

中医标本兼治慢性萎缩性胃炎

▲ 绵阳市中医医院 赵淑妙

慢性萎缩组织及腺体萎缩、粘膜变薄、粘膜肌层增厚，部分患者伴随肠上皮化生、不典型增生等病变，该病的发生与胃癌有密切相关性，因此临床研究指出有效防治该病可降低胃癌的发生率。

目前西医对该病主要采取保守治疗，但长期药物治疗容易引起多种不良反应，且复发率高。因此需要寻找更加有效的治疗方案。

中医里无慢性萎缩性胃炎这一疾病名称,主要是根据患者的症状归纳至“胃脘痛”、“胃痞”、“胃胀”的范畴，中医对该病有着丰富的诊疗经验，且中医药治疗具有较好的疗效与安全性，因此近些年来得到了推广应用。

中医对慢性萎缩性胃炎的认识

慢性萎缩性胃炎的临床症状与中医中“胃脘痛”“胃痞”“胃胀”的相关论述相似，中医认为该病与正气不足、时感外邪、内伤饮食、疲劳过度等因素有关，传统医学将其大致总结为以下病因：（1）时感外邪、

胃气亏虚；（2）情志失调、肝气郁结；（3）饮食不节、食积痰浊。《医学传灯》中指出“人之有脾胃，犹地之有土也，万物生化于土，而人之五脏六腑，大经小络，以及皮肉筋骨，无不资生于脾胃，一身之要物也，盖命门真火，乃父之精气”，中医认为脾胃虚弱是该病的主要病机，脾胃病变导致气血不足，加重疾病发展，并影响胃黏膜的屏障功能，导致胃黏膜破坏，引起该病发生。

中医治疗方法

目前中医辨证治疗慢性萎缩性胃炎中以脾胃虚弱证、肝胃不和证、气虚瘀热证、胃阴不足证较为常见，脾胃虚弱证可选择健脾益气汤治疗，肝胃不和证则多选择疏肝和胃汤治疗，气虚瘀热证可使用益气清热活血方治疗，胃阴不足证则采取滋阴养胃汤治疗。

脾胃虚弱证患者需要采取健脾益气的治疗原则，采用药物包括党参、白术、半夏、茯苓、砂仁、陈皮、广木香、甘草；其中党参、白术具有健脾益气的功效，茯苓、砂仁具有

利水渗湿、健脾养胃的功效，半夏具有降逆消痞的功效，木香、陈皮具有理气止痛的功效；甘草则可以调诸药，共同发挥药效。

肝胃不和证患者则需要采取疏肝和胃的治疗原则，所选药材包括柴胡、陈皮、枳壳、白芍、香附、合欢皮、郁金、延胡索、川楝子；其中柴胡具有疏肝理气的功效，陈皮、枳壳、香附、延胡索、川楝子具有理气止痛、疏肝解郁的功效，白芍具有柔肝止痛、平抑肝阳的功效，郁金、合欢皮具有宽中宁神的功效，诸药合用可改善患者胃脘痛、反酸、嗝气等症状。

气虚瘀热证患者需要益气清热活血方的治疗原则，选用药材包括黄芪、白术、薏苡仁、黄芩、莪术、仙鹤草、半枝莲、蛇舌草；其中黄芪、白术具有益气和胃的功效，薏苡仁可以健脾除湿，黄芩清热解毒，莪术、仙鹤草可行气破血，半枝莲、蛇舌草清热化瘀，上述药物的联合应用可改善患者的口苦口干症状，改善患者生活质量。

胃阴不足证患者则采取滋阴养胃的治疗

原则，选取配方包括沙参、麦冬、玉竹、白芍、佛手、石斛、百合、甘草；其中北沙参、麦冬、玉竹、石斛、百合等，这几种药物均有滋阴养胃的功效，可改善胃虚热；白芍具有收敛止痛的功效，佛手具有理气和中的功效，并且可以改善胃功能；甘草可调诸药，共同发挥药效。

中医辨证治疗主要是针对不同证型的患者采取补气通滞、祛湿化痰、清热滋阴等治疗方法，从而改善患者的临床症状，避免患者的疾病进一步发展，达到标本兼治的效果。

中医认为慢性萎缩性胃炎的病位在于脾胃，与正气不足、邪毒入侵有关，因此需要采取辨证分型的治疗方法，对于不同证型的患者采取不同的治疗药物，达到标本兼治的效果，从而改善患者的预后情况。

中医认为慢性萎缩性胃炎的病位在于脾胃，与正气不足、邪毒入侵有关，因此需要采取辨证分型的治疗方法，对于不同证型的患者采取不同的治疗药物，达到标本兼治的效果，从而改善患者的预后情况。

正确认识高血压的危害和治疗

▲ 南充市高坪区人民医院 任飞

随着人们生活习惯的变化，高血压发病率逐渐提升，对人体健康威胁极大。

高血压的危害

在高血压患病前期，常会出现头痛、眩晕、恶心呕吐、心悸气短等症状，随着病情不断发展，高血压危害也会逐渐加重，中后期的高血压。首先，会对患者的血管造成损伤，会加重患者全身小动脉硬化；其次导致心、脑、肾等重要器官发生严重的功能损伤，另外也可能导致动脉粥样硬化。其次，会对心脏的损伤，血压持续偏高，会使患者心脏负荷加重，容易导致心室肥大、高血压性心脏病、冠心病等疾病；再次，会对脑部产生影响，导致脑出血、脑梗塞等疾病出现；最后，还可能会影响患者的肾功能，造成肾萎缩。

高血压发作还会引发各种并发症，进而对患者生命健康安全造成更大的威胁。其中，脑血管疾病是高血压常见的并发症，尤其是脑出血。肾脏病也是由高血压引发的肾小动脉硬化，导致的肾功能减退，随着病情的发展，可能会进一步演变为氮质血症或尿毒症。

猝死是临床上最为紧急的状态，主要表现为突然性呼吸停止、心脏骤停、意识丧失等，且患者可能在1小时内死亡，高血压患者血压长期处于较高的状态，就可能会导致患者左心室肥厚，进而引发心律失常、冠心病等疾病，是猝死的高危因素。

高血压的治疗措施

由此可见，高血压对患者的身体健康有着极大影响，甚至会影响患者生命安全。因此，高血压要尽早治疗，高血压治疗的主要目标是将血压降低到症状水平，同时确保血压稳定，减少高血压患者心、脑血管发病风险。降压治疗是基础治疗，主要是以控制患者血压为目标，在治疗方法的选择上，是综合性的。

首先需要患者养成良好的生活习惯，在饮食上尽量吃一些清淡的食物，减少盐

分摄入，适当增加运动，缓解自身压力。纠正自己的不良生活习惯，从而改善血压状况。

其次血压控制的标准与患者自身疾病的病因有一定差异，高血压的发病机制有所不同，因此在治疗上应当区别对待，根据患者实际情况，选择合适的药物与剂量，从而获取更好的治疗效果。

药物治疗是效果最直接的一种治疗方式，对于已经检测出高血压的患者，应该推荐其使用维持治疗的降压药，尤其是每天给药1次，就能够实现24小时血压控制且能达到标准的药物治疗。在服用药物时，应当遵循以下几个原则：从小剂量药物开始服用，同时尽量选择长效药物，在治疗上选择联合用药以及个体化治疗。常见的降压药物一般分为5种，即利尿剂、β受体阻滞剂、钙通道阻滞剂、血管紧张素转换酶抑制剂以及血管紧张素Ⅱ受体阻滞剂。

在具体用药上，需要根据患者实际状况，以及患者的危险因素，选择合适的药物治疗方案，在药物选择上需要遵循以下几个原则：

（1）若使用的是半衰期24小时以上及每日服用一次能够24小时控制血压的药物，例如氨氯地平，在使用上需要避免因为治疗方案选择不当而导致的清晨血压控制不佳的后果。

（2）若使用相对安全，且能够长期坚持，并可以24小时进行血压控制的药物，在使用时，需要注重提高患者的依从性，从而确保其能够按时、按量长期坚持服用药物，确保血压的稳定控制。

由此可见，高血压疾病具有较大的危害性，且高血压的发作引起各种并发症，因此需要加强对高血压疾病的重视，若发现有高血压情况，需要及时治疗，调整自己的生活状态，纠正不良生活习惯，结合病情，选择合适的降压药物。同时需要提高患者服药依从性，坚持长期、按量服用药物，确保对血压的稳定控制，降低心血管疾病发生的概率。

尿路结石预防四部曲

▲ 仪陇县人民医院 陈复飞

尿路结石是一种常见的结石病，该病属于慢性疾病，随着结石逐步增长，结石体积不断扩张，结石会逐步堵塞患者的尿路，尿路堵塞后，尿液无法正常排出，继而导致患者排尿功能障碍，诱发严重疼痛症状。若堵塞情况比较严重，患者疾病还会发展为尿毒症，威胁患者生命安全。现代大部分人有较强的健康意识，多会在不适症状发生后，第一时间前往医院诊疗。但要注意的是，在治疗尿路结石后，患者还要做好四件事，促进身体康复，预防结石反复发作。

养成多喝水的好习惯 尿路结石不是突然形成的，而是经过一段时间的积累，结石逐步扩大，结石直径不断增加，继而形成大结石，堵塞患者的尿道，从而诱发排尿功能障碍以及疼痛等多种不适症状。从这一过程可以发现，结石形成有一个比较漫长的过程，是从小结石逐步转变为大结石，只有大结石才能促使尿路结石发病。

基于这一特点，主治医师应指导患者多喝水，增加日常排尿量与排尿次数，促使尿路中的小结石顺着尿液排出人体，避免小结石有机会形成大结石，从而避免大结石堵塞尿道。

多喝水还能有效预防结石沉积尿道，减少结石嵌顿。喝水量少、长期久坐群体，很容易发生尿路结石，应对这一类群体要进行教导，督促此类群体多喝水。

若患者已经确诊尿路结石，并在医院进行规范治疗，每天的饮水量也需控制在2000ml以上，所饮用的水最好是温水，不要喝茶水，预防矿物质进入尿路，加重尿路结石不适症状。

避免饮食危险因素 饮食也是促使尿路结石形成、反复发作的主要因素。患者在治疗疾病期间，应尽可能明确自身结石的实际性质，基于相应结石，明确饮食方面的禁忌。如草酸钙结石患者须减少菠菜摄入，这种结石是最常见的尿路结石患者。

患者不仅要多喝水，还需减少菠菜等

富含草酸的食物摄入，并且要限制盐以及蛋白质的摄入。尿酸结石患者必须控制嘌呤食物的摄入量，同时减少动物内脏、红肉、红酒、啤酒等高嘌呤食物的摄入。感染性结石患者则需积极控制感染，尤其是女性患者。患者不仅需要补充足量水，还需明确感染病原体的实际类型，积极控制感染，将结石一一清除，才能有效预防尿路结石复发。胱氨酸结石属于遗传性结石，患者很小的时候就会发作，疾病难以彻底根治，容易反复发作。充分做好预防措施，则可有效预防结石的发生。所以，患者家属需督促患者多喝水，保证每天尿量达到3000ml以上，尽量使用谷物、蔬菜等低蛋白食物。若患者属于生长发育期，还需注意补充其他营养，避免生长发育受到影响。

控制盐的摄入 人每天都要摄入盐，而盐是通过人体肾脏进行代谢的。若患者经常食用含盐量过高的食物，肾脏负担会明显加重。若患者本身有尿路结石，在这种情况下病情会加重，若患者无尿路结石，发生尿路结石的概率明显升高。若患者本身在服用抗结石药物，食用过咸食物，不利于药物代谢，并且会影响药物疗效，影响疾病治疗效果。

所以，尿路结石患者需严格控制盐的摄入量，避免盐摄入量过多影响疾病治疗。

适当运动促进结石排出 尿路结石患者每天要维持一定运动量，促进机体新陈代谢，增加机体血液循环，加速人体尿道小结石的排出。建议患者进行跳绳等活动，这种跳跃性活动可促进尿路中的小结石活动，避免小结石始终附着在尿路上，可促使结石顺着尿液排出。

若患者的结石直径在0.7cm及以上，或是有急性嵌顿性结石存在，则需及时进行手术取石，避免结石始终在尿路中发挥作用，诱发不适症状，影响患者的身心健康。

总之，尿路结石发生后，不仅需要积极进行规范性治疗，还需多喝水、科学饮食、控制盐摄入，适当运动，促进机体康复。