

名中医说

70岁老太与老伴儿拌嘴了,吵得很凶,她很生气—— 总感觉腹部有一股气往上冲 这是患了“奔豚气”

□记者 王振华 通讯员 刘晓霏

■受访专家:李鸿亮 市第一中医院康复科主任

病例:

家住偃师的张老太,今年70岁,一个月前在家与老伴儿因为生活琐事拌了嘴。当时,两人吵得很凶,张老太很生气。到了第二天,她突然出现咽喉部发紧的症状,老觉得肚子里有一股气往上冲,还感觉胸闷,严重的时候喘不过气来,“有一种濒死的感觉”。

看到她这个样子,老伴儿非常后悔跟她吵架,赶紧去买来速效救心丸,喂她服下之后,症状缓解了不少。同样的情况在接下来的几天里相继出现,有时一天还发作好几次。这可吓坏了张老太一家人,他们赶紧把她送到医院,但是到几家大医院做心电图、心脏彩超、胸部CT等检查后,均没有什么异常,后来经人介绍来到市第一中医院就诊。

诊断:

经检查,李鸿亮发现张老太神志清楚,语言流利,时有叹息,咽干,咽腔轻度出血,咽后壁无滤泡;心肺、剑突下无压痛,肝脾、四肢肌力肌张力正常,双下肢无水肿;饮食正常,大小便正常。她舌质淡,苔薄白,脉沉弦。李鸿亮辨证为少阳厥阴合病,中

医上诊断为“奔豚气”。

药方:

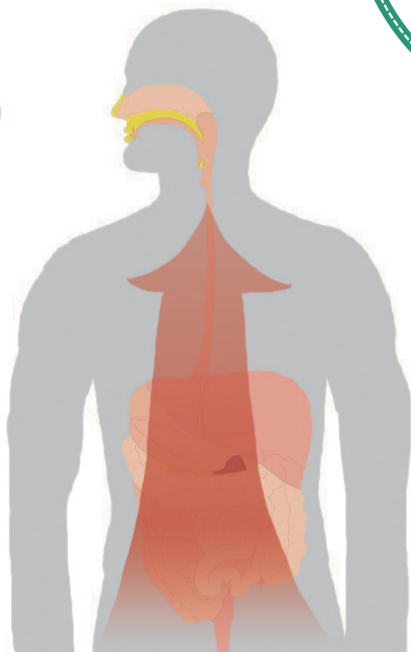
柴胡45克、黄芩12克、清半夏12克、红参12克、甘草12克、生姜(切)15克、大枣15克、醋香附15克、神曲15克、苍术12克、焦栀子12克、川芎12克,总共7剂,每剂以2000毫升冷水浸泡1小时,武火煮开,文火煎1小时,去滓,留汁600毫升,每次200毫升,每日分3次口服。在服药的同时,配合针刺大叉穴,微针调气,7天1次。李鸿亮告诉张老太,要保持良好的心情,尤其不能再生气,注意保暖,适量运动,禁油腻、黏滑、辛辣刺激的食物。

这次治疗之后,张老太的病在服药期间仅发作过1次,且病情严重程度较之前明显减轻,未服速效救心丸,症状可自行缓解。

李鸿亮又给她开了7剂中药,同时再给予针刺大叉穴,微针调气1次,此后未再发作。张老太又服7剂中药加以巩固,她的病没有再犯过。

名中医说:

“奔豚气”属内科病症,是指患者自觉有气从少腹上冲胸咽的一种病症。由于气冲如豚之奔突,故名“奔



(资料图片)

豚气”,病名早在《金匱要略》中就有记载,现代医学的神经官能症、冠心病等也有类似症状。该病发作时,常伴腹痛、胸闷气急、心悸、惊恐、烦躁不安,甚至抽搐、厥逆,或少腹有水气上冲至心下,或兼有乍冷乍热等。

本症发病,多与心、肝、肾三脏有关,本文所介绍的这位老年女性患者,是因情绪波动、郁结肝气、冲逆而上引起的。预防“奔豚气”,最重要的还是在平时应注意情致的调整,合理运动。

养生圈

圈主:

资深记者 王振华



圈主二维码

15838884188



营养厨房

腊肉好吃可别贪吃

□记者 王振华 通讯员 王小燕

■受访专家:尤娅利 市第三人民医院(原铁路医院)营养科主任

冬天,很多人家里都会准备一些腊肉、腊肠等腊味,今天咱们跟大家说说腊肉。腌制腊肉,一般都选用新鲜的带皮五花肉,经过腌制,再经过风干或熏制而成。腊肉不仅风味独特、口感好,而且腊肉中的脂肪、蛋白质、碳水化合物含量丰富,还含有丰富的维生素、矿物质,具有开胃祛寒、滋补等功效。

好的腊肉,色泽鲜亮,肉身干爽、结实、富有弹性,一般人均可食用。消化道疾病和肝胆肾疾病患者最好不要食用,避免增加消化代谢负担。因为是腌制食品,腊肉里面含有大量盐,对高血脂、高血压、肝肾疾病、关节炎等慢性病患者和老年朋友而言,实在不是一种合适的食物。就算是健康的人,也不要每顿都吃,而且腊肉要配合绿色蔬菜吃,可以中和腌制过程中产生的亚硝胺类致癌物质。

推荐菜品:干锅腊肉茶树菇

先将干茶树菇放入温水中泡1个小时左右,清洗干净,并剪成约5厘米长的段。然后将腊肉放入水中煮10分钟,捞出,切片。在这个过程中可准备其他食材:香芹切段,青椒切块,豆瓣酱搅拌均匀,葱、姜切丝,小米椒切片。

一切准备就绪后,锅中倒入少许油,放入葱、姜炒香,先下腊肉翻炒到肥肉略透明。然后,放入豆瓣酱、小米椒炒出香味。随后,下茶树菇翻炒,并倒入生抽、糖调味。最后,将香芹、青椒倒入锅中炒匀即可出锅。

大话中药

鸡内金:健胃助消化

□记者 王振华 通讯员 刘晓霏 文/图



(资料图片)

■受访专家:杨连玉 市第一中医院北院中药房主任、主管中药师

【来源】家鸡的干燥砂囊内壁(肌胃)。杀鸡后,取出鸡肫,立即取下内壁,洗净,晒干,生用或炒用。

【性味归经】甘,寒,归脾、胃、小肠、膀胱经。

【功效】消食健胃助消化,涩精止

遗,可以促进胃液分泌,提高胃酸度及增强消化能力,使胃的运动功能明显增强,胃排空加快。

【用法用量】煎服,8克至10克;研末服,每次1.5克至8克。研末用效果比煎剂好。

【宜食】适宜消化不良、面色萎黄、不思纳谷、小儿疳积、形体消瘦、腹大腹胀、脾胃虚弱、食积胀满、肠结核、骨结核等病症患者食用。

【小药方】

治疗小儿厌食症:鸡内金10克、淡全蝎8克,共研极细末,装瓶备用。两岁以下每次0.3克,日服两次;3岁以上每次0.6克,日服两次。连服4天为1个疗程,每个疗程间隔3天,服药期间禁食生冷、油腻食物。

【中药故事】

鸡内金治病有多神奇?今天给大家说说民国时期名医张锡纯用鸡内金给人治病的故事。沈阳一个30岁的年轻人,几年来感觉胃里有硬物堵塞,吃什么东西都“不能下行”,找到张锡纯求治。

张锡纯给他诊脉,其脉象沉而微弦,右边尤其如此。这是他的胃中有积,胃气难以下行,所以阻塞了气机的下降。于是,张锡纯开方子:鸡内金一两、生酒曲五钱。年轻人想,这哪儿像药啊,一个鸡内金是食物,另一个也是大家都很熟悉的酒曲。很多人也都不相信这能治病。

结果呢?年轻人服了几剂之后,硬物全消,好了。