

全生讲中医

胆汁反流性胃炎的中医防治

编者按：全生讲中医专栏的目的是普及中医知识，弘扬中医文化，介绍中医进展，传授专家经验，提高人们养生及防治疾病的能力。如果你热爱健康，喜欢养生，那就静下心来，和全生讲中医一起，探索中医奥秘，见证中医神奇，分享名医经验，寻找济世良方吧。

胆汁反流性胃炎是由于流入十二指肠的胆汁及其肠液通过幽门逆流至胃，刺激胃黏膜而产生的炎症性病变，是胃炎中较为常见的类型。临床以胃脘疼痛，泛酸嘈杂，呕吐苦水等为主症，严重的还可有胃出血，表现为呕血或排黑便(柏油样便)以及大便潜血试验呈阳性等。其病因主要为胃大部切除胃空肠吻合术后，以及幽门功能失调和慢性胆道疾病等所致。

胆汁反流性胃炎，属祖国医学“胃脘痛、泛酸、痞证”等范畴。多与脾胃气机升降失调及肝失疏泄、横逆犯胃有关。治疗以疏肝和胃、调畅气机为主。但临床应根据病人体质寒热虚实，辨证治疗。

实证有肝胃不和型、气滞血瘀型、湿热中阻型；虚证有脾胃气虚型、脾胃阴虚型。临床临证，亦辩证施证，对证下药，方能取得良好疗效。全生堂气滞胃痛合剂对于气滞血瘀型胃痛有效。该中药合剂还用于慢性浅表性胃炎、慢性萎缩性胃炎、反流性胃炎、胃十二指肠溃疡、乙型肝炎、胃癌、肝癌等证见胃脘胀满，攻撑作痛，痛连两胁，胸闷暖气，呕吐泛酸，胃中嘈杂，有烧心感，心烦易怒，大便不畅等症者。

胆汁反流性胃炎的治疗中，针对临床症状特点选用一些对症药

物，可明显提高疗效。如口干咽燥者加石斛12g，麦冬12g；胃脘痛甚者加元胡12g，金铃子6g；脘腹胀满者加佛手9g，香橼9g；嘈杂泛酸者加黄连6g，吴茱萸3g；大便溏薄者加升麻3g，柴胡3g，炒白术15g；大便秘结者加大黄9g(后下)，莱菔子15g；大便色黑或血便加三七粉3g(冲服)，白及15g；四肢不温，恶寒喜暖者加干姜15g，桂枝9g。

此外还必须注意如下几个方面：(1)去除各种可能的致病因素，如戒烟酒，减少食盐摄入，避免对胃有刺激的饮食及纠正不良饮食习惯，停用阿斯匹林等非甾体类消炎药。因烟草中的尼古丁能使幽门括约肌松弛。故戒烟酒非常重要。(2)保养脾胃，牢记十二字诀：“动为纲，素为常，食适量，莫愁肠”。

动为纲，指适当运动可以增强脾胃功能，促进消化，增进食欲，从而气血化源充足，脏腑功能不衰。素为常，指多食素食。素食主要包括植物蛋白、植物油及维生素多的食物，如面粉、大米、五谷杂粮、豆类制品、蔬菜、瓜果等。大鱼大肉、油腻、煎炸、辛辣之品，能助湿生痰，助热动风，诱发疾病，应当少食为宜。食适量，即是饮食适中，既不过饥也不过饱，七八分饱为宜。莫愁肠，则是指人的精神状况，情绪变化对脾胃有一定的影响。抑郁、忧愁、恼怒、悲伤等不良情绪皆可引起脾胃病。因此必须对生活工作充满信心，以团结互助为荣，多做仁善之事，开心愉悦过好每一天。

更多全生讲中医，敬请访问卢全生中西医结合博士的网站www.



卢全生医师，北京中医药大学中医硕士，中国中医科学院中西医结合博士，美国乔治城大学医学院博士后，河南中医学院客座教授。

wholelifeherb.com, 或直接拨打中文热线电话 301-340-1066, 301-919-9898 约诊。全生中医针灸医疗中心地址: 416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850. 或 5022 Dorsey Hall Dr, Suite 101, Ellicott City, MD 21042. 交通方便, 免费停车。

胆囊息肉的诊断和治疗

胆囊息肉是胆囊壁粘膜的一种生长物，往往在做超声波时偶然发现。其临床意义主要取决于它是否会发展成恶性生长物。大多数超声波的阳性发现都不是恶性肿瘤，而仅仅是一些粘膜增生或胆固醇沉积。但是，仅靠超声波的特征有时并不十分特异，因而很难排除胆囊癌或癌前期腺瘤的可能。

(一) 危险因素和分类：在一项研究报告中，没有发现胆囊息肉与年龄，性别，体重，是否用激素替代疗法相关。胆囊息肉

主要分为良性和恶性两种。最常见的良性息肉是腺瘤，最常见的非肿瘤性息肉是胆固醇沉积，其次是腺肌瘤和炎症性息肉，而最常见的恶性病变是腺癌。

(二) 临床表现和诊断：通常胆囊息肉是在做其它腹部超声或放射线检查时偶然发现，有时也会表现为右上腹痛，消化不良，恶心，呕吐等等。诊断的方法包括腹部超声波，CT扫描，食道超声波检查等。

(三) 治疗：

确定的治疗方法是胆囊切除。一般对于有症状和同时并发胆结石的患者都应考虑胆囊切除。另外如果胆囊息肉并发胆管硬化症或胰腺炎时也应进行胆囊切除。对于没有上述情况的患者来说，是否进行胆囊切除主要取决于胆囊息肉的大小。(1) 息肉直径大于18至20毫米，通常是恶性息肉，应该切除；(2) 息肉直径在10至20毫米之间，发生恶性癌症的机率在25%到77%之间，应考虑内窥镜胆囊切除；(3) 息肉直径在5至10毫米之间，应当

严密随访，如定期重复超声波检查等。如果息肉增大则应当手术。(4) 息肉直径小于5毫米，通常是良性的，也应当在6到12个月之间重复超声波检查以观察是否有任何变化。隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话：240-404-6423；电子邮件：peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。



隋爱平医师 乔治城大学医学院 家庭医学科 临床助理教授

手指甲旁边长倒刺，千万别乱撕！

很多人都有这样的困扰——手指边缘会起倒刺。一些人会选择直接撕掉它，但这一做法是非常错误的。

手指上的倒刺 • 从何而来 指甲周围的倒刺，学名叫“逆刺”，它是手指甲两侧及下端因角质层过于干燥发生分离，而干裂翘起的小片表皮，形状像刺，一碰还会痛。

甲周皮肤缺乏毛囊，没有皮纹和皮脂腺，更薄也更容易干燥，经常会引发各种炎症、化学刺激、过敏反应。

在临床研究中，尽管已证实维生素对于皮肤健康和皮肤黏膜的修复有一定的辅助

作用，但并没有任何证据可以证明产生倒刺是因为体内缺乏某类维生素。目前临床上普遍认为，手指出现倒刺主要还是和皮肤干燥、化学刺激有直接关系。

经常洗衣服、洗碗 手指频繁接触到肥皂、洗涤剂碱性物质，可能破坏皮肤表面的皮脂膜，让角质层失去保护，出现干燥和剥离。

手部经常受到摩擦 经常打球、搬东西，手部皮肤不停受到摩擦，会导致起皮长倒刺的情况。

喜欢咬手指 皮肤长时间受到刺激或损伤，也会出现

长倒刺的情况。

长倒刺 • 如何正确处理 有很多人一看到倒刺，就想撕掉它，但这个操作是非常错误的。

倒刺通常呈三角形，如果顺着倒刺向下撕拉，只会扩大伤口的面积，增加感染几率。若不能及时做好消毒和包扎，甚至会形成甲沟炎。

若是一般的倒刺，可以用温水浸泡有倒刺的手指，待周围皮肤变得柔软后，用指甲钳将其从根部剪掉。

如果倒刺周围出现明显红肿，可以涂点碘伏预防感染。若倒刺已有感染的征兆或



者为了预防感染，也可以涂抹抗生素软膏。如果伤口较大，还可以用创可贴等进行包扎。注意在创口愈合前，尽量不要碰水。

全生中医针灸 中医内科 中医妇科 主治 3-002 北京中医药大学中医硕士 中国中医科学院中西医结合博士 美国乔治城大学医学院博士后 世界中医药联合会主任医师 3项国家专利, 8部中医专著 30年行医经验 接受保险及车祸工伤 中西结合, 标本兼治 天人合一, 综合治疗 www.wholelifeherb.com 地址: 416 Hungerford Dr, #300 Rockville, MD 20850 地址: 5022 Dorsey Hall Dr, #101, Elliott City, MD 21042

爱平诊所 Gaithersburg Family Medicine 美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员 隋爱平医师 Aiping Sui MD 积累多年丰富的临床经验 接受多种医疗保险及自费 预约电话: 240-404-6423 徐唯医师 Wei Xu MD 各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。 地址: 604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和West Deer Park Road交口处 3-050

中华堂中医馆 中医门诊 针灸 中药 推拿 刮痧 拔罐 中医养生 中医内科: 心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。 针灸推拿科: 面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等; 腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。 中医美容: 雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。 中药: 针对每一位病人的病情定制配方。 受理多种保险, 自费优惠 精治车祸伤害, 为你争取权益。 预约电话: 202-818-9161 www.AmericaTCM.com 3-100 诊所地址: 8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松博士 资深教育, 传承中医精华, 主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症, 对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗化疗毒副作用等治疗有独到的见解。 www.chenmac.com 地址: 波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854 盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD 20879 位于I-270, 355大道边上, 大中华超市、Costco、大超市 (99 Ranch Market) 之间, 交通停车方便。 3-094