

全生讲中医

胃痛的中医辨证治疗

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。

胃痛又称为“胃脘痛”，指胃脘部近心窝处发生疼痛。胃痛是临床常见病，多发病，病程较长，且易反复发作，严重影响人们的工作和学习。

中医认为，胃为五脏六腑之大源，主受纳腐熟水谷。若寒邪客胃、饮食伤胃、肝气犯胃、脾胃虚弱等，皆可引起胃受纳腐熟功能失常，胃

失和降，而产生疼痛。胃痛多与脾胃肝胆有关，临证应辨别寒热虚实气血。

如胃寒痛患者通常会出现骤然胃部作痛、痛势无休止，喜温喜按，伴随呕吐清水、怕冷、手足不温、舌苔白腻等症状。这种胃痛是由于爱吃生冷食物、直接受寒气所诱发，属实证，治宜温中散寒。

胃虚痛患者通常在空腹的时候胃部作痛，饮食后缓解，常伴随怕冷、喜暖、泛酸、舌质淡、苔薄白等症状，基本上属于虚寒证，病机着重在脾，治宜温养中气。

胃气痛患者通常会出现胃部胀痛、胸闷痞塞、打饱嗝之后稍舒，常伴随腹胀、大便困难等症状。病机属气机郁滞，胃不和降，治宜行气散

滞。胃瘀血痛患者多为气滞日久，导致血瘀内停，出现胃痛日久，痛有定处而拒按，痛如针刺或刀割，或见吐血黑便，舌质紫暗等症状，治宜活血化瘀。

明确辨证，方能对症下药。中国中医科学院中西医结合临床博士卢全生医师，在长期临证用药经验的基础上，结合现代西医药理研究进展，开发研制了系列安全有效的纯中药复方制剂。如气滞胃痛合剂，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。

两首小方，对胃痛有帮助。陈皮10g，元胡20g，醋适量，以上前两味用醋炒后研末，每次服用3g，每日服2次，适用于各种胃痛。生姜20g，红糖适量，先将生姜洗净，切片，沸水冲泡，加盖浸片刻，代茶频饮，姜片可食之。功能温中健胃，适用于胃寒胃痛。

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.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。



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，河南中医药大学客座教授。

胸痛的诊断和治疗

胸痛经常会使患者担心发生了心肌梗塞或其它心脏问题。从某种程度上说这种担心是好的，因为心肌梗塞发现得越早越好。但是引起胸痛的原因很多，事实上绝大多数去就诊的胸痛并非由心肌梗塞引起，而且许多时候甚至与心脏病无关。因此，决定导致胸痛的原因就变得十分重要。在绝大多数情况下医师还是会首先详细寻找和排除与心脏病有关的胸痛原因。在排除心脏病原因后，医师会考虑其它的胸痛原因。

一、心肌缺血引起的胸痛：心脏通过冠状动脉来保持其

自身的血液供应。在冠心病的患者中，冠状动脉被脂肪沉积和钙化斑所阻塞，从而引起心脏血供不足而导致心绞痛。如果某一脂肪斑发生破裂而形成血栓，则部分或全部的动脉供应会因此阻断，这时由此动脉供应的心肌就会发生梗塞和坏死。

怎样区别心肌缺血引起的胸痛十分复杂，本文无法详述。总体说来，详尽的病史和体检是诊断的基础。首先医师要问清胸痛的性质、具体位置、是否放射到身体其它部位、发作时间，以及改善或加重胸痛的原因。此外与

胸痛并发的其它症状也十分重要，如气短、恶心、呕吐、盗汗、皮肤湿冷、心悸、疲劳、头昏以及腹痛和腹部不适等等。此外患者是否已有心脏病的危险因素会提供很多线索。这些危险因素包括过去曾发生心绞痛或心肌梗塞、高血压、糖尿病、吸烟和高血脂等等。在详细体检的基础上，医师经常会做心电图检查，某些患者还需要检查心肌酶的水平。最后医师会把所有资料综合考虑。患者发生胸痛时不可轻视，某些严重患者需要拨打911电话送到急诊室处理。

二、其它胸痛原因：复杂多样，包括胸壁疼痛、胃食道返流、食道痉挛、食道破裂、食道炎、其它胃肠道疾病、心包炎、肺栓塞、肺炎、胸膜炎、气胸等。在具体诊断和治疗时需要患者和医师之间的紧密配合。

您可以电致 240-643-4765 或 email:peterasui@yahoo.com 提出您感兴趣的问题。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

夏天反而容易感冒？它们作怪，让感冒更“磨”人

感冒是生活中常见的疾病之一，很多人都将感冒和寒冷、干燥联系在一起，认为冬春季节才是感冒的高发期。殊不知，即便是处于炎炎夏日，感冒仍然可能找上自己，特别是热感尤为多见，会引发一系列不适症状，比如发热、流鼻涕等。

为什么炎炎夏日仍然感冒缠身？别纳闷，很可能就是以下几个原因在作怪：

01 能量消耗过大 人体内部有自我调节体温的系统，通过散发汗液的方式来平衡体温，但是在这一过程中还会导致体内能量和水分的大量消耗，机体对外界刺激的反应能力相对较差。如

果直接冲冷水澡、吃大量冷饮的话，就容易造成感冒的出现，也就是中医所说的“热感冒”。

02 没有充分休息 夏天最大的特点就是昼长夜短，人体也会自然随着天气的延长而减少休息时间。而且夏季无论是白天或深夜气温都相对较高，很容易让人产生烦躁、憋闷的感觉，导致夜晚难以入睡、睡眠不安稳等情况出现。而总是如此又会造成免疫力下降，病毒就可能趁虚而入，从而诱发感冒出现。

03 蛋白摄入量不足 天气炎热会直接抑制大家的食欲，想必

我们都有过这样的体验，天气越是炎热就越不想吃高热量、油腻类型的食物，反而是解暑的水果、冷饮比较受欢迎。然而，如此这般的下容易造成人体缺乏蛋白质和必需的营养物质，从而导致免疫力下降，对病毒或细菌侵袭不能正常抵抗，感冒也会找上自己。

04 运动量过少 夏季赤日炎炎，室外的紫外线也比较强烈，所以大家对于户外活动都比较排斥，反而是一直窝在空调房内避暑。殊不知，室内空气得不到很好的流通，容易滋生大量细菌，同时运动量过少也会对免疫力造成影响，这反而是增加了患感冒的几率。

05 过于贪凉 夏季经常洗冷水澡、吃下大量生冷食物等，不仅会造成肠胃不适，同时也会对机体免疫力造成影响。另外，夏季气候也并不稳定，一场雨就会降低温度，如果不注意添加一件薄衫、有淋雨情况的话，也会增加自身感染病毒的几率，从而造成感冒出现。最后还要提醒大家，感冒本身的发病机制是当机体或呼吸道防御能力降低后，病毒或细菌侵入上呼吸道从而造成各症状出现。所以说，病毒和细菌是感冒的决定因素，而机体免疫力下降是条件，无论是哪一个季节，只要符合这两个特点，就能造成感冒出现。

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 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。 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 接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险 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