

心悸的中西医医理解析

□周东升

中医的心悸是指个体能够感受到自己有很快或剧烈跳动的心跳，无法自主控制。通常情况下，症状不严重时，稍事休息能够有所缓解，但是如果情绪波动异常或是过度劳累时，症状会频繁地发生，此外，还会引发一系列相关症状，如记忆力减退、失眠多梦、胸闷、气短、眩晕等。西医并无心悸这一疾病名称，根据疾病情况判断为心律失常，即心脏无节律的跳动。下文就来详细介绍一下中西医如何看待及治疗心悸。

西医解析心悸

西医认为，心悸属于心律失常表现，可能因为生理性因素导致，也可能因为病理性因素导致。

生理性因素 生理性心悸主要是因为情绪、运动以及药物影响，运动会明显提升交感神经活性，从而导致心律失常。如果属于此种情况，不需要接受专业治

疗，只需要稍事休息症状即可缓解，一段时间后就能感觉心跳恢复正常。另外，过于紧张或是激动也会导致心律失常，与运动引发症状一样，也能够自愈，不需要处理。此外服用阿托品、麻黄碱或是咖啡因等药物时，也会影响心脏的规律跳动，停药后即可缓解。

病理性因素 病理性因素主要包括多种类型的心律失常，例如心房颤动、期前收缩等，因为心脏无法规律跳动，间歇期个体就有心脏停跳的感觉。心动过速或是心动过缓均会引发心悸。如果心脏并未有器质性病变发生，但是个体发生自主神经功能紊乱，也会有心率过快，心前区疼痛、不适和心悸等情况出现，此种疾病在女性中有较高的发生率。此外，贫血、体温增高、心力衰竭、更年期综合征、嗜铬细胞瘤、甲亢等也有引发心悸的

可能。如果发生心悸，需要到医院的心血管内科就诊，并接受体格检查、实验室检查、心电图检查或是影像学检查，以便准确诊断疾病情况。发生心悸后，不要过于担心或是通过网络等途径打听，并详细告知急救人员自己既往有心悸病史，以便于急救工作开展。还需要进行情绪调节，选择喜欢的方法转移自己的注意力。

中医解析心悸

中医上并无心悸之名，但是对疾病有详细的阐述。《黄帝内经·素问·痹论》介绍，心痹者，脉不通，烦则心下鼓。《黄帝内经·素问·平人氣象论》中也提到，脉绝不至曰死，乍疏乍数曰死，提示心悸严重预后情况不佳。医圣张仲景认为，惊扰、虚劳和水饮均会导致心悸发生，将炙甘草汤作为常用方，后期逐步对药方进行完善，同时根据个体差异制定用药方案。中医认为，心悸的

日常注意事项 明确疾病诱因后，在日常工作、生活中需尽量减少不利因素影响，保持平和的心态，避免外界刺激。如果医师建议卧床者，需要尽量多卧床休息，等病情得到良好控制后再逐步恢复日常活动。饮食方面

需要保证营养供应，低盐、低脂饮食，避免加重心脏负担。平时要密切关注疾病情况和症状变化，如果引发严重胸痛、呼吸困难、抽搐等需要及时拨打急救电话，并详细告知急救人员自己既往有心悸病史，以便于急救工作开展。还需要进行情绪调节，选择喜欢的方法转移自己的注意力。

中医调护方法

心悸患者尽量保持情绪稳定，避免惊恐、忧思、恼怒影响。规律作息保证充足睡眠，饮食有节制，可以选择滋补药膳或是代茶饮改善疾病情况。根据疾病程度判断是否能够参与体力劳动，必要时要求卧床休养。应在专业人员的指导下进行中医健身活动，如八段锦、五禽戏等。

发病原因主要在于七情过度、心血虚亏、阴虚火旺、心脉瘀阻、水饮凌心、外邪侵袭、药物中毒。心悸可能因内在因素导致，也可由生理因素导致，病程时间长短不一且严重程度不同。心悸的主要原因有心失所养、心神被扰，同时还相关于肝、肾、脾功能。临床治疗时，需要辨证施治，可选择中药口服、中药注射液等方法进行治疗。

推拿按摩疗法 中医推拿按摩疗法是通过按摩患者的穴位，调节患者的气血运行，改善患者的症状。针灸可以缓解患者的肌肉僵硬和震颤，解决运动功能障碍和平衡问题。常用的针灸穴位有风池、足三里、合谷等。

中药治疗 中药治疗帕金森病是中医治疗的另一种重要方法。中药可以调节患者的气血、滋养肝肾、改善脑部供血等，改善患者的症状。常用的中药有首乌、川芎、当归、黄芪等。

作者供职于安徽省亳州市亳州宝璋医院

帕金森病是一种常见的神经系统退行性疾病，其主要症状是震颤、肢体僵硬、运动缓慢、平衡障碍和语言障碍等，给患者的生活带来很大的困扰和痛苦。本文将介绍帕金森病的中医治疗方法。

帕金森病的中医诊断

中医对于帕金森病的诊断主要依据四大基本原则：望、闻、问、切。帕金森病的望诊主要是观察患者的手、脚和面部有无震颤，肢体是否僵硬及运动缓慢程度等。闻诊主要通过听取患者的呼吸和声音，判断患者的气虚或气滞等病理状态。问诊主要是通过与学生交流，了解病情的发展和症状的变化等。切诊主要是通过按摩、推拿等手法，观察患者的脉象和皮肤的状态，判断患者的阴阳失衡情况。

中医治疗帕金森病的方法

针灸治疗 针灸是中医治疗帕金森病的重要方法之一。通过针刺患者的穴位，调节患者的气血运行，改善患者的症状。针灸可以缓解患者的肌肉僵硬和震颤，解决运动功能障碍和平衡问题。常用的针灸穴位有风池、足三里、合谷等。

中药治疗 中药治疗帕金森病是中医治疗的另一种重要方法。中药可以调节患者的气血、滋养肝肾、改善脑部供血等，改善患者的症状。常用的中药有首乌、川芎、当归、黄芪等。

推拿按摩疗法 中医推拿按摩疗法是通过按摩患者的穴位，调节患者的气血，从而改善患者的症状。推拿按摩可以改善患者的肌肉僵硬和震颤症状，解决患者的运动功能和平衡问题。推拿按摩是一种非常温和的治疗方法，可以让患者感到非常舒适和放松。

运动疗法 中医运动疗法可通过调节患者的气血运行，提高患者的身体素质和免疫力，改善患者的症状。运动疗法包括太极拳、气功、简单的拉伸和强化练习等。

注意事项

帕金森病患者应该注意保持情绪稳定，避免过度疲劳和情绪波动，可以通过中医按摩和针灸等方法缓解情绪压力和疲劳感。

饮食上，患者应该注意营养均衡，多吃蔬菜、水果、豆类、鱼类和低脂肪的肉类。适当补充维生素和矿物质等营养物质，有助于提高身体免疫力。

避免长时间的坐姿或站立，可以进行适量的运动，有助于缓解肌肉僵硬和震颤等症状。

结束语

帕金森病虽然是一种难以治愈的疾病，但中医治疗可以帮助患者改善症状，提高生活质量，延缓病情发展。帕金森病患者应该积极配合医生，定期进行检查和治疗，同时，注意饮食、休息和情绪调节等。中医治疗帕金森病具有较好的疗效和安全性，适合绝大多数患者，希望广大患者能够尽早接受中医治疗，改善症状，提高生活质量。

（作者供职于山东省济宁市汶上县中医院）

治疗帕金森病 中医有妙招

□马永振

老年痴呆症是什么原因导致的

□曹保瑞

老年痴呆症也就是阿尔茨海默病，主要发生在老年前期或者是老年期。患者的临床症状为食欲不振、记忆障碍以及视觉空间能力损害，还有抽象思维和计算能力损害等。严重情况下，老人的人格以及行为都可能发生改变。老年痴呆症是一种很常见的慢性疾病，女性的患病概率一般高于男性。对于老年痴呆症需要引起重视，找到具体的病因积极对症治疗，那么，老年痴呆症是什么原因导致的，如何治疗呢？下面就来详细了解一下。

老年痴呆症是什么原因导致的

导致老年痴呆症的原因有

很多，跟基因有一定关系，另外跟生活方式、环境因素等都有关系。随着年龄的增长，人们患老年痴呆症的概率也会逐渐增加，如果家族里面有一级亲属患有老年痴呆症，后代患有老年痴呆症的风险也比较高。另外，有唐氏综合症的患者，同时也可能患有老年痴呆症。存在轻度认知障碍的患者，因记忆力以及认知能力受损，这种情况下进展为老年痴呆症的概率也是比较大的。如果头部曾经受过严重的创伤，患有老年痴呆症的风险也比较高。高胆固醇患者，还有高血压患者，以及过于肥胖的人群，糖尿病患者

者等，罹患老年痴呆症的风险也会增加。另外，不良的生活习惯也可能诱发老年痴呆症，比如缺乏运动，长期吸烟，以及接触二手烟，或者是高脂肪、高热量饮食，久坐不动，睡眠不足等。

老年痴呆症如何治疗

老年痴呆症属于不可逆的疾病，现在并没有特效药物能够治疗，但是可以根据患者的实际情况，联合用药或者是采用非药物的方式延缓病情的发展。改善认知类的药物主要有卡巴拉汀、石杉碱甲等。如果患者已经出现了幻觉，或者是焦虑、抑郁、妄想，还有睡眠紊

乱等情况，可以遵医嘱服用，适当使用抗抑郁的药物进行缓解和治疗，比如帕罗西汀等。患者在使用药方面需要严格遵医嘱服用，从小剂量开始，随着疾病的进展可以缓慢增量。如果患者还合并有营养不良，或者肺部以及泌尿系统感染，需要根据具体的情况对症用药治疗。患者在平时可以进行一些认知康复治疗以及音乐治疗等，对于老年痴呆症患者来说，加强日常的习惯，减少需要记忆的任务，这样可以很好地改善生活质量。

家属要注意给患者足够的理解，患者的钱包、钥匙，还有

手机以及其他的物件要放在同一个地方。另外，要注意将药物放在一个安全的地方，且每天都需要记录患者的用药剂量，避免患者过度用药。在天气好的情况下，家属可以多带患者到户外进行体育锻炼，比如爬山或者是散步等，但是注意不要做剧烈运动。另外，要定期带患者到医院进行复查，根据实际情况调整药物或者是用药量。患者在出现任何身体不适或者异常症状时，都需要引起足够的重视，及时带患者就医、检查及治疗。

（作者供职于山东省枣庄市精神卫生中心）

家庭药箱中应常备什么药物

□孙廷军

家庭药箱是每个家庭所必备的，它可以在紧急情况下提供快速、有效的治疗。那么，家庭药箱中都应该常备哪些药物呢？今天我们来详细讨论一下。

退烧药

如果您或家庭成员发热的話，可以使用退烧药来降低体温。这些药物通常包括对乙酰氨基酚（泰诺林）和布洛芬等。然而，对于儿童，特别是婴儿来说，应严格遵循特定的用药原则。

解热镇痛药

解热镇痛药（如阿司匹林或对乙酰氨基酚）可以缓解头痛、牙痛、肌肉痛等疼痛和不适症状。但是，有些人可能对这些

药物过敏，应该谨慎使用。

消炎药

消炎药（如双氯芬酸钠、洛索洛芬钠）可以减轻轻度疼痛和发热的症状。这些药物可以帮助缓解感染引起的肌肉痛、头痛、发热、关节疼痛等症状。然而，消炎药不能用来治疗感冒或流感等病毒感染。

抗过敏药

如果您或家庭成员出现过敏症状，如荨麻疹、湿疹、哮喘等，可以使用抗过敏药（如扑尔敏、氯雷他定等）来缓解症状。这些药物可以帮助减轻瘙痒、鼻塞、打喷嚏等过敏反应。

消化不良药

如果您或家庭成员出现胃部不适、腹痛、恶心、呕吐等消化问题，可以使用一些消化不良药（如酶制剂、胃酸抑制剂等）来缓解症状。但是，如果症状严重或持续时间较长，应该咨询专业医师。

头痛药

如果您或家庭成员经常头痛，可以备一些头痛药（如阿司匹林、布洛芬或对乙酰氨基酚）以便在需要时使用。但是，如果头痛严重或频繁发作，应该咨询专业医师。

口腔保健药物

如果您或家庭成员有口腔问题，例如口臭、牙龈出血等，可

以备一些口腔保健药物（如漱口水、牙膏等）以保持口腔健康。

眼药

如果您或家庭成员有眼部不适、眼痒、眼红等症状，可以备一些眼药（如人工泪液、抗过敏眼药水等）以缓解症状。

创伤处理药

家庭成员中经常会出现一些轻微的创伤，如擦伤、切割伤、烫伤等。因此，家庭药箱中应备一些创伤处理药（如紫药水、碘伏等）以防止伤口感染。

骨骼健康药物

对于年长者或容易出现骨质疏松的人群，应备一些骨骼健康药物（如钙片、维生素D等）。

急救药物

急救药物是一定需要准备的。家庭药箱中的一些急救药物（如止血药、冰敷包、急救贴等）应对紧急情况和突发事件往往会发挥大作用。

结束语

家庭药箱中的药物应根据家庭成员的年龄、健康状况和需求而定。建议在购买药物之前咨询专业医师或药剂师的意见，并按照药品说明书上的用药说明使用药物。此外，家庭药箱中的药物应定期检查有效期并进行更新，以确保其有效性和安全性。

（作者供职于山东省莱州市驿道中心卫生院）

重症肺炎的症状及治疗方法

□王永生

重症肺炎是一种对人体危害极大的疾病，发病时的早期症状和感冒相似，患者通常会出现头痛、咳嗽的现象，当病情发展到一定程度，会对患者的呼吸系统、神经系统等多部位造成影响。因此，充分了解与掌握重症肺炎的症状和治疗方法，有利于做好日常防护工作。今天就和大家聊聊重症肺炎的相关知识，希望能对大家有所帮助。

重症肺炎的症状

一般症状 患者在重症肺炎发展早期会出现发热、咳嗽、流涕等症状，然后短时间内出现精神萎靡、脸色苍白、呕吐、腹胀、拒绝进食等中毒症状。

呼吸系统症状 重症肺炎会对患者的呼吸系统造成明显的损害，使患者出现咳嗽的现象，咳嗽会带有白色黏痰以及浓痰，部分患者甚至会出现咯粉红色泡沫痰。重症肺炎还会使患者出现气喘、呼吸急促等症状，随着病情的发展，患者会出现呼吸困难，甚至口唇周围及双手、双脚末端指头发绀，皮肤表面出现紫绀的现象。

循环系统症状 重症肺炎会对患者的循环系统造成一定的伤害，使其出现脉搏微弱、心率过快、肺部啰音等症状，当患者的循环系统受到损害时，会使其面色发白、皮肤灰冷并且伴随身体温度下降、血压降低等现象。

重症肺炎的治疗方法

抗感染治疗 重症肺炎的抗感染治疗要根据不同的细菌、病毒造成的感染进行针对性治疗，并且，由于重症肺炎患者的病情发展较快，身体各部位所受影响不同，所以在重症肺炎的抗感染治疗中，应该选择能够抵抗大部分细菌的抗生素。必要时，可以使用多种药物联合来提高治疗效果，缩短治疗周期。重症肺炎患者通常需要住院治疗1周左右，病情才能逐渐缓解。

化痰引流治疗 重症肺炎会导致患者的呼吸道产生大量痰液，因为其非常黏稠容易导气道堵塞，所以要通过痰液引流的方式将其排出体外。如果重症肺炎患者具备自主排痰的能力，家属可以轻拍其后背帮助患者将痰液排出，如果患者不具备自主排痰的能力，可以通过气管插管、纤支镜吸痰等方式帮助患者将痰液排出。

并发症治疗 重症肺炎患者出现并发症需要及时采取手段进行治疗。如果患者出现呼吸衰竭，需要及时吸氧，必要时可以通过手术切开气管，使用机械通气治疗。如果患者出现休克，要及时进行抗休克处理。在重症肺炎患者治疗期间，要注意保持空气清新、环境卫生，减少并发症的发生。

综上所述，重症肺炎不仅会使患者出现发热、流涕等症状，还会使患者精神萎靡、呼吸加重、血压降低甚至昏迷的现象。严重影响其身体健康，因此，对于重症肺炎患者来说，应该及时接受治疗，减缓病情的发展，在治疗期间要保证充足的休息时间，补充身体所需营养，谨遵医嘱。

（作者供职于山东省菏泽市曹县县立医院）

警惕“沉默杀手”——肺栓塞

□田浩

近年来，肺病患者越来越多，人体的肺部很容易发生感染，严重的还会出现肺气肿、肺水肿等。肺栓塞具有发病突然、症状隐匿、易误诊、死亡率高和治疗手段有限等特点，也被称为“沉默杀手”，如果病情没有及时发现，也没有得到有效的治疗，将会对身体造成严重伤害，甚至会危及生命。为了避免减少不良事件的发生，今天我们就来了解一下肺栓塞的相关知识。

什么是肺栓塞

肺栓塞是以各种栓子阻塞肺部动脉或分支，引起肺循环障碍的临床和病理生理综合征。包括肺血栓栓塞症、空气栓塞症、羊水栓塞症、肿瘤栓塞症等。在临床上肺血栓栓塞症是较常见的肺栓塞类型，是静脉系统或右心室的血栓栓塞肺动脉导致的疾病，这是一种非常严重的疾病。

栓子一般是来自下肢和骨盆的深静脉，通过循环流入肺动脉引起栓塞。肺栓塞发病十分快，因此，抢救时间非常有限，而肺动脉一旦堵塞，便会引起肺循环和呼吸功能障碍，导致患者致死、致残率大大提高。它也是三

大致死性心血管疾病的一种，因此，大家一定要重视这种疾病。

肺栓塞的症状表现

肺栓塞患者发病症状表现为突然发生不明原因的胸痛、咯血、昏厥、呼吸困难、发热等。肺栓塞虽然是一种十分常见的疾病，但因其缺乏特异性的症状和体征，很容易出现误诊、漏诊以及诊断不及时的发生。

胸痛 大多数肺栓塞患者会出现咳嗽症状时，会感到胸痛症状明显加重，表现为胸膜性的疼痛。发生在周边较小的栓子，会使患者的胸膜受到影响；而过大的栓子，会使患者产生严重的挤压疼痛感，且容易向肩部以及胸部蔓延开来。胸痛会影响患者的身体健康，也会导致心肌缺血，危及患者的生命。

咯血 咯血症状一般在栓塞24小时内发生，患者咯血量约30毫升。咯出的血液颜色多为鲜红色，随着病情恶化血液可发展成为暗红色。在此期间咳嗽会十分严重，多数为干咳，此时患者会明显感觉呼吸受阻，气息不顺畅，严重危害患者的身心健康。

昏厥 当肺栓塞的栓子堵塞肺动脉时，会导致回流到心脏的血流减少，血液不能正常循

环，导致通气血流比例失调，引起脑部缺血、缺氧，从而引发低氧血症，而出现昏厥症状。

呼吸困难 患者在活动、排便时出现呼吸困难的症状比较明显，安静休息时症状可以得到缓解。

发热 部分患者会出现发热的症状，一般低热比较常见，也有部分患者体温会达到39摄氏度以上，发热症状会持续1周左右。

肺栓塞的高危人群

50岁以上的人群群体 随着年龄的增长，身体机能不断下降，导致肺栓塞的发病风险也逐现增高。根据临床病例研究发现，50岁～80岁这一年龄段是肺栓塞的易发年龄，随着年龄的增长，发病的概率和患病后致死率也会增高。因此，老年人是肺栓塞高危人群之一，需要注意加强防护。

创伤及手术治疗者 患者之前如果进行过腹部或胸部大型外科手术，则合并肺栓塞的可能性就会增加，此类患者也属于高危人群之一。尤其是下肢骨折、骨盆骨折、脊柱损伤等严重创伤后，合并肺栓塞的危险性会大大提高。

患有基础疾病的患者 内科基础疾病也是引起肺栓塞发病的危险因素，如风湿性心脏病、心肌炎、慢性阻塞性肺病、高血压、高血脂、糖尿病等，此类人群属于高危人群范围。在慢性心肺疾病人群中有心房颤动和心力衰竭等症的患者，容易患上肺栓塞。因此，此类人群需要加强预防。

凝血功能异常者 凝血功能异常的人群，如孕妇、长期服用避孕药的女性等，临床试验显示，服用避孕药的女性，因药物影响体内凝血因子、血小板、纤维蛋白溶酶系统发生变化，此人群发生肺栓塞的风险也会大大增加，属于肺栓塞的易患人群。

其他高危人群 长期久坐的人群，如长途乘车、长途坐飞机、长期卧床的人群，容易发生肺栓塞。除此之外，身体过度肥胖以及大量抽烟饮酒者，此类人群相比健康人群更加容易发生肺栓塞，同样属于高危人群。

肺栓塞的预防

肺栓塞是致死性和致死率很高的疾病，但是也是可以进行预防的。下面看看肺栓塞的预防措施有哪些。