伤口未出现渗液时，只需要保持伤口的清洁干燥。如伤口处较为潮湿，则需要每天对其进行消毒，再用纱布对其进行包扎。患者在做完手术后需要住院三到五天后方可出院，在伤口愈合较好的情况下一周后方可拆线。

患者需要选择选择高蛋白、高维生素、低脂并富含营养的食物，例如豆腐、蔬菜、瘦肉等等。同时患者禁止食用辛辣刺激食物，例如辣椒、酒、浓茶等。除此之外，患者不能暴饮暴食，这在对肠胃带来负担的同时，还会对伤口的愈合情况造成影响。

患者在病情稳定后可以适当的进行体育锻炼，不仅能够强身健体增强抵抗力，而且有利于患者病情的恢复。当然，在进行锻炼的时候，患者要从自己的身体状况出发量力而行，如果过度锻炼反而不利于患者的恢复。