焦作日报
Traditional Chinese Medicine Journal
2014年3月13日 星期四
第64期

焦作日报社 焦作市卫生局 焦作市中医管理局 焦作市中医院 主办 北京中医药大学东直门医院 河南中医学院第一附属医院 协办

总策划:徐书立
特邀统筹:宋胜利
特邀编辑:殷明翔
统　　筹:金珊珊
编　　辑:陈　琦
组　　版:张　震
校　　对:梁秋菊　韩　雪
专刊热线:2923505
2107780

中医动态

今年的政府工作报告提出,“为了人民的身心健康和家庭幸福,我们一定要坚定不移推进医改,用中国式办法解决好这个世界性难题”以及“扶持中医药和民族医药事业发展”。对此,全国政协委员、国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长王国强表示:

“中国式办法”离不开中医药

“深化医改4年多,中医药全面参与,在我国基本医疗卫生制度建设中发挥了越来越重要的作用,‘中国式办法’离不开中医药。”王国强说,“因此,对包括民族医药在内的中医药行业来说,必须提振精气神,充分发挥特色优势,在深度参与医改中凸显中医药的地位和作用。”

王国强说,李克强总理在所作的政府工作报告中提出“扶持中医药和民族医药事业发展”,与多年来政府工作报告一脉相承,充分发挥中医药和民族医药在防病治病中的重要作用也再次得到了强调,是深化医改“中国式方法”的重要内涵。

中医药具有简、便、验、廉的特色优势,在缓解“看病难、看病贵”方面作用突出。中医药历经数千年实践、传承和发展,植根于中国人的生存环境、生活方式、文化心理,是中华民族疾病防治经验的积累和生命健康智慧的结晶。中医药作为防治疾病的有效手段,对疾病的认知方法和治疗理念,与当今健康观念的深刻变化和医学模式的深刻变革趋势是一致的。中医药学中的“天人合一”“以人为本”“辨证论治”“大医精诚”“个性化诊疗”以及“防重于治”“治未病”理念,已获得越来越广泛的认可。

王国强说,近年来,中医药系统确立“整体思维、系统运行、三观互动、六位一体、统筹协调、科学发展”工作机制,全面参与深化医改,在中医医疗、预防保健、人才培养、科技创新、产业发展、文化建设和海外发展中形成了一体化发展新格局。但是,制约中医药发展的体制、机制和政策问题依然突出,中医药发展还面临着新矛盾、新困难、新挑战,如特色优势发挥不充分、继承不够、创新不足、中医药人才匮乏、人才培养与临床需求脱节、中医中药发展不相协调、中医药立法滞后等问题,都亟待进一步深化改革。对此,王国强表示,应进一步做好顶层设计工作,将中医药发展纳入国家战略,在国家经济社会发展大局中,完善中医药事业发展的政策和机制,有力促进中医药发展,在深化医改中充分发挥中医药作用,坚持中西医并重,用“中国式办法”解决好这个世界性难题。

新　华

“中医儿科真给力”

——市民走进市中医院儿科参观纪实

本报记者 朱传胜

闻药香可以治病、针刺穴位可以消食、推拿能退烧……3月7日,“市民走进中医院”参观团来到市中医院儿科,再一次被神奇的中医疗法所吸引。

穴位贴敷魅力大

“王主任,这两天孩子有点儿咳嗽,听说你们这里有化痰止咳的膏药,你看能不能贴?”3月7日下午,参观团成员一行6人刚来到市中医院儿科病区,就听到有孩子家长这样问道。

见到参观团的到来,该科主任王宏霞从忙碌的工作中挤出时间,将参观团成员带到了医生办公室。“刚才那位家长问的是我们科开展的穴位贴敷疗法,效果可不错了,目前受到不少家长的追捧。”王宏霞向大家解释,“穴位贴敷疗法是以中医经络学说为理论依据,把药物研成细末,以水、醋、酒、油等为基质,制成软膏、饼剂或薄膜,直接贴敷在穴位或患处,是一种用来治疗疾病的无创痛外治疗法。”

为了向参观团成员展示中医的魅力,王宏霞现场为一名患有呼吸道感染疾病的小女孩进行了穴位贴敷。只见该科护士长把一个白色的圆形小膏药贴敷在她的肚子上,治疗就算结束了。

“通过穴位贴敷,以前一有病就输液的患者,现在吃点儿药就好了,还有的患儿通过穴位贴敷,能够有效缩短病程……避免了扎针、灌肠等不易被患儿接受的治疗方法,减轻恐惧心理,有助于患儿早日康复。”王宏霞颇有信心地说。

药枕香味能治病

闻香就可防病、治病,你信吗?

在王宏霞的介绍中,参观团成员得知该科研制了一种可以通过闻药香来防病、治病的药枕后,都期待着能看一看、闻一闻。

随后,王宏霞安排护士长将药枕取过来,满足大家这个愿望。不过,当护士长回来时,手里并没有拿枕头,而是拿着一个装着中药的透明塑料袋。“这就是药枕的核心部分,装在家里的枕头里,就是药枕了。”王宏霞解释道,“尽管塑料袋是密封的,但中药散发的药香味却非常浓烈。孩子枕在药枕上,药物通过呼吸进入体内,可以起到预防的作用。如果孩子患上了呼吸道疾病,用药枕也能起到辅助治疗的效果。”

介绍过药枕后,王宏霞把它递到参观团成员的手里,让大家用鼻子闻一闻。果然,一股浓烈的药香味扑鼻而来,令人神清气爽。除了药枕外,护士长的手里还拿着一个香囊,里面装着一小袋中药。王宏霞说,这个香囊与药枕都起到一样的作用,不同的是,香囊可以白天佩戴在孩子的胸前,便于携带。

该科医生正在为患儿进行推拿治疗。　本报记者 **朱传胜** 摄

自制中药效果好

在参观儿科时,参观团成员发现,作为中医儿科,该科的西医设备也很齐全。不但如此,该科还组建了新生儿重症监护室,拥有新生儿恒温培育箱、蓝光箱、红外线辐射抢救台、微量输液泵、心电监护仪、CPAP呼吸机、特定电磁波治疗仪等设备,在婴幼儿重症监护抢救方面,达到全市领先水平。

“在西医上,我们做到‘人有我有’;在中医上,我们做到‘人无我有’。”王宏霞说,“经过多年的临床实践,在我们科几代人的努力下,独创了不少临床效果颇好的制剂,如针对小儿肺热咳嗽研制的糖浆制剂——清热止咳化痰汤(原名清肺止咳糖浆);针对新生儿黄疸研制的中药制剂——退黄合剂;针对小儿厌食研制的中药制剂——厌食冲剂。此外,还有宣毒合剂、清解退热合剂、三黄感冒合剂、葛根清热合剂、导赤合剂、清热止泻合剂、五苓健脾合剂、风热感冒合剂等10余种中医制剂,这些制剂经过临床实践,效果都非常好。”

为了让参观团成员有一个直观的印象,王宏霞将大家带到一间房间里,打开一个柜子,里面全部是该科研制的中药制剂。“这里的自制中药咋恁多?”“这个是治疗呼吸道感染的吗?”“那个能治疗什么病?”……面对参观团成员提出的众多问题。王宏霞耐心地进行了解答。“真想不到,中医院儿科的实力这么强。”参观团不少成员对此感慨不已。

外治疗法真神奇

随后,在王宏霞的安排下,参观团成员又观摩了儿科推拿疗法。一名患有肺炎的小女孩在妈妈的陪伴下正在接受推拿治疗。只见该科医生先按摩女孩的手部,再揉按肚子,然后捏脊。“小儿推拿是运用各种推拿按摩手法,对小儿进行疾病防治、强身健体的一种中医外治疗法,对防治小儿腹泻、便秘、发热、咳嗽、厌食等病症,疗效相当不错。”怎样揉肚、如何捏脊……在观摩现场,参观团成员还就小儿推拿手法进行了交流切磋。

参观团成员田军说,她的孩子小时候生病几乎都是看中医,不仅没有副作用,还不用受打针的苦。

第一次参加“市民走进中医院”活动的陈女士有一个12岁的孩子。“针扎四缝穴是治疗孩子积食的最佳方法;常揉孩子肚子可缓解肠痉挛;常给孩子捏脊不但可以防治疾病,还有增强体质的效果……这都是我今天所学到的,真没有想到,此行收获还挺大的,中医儿科真给力。”陈女士非常兴奋地说。

参观结束时,参观团成员表示,中医儿科的一些外治疗法非常神奇,希望更多的家长能认识它、了解它,从而造福更多的患儿。

活动预告

下一期,“市民走进中医院”活动将带你走进市中医院血液肿瘤科。在这里,你可以详细了解中医在治疗血液病、风湿病、肿瘤等疾病方面都有哪些专长和优势。如果你有兴趣,可以拿起电话,拨打13598538802或13603918692报名,凡报名参加者都有精美礼品相送。

记者带你学中医

春季护肝正当时

本报记者　孙阎河

经过一个冬天的积蓄,花草树木开始在春季焕发出无限生机。按照中医五行理论,五脏中属木的肝脏在这个季节处于极其旺盛的状态,是养护肝脏的大好时机。那么,春季到底该如何养护肝脏呢?近日,记者走访了市中医院内四科主任张春雷。

说起养肝的话题,张春雷从4个方面进行了介绍,肝藏血,养护肝脏首先要养肝血。现在,有很多人经常熬夜,或长期在电脑前工作,或睡眠质量不好,常常会出现肝血亏虚的现象,如便秘、眩晕、缺钙、容易抽筋、月经量少或色淡、眼睛干涩等。肝脏在晚上11时至次日3时最兴盛,根据中医理论,人卧则血归肝。也就是说,当人躺下时,各个脏腑的血液都经过肝来完成解毒任务。如果在这个时间段人们还在忙于工作和学习,就会使其他脏腑也处于相对兴奋状态,不能够使各个脏腑的血液及时进入肝解毒。

其次,调情志。中医认为,肝主情志,所以保持一个良好的心态是养肝血的一个好方法。当心情不好时,尽量去找一个可以诉说的人或找一种可以发泄心中郁闷的方式来疏泄这种坏情绪,不要憋在心里。此外,遇到不痛快的事心里难受时,可以尝试“嘘肝”法。具体做法为:面对绿色的树木,口发“嘘”的声音,缓缓地、深深地吐出一口气,直到心情好转为止。经常伏案工作的白领一族,可以在自己的电脑旁边放一盆常青植物,如芦荟等,可以养眼舒肝。

第三,节饮食。这里说的节饮食不是少吃或者不吃,而是要戒酒、戒烟及避免吃一切对肝有损害的食物和药物,多吃清淡、青色的食物。中医认为,肝主青色,青色如肝经。青色的食物可以起到养肝的作用,而辛辣、刺激、油炸的食物会增加肝的负担。

第四,慎劳心。多休息、会休息,有节奏地工作和生活,不能劳累;知足常乐,用平和的心态为人处世。

最后,张春雷给大家介绍了几种护肝的食物。素焖扁豆,适用于老人、孕妇以及高血压、冠心病、脑血管病患者服食。黑米粥。黑米性平味甘,含15种氨基酸及多种维生素,能益肝补脾、养胃滋肾,适用于肝肾虚损、产后体虚者食用。红枣粥。红枣具有补气血、益肝、健脾、和胃,温补阳气等功效,适用于气血不足、血小板减少、贫血、慢性肝炎、营养不良等人群食用。

保健养生

胃火太大　嘴巴变臭

最近,今年15岁的小波可是大饱口福。在外打拼多年的叔叔衣锦还乡,几乎天天召集亲戚们聚餐,小波也是吃得肚儿圆才回家。可过了不久,小波的妈妈发现他嘴巴里的味道很难闻,有时一张口就能熏到自己。妈妈以为是小波不认真刷牙造成的,就天天盯着他刷牙。过了几天后,他的口臭症状不仅没有减轻,还长了口腔溃疡。

事实上,除了刷牙不到位等原因,如今不少人的口腔异味都与饮食有关。随着生活条件的改善,很多人天天大鱼大肉,还喜欢在晚上聚会、吃大餐。殊不知,吃得太多、太杂,再加上作息时间不规律,食物没有经过充分消化,很容易堆积在体内,导致中医所说的胃火炽盛。而辛辣烈酒、膏粱厚味或食积不化等不良饮食习惯,都会助火生热,使邪热犯胃,轻者出现食欲下降、口干口苦、舌红、少苔等症状;重者导致上腹疼痛、牙龈肿痛、严重口臭、口腔溃疡、便秘等症状。

因此,要想保持口气清新,首先要灭掉胃火。一方面,生活中要管住嘴,进餐不宜过饱,尤其是晚餐;少吃火锅、辣椒、胡椒等辛辣食物以及高脂肪、高热量食物;远离烟酒;适当食用一些润胃凉血的食物,如冬瓜、萝卜等。另一方面,保证生活规律和充足的睡眠,平常注意多喝水;坚持饭后漱口,早晚刷牙;睡前不要吃太多零食;积极防治便秘,保持大便通畅等。

小　新

让患者康复是她们最大的心愿

——记市中医院康复科护理团队

本报记者 梁智玲

“7床的大伯昨天迈出右腿走了一步、15床的阿姨今天张口说话了、9床的小伙子今天情绪不错……”这些发生在患者身上的变化,是市中医院康复科护士每天最高兴,也是最自豪的事情了。在这里进行康复治疗的患者,也十分乐意与护士分享自己的进步,以便进一步调整康复治疗方案。

3年前,20多岁的小王在工作时不慎高空坠落,造成颅脑严重损伤,在其他医院治疗了一个多月后,仍然不会行走,意识模糊。在家人的帮助下,小王被转到市中医院康复科进行治疗。该科医生结合小王的病情,制订了一整套康复治疗方案,包括艾灸、推拿、理疗、针灸等;该科护士则遵照医嘱每天对小王进行康复护理。“中医康复护理对护士的要求很高,就拿针灸来说,如果穴位选择得不准确,效果就会大打折扣。”该科护士长马晓芬说。

经过近3个月的康复治疗,小王慢慢有了意识,并开口说出了第一句话:“谢谢你们。”那一刻,该科护士流下了激动的眼泪。随后,在护士的精心护理下,小王的肢体有了知觉,在家人的搀扶下可以慢慢行走了。这时,该科护士又将护理重点放在情志护理上,通过语言、眼神、行为帮小王克服自卑和焦虑的心理,努力配合下一步的康复治疗。

据了解,市中医院康复科设置了针灸、推拿、康复理疗3个区域,拥有中频治疗仪、吞咽功能障碍治疗仪、痉挛肌治疗仪、经皮神经电刺激仪、肌电刺激仪、神经网络重建仪、超声波治疗仪、五官超短波治疗仪、空气波压力循环治疗仪、电动起立床、微波治疗仪、电脑中频药物导入仪、中药经络诊断仪、股四头肌训练仪、超短波治疗机、重锤式髋关节训练器等一系列康复治疗及训练设备。

该科护士正在为患者进行中药雾化治疗。　本报记者 **梁智玲** 摄

一次意外过后,吴女士出现了严重的尿潴留症状,反复使用尿管导致她的多项身体指标出现异常。治疗一段时间后,效果仍然不理想,经常出现尿急、不能自主排尿等症状。吴女士到市中医院康复科接受治疗后,该科护士遵照医嘱,运用穴位艾灸、中药熏蒸等方法对她进行治疗。经过一段时间的治疗后,吴女士的自主排尿意识增强,效果很好。“花最少的钱,治好了困扰我很长时间的病,这里的护士不仅态度好,手法也到位,我很满意。”吴女士说。

记者在采访中得知,该科十分注重将现代康复理念和传统康复治疗技术相融合,建立了系统的中西医结合康复治疗体系,包括物理因子治疗、运动治疗、作业治疗、中医传统康复治疗等50多种治疗项目,探索出一套科学的、系统的康复治疗模式。开展的中医传统疗法,如针灸、推拿、穴位注射、中药熏蒸、按摩整复、拔罐、艾灸、小针刀、穴位埋线等,对治疗脑血管意外、中风后遗症、各类颈肩腰腿痛、风湿类疾病、三叉神经痛、面神经麻痹、颈腰椎盘突出症、骨质增生、肌肉劳损、扭挫伤、骨关节炎、坐骨神经痛、肩周炎、网球肘、筋膜炎、带状疱疹后遗神经痛、颞关节炎、失眠、呃逆、便秘、慢性子宫内膜炎、盆腔炎等病症,效果很好。

“这里的护士个个都是护理高手,精通各种康复仪器的定向护理。我们在这里进行康复治疗很放心,效果也不错。”采访时,一位正在进行走姿锻炼的脑中风后遗症患者说。

先住院 后缴费

焦作市中医院于2012年4月30日开始,对新农合病人和医保(城镇职工基本医疗保险、居民基本医疗保险)病人实行“先住院、后缴费”新型服务模式。市中医院竭诚为广大市民提供更加优质的服务。

东直门归来活发展

中西医结合疗法:还你一个挺直的脊梁

本报记者 梁智玲

30多岁的夏先生从四川来我市一家建筑工地打工,在一次施工过程中不小心从3米多高的地方坠落。“双脚及臀部先着地,突然感觉到腰背部疼痛,腰直不起来,活动受限。”夏先生回忆道。

随后,夏先生被120急救车送到了市中医院。该院骨伤分院脊柱神经外科主任毋中安为夏先生进行诊断后发现,他的腰二椎体爆裂、骨折并双下肢不全瘫,情况十分危急。“马上进行手术治疗。”毋中安说。通过手术进行骨折复位、钉棒系统内固定后,夏先生的病情稳定下来。

为了让夏先生的病恢复得更快,毋中安又通过辨证施治,为他开出了“活血汤”,每日服用。1个月后,夏先生可以扶双拐下床行走了;经过3个月的康复锻炼,夏先生可以自己行走了。

毋中安认为,夏先生的病能恢复得这么好,主要得益于对其运用中西医结合疗法。“手术做得精准,再加上中医辨证施治及专业的康复锻炼,效果事半功倍。”毋中安说。

在市中医院的安排下,毋中安与科室其他人员一起到北京中医药大学东直门医院进修学习,对脊柱神经外科疾病的治疗又有了新的认识和了解。“目前,脊柱神经外科的患者很多,很多人被腰椎、颈椎病折磨得痛不欲生,又苦于找不到合适的治疗方法。然而,中西医结合疗法可以最大限度地减轻患者的痛苦,效果很好。”毋中安说。

据调查显示,目前我国有脊柱疾病的人群呈逐年上升趋势。随着病情的发展,很多患者患上了严重的并发症。市中医院骨伤分院脊柱神经外科以治疗脊柱相关疾病为特色,根据脊柱病的生理、病理及治疗特点,制定了一整套科学、系统的诊疗方法,并应用于临床,效果很好。目前,焦作市脊柱病微创中心、焦作市中医正脊中心均设在该科。

毋中安从事中医骨伤科临床研究30余年,现任省中医学会推拿专业委员会常务理事、中国颈肩腰腿痛研究会河南分会常务理事、焦作市骨科专业委员会常务委员,擅长利用现代诊断技术与临床经验相结合,治疗骨伤科疑难杂症、颈肩腰腿痛疾病、创伤性疾病。目前,脊柱神经外科在采用中西医结合疗法诊治脊柱、四肢创伤骨折脱位,脊柱畸形,脊柱肿瘤以及采用传统中医手法治疗颈椎综合征,采用传统中医疗法治疗强直性脊柱炎及退行性脊柱炎等方面,具有独特的诊疗方法和治疗经验。

芡　实

芡实,俗称“鸡头果”,与菱角、莲藕、荸荠并列为四大水生蔬果。中医认为,芡实性平,味甘涩,入脾、肾经,具有益肾固精、补脾止泻、祛湿止带的功效。古药书中说芡实是“婴儿食之不老,老人食之延年”的粮菜佳品,具有补而不峻、防燥不腻的特点。

作为一种常见的中药材,芡实因具有收敛固精等功效,适用于慢性泄泻、小便频繁、梦遗滑精、妇女带多腰酸等。在日常生活中,芡实的最佳食用方法是煮粥,一般人群均可食用,尤其适宜白带多的女性、体虚尿多的儿童、小便频繁的老人、遗精早泻者、慢性腹泻者、慢性肠炎者。需要提醒的是,由于芡实有较强的收涩作用,便秘、尿赤者及妇女产后皆不宜食用。

本报记者　梁智玲　整理