

全生讲中医

“冬病夏治”防治小儿支气管哮喘

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。

小儿支气管哮喘(小儿哮喘)是小儿时期的常见病、多发病，在中国其发病率为0.5-3%，个别地区高达5%，全国有至少2千万患儿。近20年来美国、英国、澳大利亚等国家小儿患病率有所上升，因此小儿哮喘已成为严重的公共问题而引起了世界各国的极大关注。目前对此病的治疗只停留在一般性的对症治疗，不能达到彻底治愈，造成患儿反反复复缠绵难愈，直接影响患儿的生活、学习，同时给家庭和社会带来极大的痛苦和经济负担。

现代医学认为，小儿哮喘是由多种细胞，特别是肥大细胞、嗜酸

性细胞和T淋巴细胞参与的气道慢性炎症，引起气道高反应性，导致可逆性气道阻塞性疾病。且易长期反复发作，导致呼吸道免疫功能低下，造成临床缠绵难愈，因此治疗应注重提高机体尤其呼吸系统免疫力，达到防治的目的。

中医学认为，本病属“咳嗽”“哮喘”范畴，病位主要在肺、肾，与肺气虚，宣降失调；肾气虚，肾不纳气有关。所以治疗以补益肺气，补肾纳气为主，当然对虚实夹杂者，宜攻补兼施。

“冬病夏治”，顾名思义，是指冬天易发生的疾病或冬天症状加重的疾病，在病情相对缓解的夏季进行调治补养以达到减缓发作乃至控制的一种特殊疗法。“冬病”包括呼吸、循环、消化、免疫等多种疾病，它的病机特点是阳气不足，“夏治”是在夏天或长夏炎热的时间选用适宜的中医方术加以预防与治疗，包括内服中药、中药穴位拔罐、中药穴位贴敷、针灸等综合手段。报道显示，采用这种综合方法治疗

160例小儿支气管哮喘，治愈率为90.92%，明显高于对照组。

内服中药，根据辩证，采用玉屏风散、六味地黄丸等加减，共奏止咳平喘、扶正祛邪、防止复发、益气固本之功能，现代药理研究其具有显著提高机体免疫力的功能，对呼吸系统尤为明显。

中药穴位拔罐，属于中医外治，而外治之理就是通过脏腑经络与体表的联系，借助物理或药物的直接或间接作用而达内治病。穴位拔罐是通过刺激穴位可产生温经通络、行气活血、去湿散寒、止咳平喘、激发阳气、提高机体免疫力、防止复发的功效。现代研究发现，穴位拔罐可以调节神经功能，抑制哮喘过程，药物通过皮肤由血管、淋巴管吸收后，进入体内，可激活和调节机体免疫系统，增强抗病能力。

中药穴位贴敷能增强机体非特异性免疫能力，血中嗜酸性粒细胞明显减少，皮质醇显著提高。穴位贴药通过刺激穴位以及药物的

吸收、代谢、对肺部的有关物理、化学感受器产生影响，直接和间接的调整大脑皮层的植物神经系统功能，改善机体的反应性，增强抗病能力。

夏季人体阳气充盛，气血流通旺盛，药物最容易吸收，而夏季三伏期间是一年中阳气最旺盛的时候，在三伏天进行治疗，最易恢复扶助人体得阳气，加强卫外功能，提高机体免疫的效果。冬病夏治的时间及治疗方法：每年的三伏，每一伏的第一天为最佳治疗时间，也可以每周治疗一次。“冬病夏治”的最佳治疗时间为7-8月。治疗方法采用穴位贴药，穴位中药拔罐，辩证口服中药，针灸等综合方法。专业提示：文中所用方药及方法，乃专家经验之集成，病人切勿独自盲目照搬，以免发生意外。请在专业中医师的指导下，辨证用药，方可达到理想效果。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301-919-



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。

9898 约诊。全生中医针灸医疗中心 Rockville 诊所：416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850；Ellicott City 诊所：5022 Dorsey Hall Dr, Suite 101, Ellicott City, MD 21042。交通方便，免费停车。

贫血的诊断和治疗

造成贫血的原因很多，主要分为三大类：红细胞生成减少，红细胞破坏增多和失血。红细胞生成减少是由于营养物质缺乏，比如铁，维生素B12和叶酸。其原因可能是饮食中缺乏或消化道吸收不良。另外骨髓疾病，骨髓抑制以及其它慢性炎症或疾病也会造成红细胞生成减少。而红细胞破坏增多主要是溶血性贫血，包括遗传性和后天性的溶血性贫血。前者有地中海贫血等；后者有自身免疫性贫血

等。而第三类贫血的主要原因是急性或慢性失血。

诊断的主要初始步骤是病史，体检和简单的实验室检查。在收集病史时，医师会注意患者有无出血史，是否有缺铁和缺乏维生素的可能，对于女性患者还要注意月经史，另外也要注意患者是否使用过抑制骨髓的药物。详细的体检也会给诊断提供各种依据，如皮肤苍白是贫血的典型体征，而黄疸则提示有溶血的可能。还应注意是否存在

心动过速，呼吸急促，发热或体位性低血压等。

实验室检查如血常规，包括血色素和红细胞比容，以及血小板等。另外红细胞的大小和形态也很重要，所以医师经常会进行外周血涂片检查。更加复杂的实验室检查需要在与医师仔细讨论后进行。

治疗的方法主要根据病因来决定。缺铁和缺乏维生素的患者可适当补充铁和维生素。对于有骨髓疾病，骨髓抑制及其它慢性炎症或

疾病的患者应当设法去除病因或停用造成骨髓抑制的药物。急性失血的患者应当在适当的时机考虑输血，而对于慢性失血的患者要仔细寻找原因，特别要排除肿瘤的可能。

欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。电话：240-404-6423；电子邮件：peterasui@yahoo.com。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

宝宝被烫伤，这4件事一定要及时做到位

孩子烫伤后，家长要依次做这4件事：冲、脱、盖、送。

冲 「冲」的意思是，要尽快用常温或冷的自来水冲烫伤处5分钟左右。

80%以上的烫伤损伤是由余热造成的，流动冷水冲，可以减轻余热的损害，减少继续深入造成损伤，也能减轻疼痛和局部肿胀。还能帮助皮肤缩短创面愈合时间，减轻甚至避免疤痕形成。

这里要提醒家长们一点：不要用冰块冷敷创面。

因为直接冰敷会导致创面下血管强烈收缩，不利于恢复，甚至造成冻伤这样的二次伤害。

脱 「脱」的意思是，要在冷水中，小心脱掉覆盖在烧烫伤部位的湿热衣物。

如果发生衣物和皮肤粘连的情况，不要强行撕脱，可以用剪刀沿伤口周围小心地剪开衣物。如果实在没有把握做好，就连带着衣服，一起在冷水下持续冲洗，等急救人员到场后再进一步处理。

盖

第三步是「盖」，也是字面意思，在冲洗结束后，需要找干净的毛巾、布单或纱布覆盖伤口，避免烫伤处感染。

这里要注意一点，在整个急救过程中，爸爸妈妈们一定要注意，不要碰破了烫伤处的水泡。这也是为了降低感染的风险。

送 第四步是「送」，做好了前面这三步之后，就该送孩子去医院看看了。

一般情况下，除非孩子烫伤面积很小、很浅，否则都建议在冲、脱、盖之后，立即送宝宝前往附近的正规医院，由医生进一步判

断、处理。必要时，在烫伤发生后，就要拨打急救电话120。

特别提醒：不要自行涂抹药膏 & 偏方 不要自行使用抗生素、消毒剂等。尤其不要涂抹有颜色的药物，像红药水、紫药水等，不仅没用，还会妨碍医生对烫伤深度的判断。

更不要涂抹各种偏方，像黄酱、酱油、香油、牙膏、香灰等，因为这些物质起不到任何治疗作用，反而会妨碍清创和增加创面感染的机会。

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。 预约电话：240-404-6423 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