



6种情况更适合看中医

## 1. 过敏性疾病

湿疹、荨麻疹、过敏性鼻炎、过敏性哮喘等一般属于免疫功能紊乱。由于免疫系统具有牵一发而动全身的特点,用西药很难找到针对性,往往只能抑制免疫功能,停药后容易反复。而中医是跳出局部,从整体来调节,认为过敏是由于正气相对不足,邪气入侵造成的,治疗无非是辅助正气,排出邪气,简单治疗即能收到良好的效果。

## 2. 妇科疾病

妇科疾病常属于激素分泌紊乱,如果单纯调节某种激素,不但不好掌控剂量,还容易引发体内一系列激素变化。中医认为,妇科疾病大多是体内有瘀滞或血虚,采取疏肝补肾、养血活血等方法治疗,效果很好。

## 3. 脾胃病

如慢性胃炎、腹胀便溏等,一般病程较长,机理比较复杂。西药多为单成分,不如中药个体化治疗(一人一方)更容易贴近病情。中医认为脾主升,胃主降,用中药帮助调节脾胃升降,必要时配合疏肝,能很好地调节消化系统疾病。

## 4. 呼吸系统疾病

现在流行一种说法:“感冒了不用治,治和不治都是7天痊愈。”之所以很多医生这么说,是因为西医对治疗感冒还没有特别有效的手段。如果是细菌造成的,可以用抗生素;如果是病毒性感染,基本上就靠等待了。但如果用中药辨证治疗,可能一两天就会痊愈。另外,咳嗽、扁桃体炎、支气管炎等疾病也适合中医治疗,可以避免使用抗生素。

## 5. 复杂慢性病

如慢性肾炎、风湿病、中风后



## 遗症、肿瘤等,西医可能会采取激素治疗,有一定的副作用。中医通过辨证选方,喝汤药或扎针灸,效果不错,对肝肾功能的损害也小,肿瘤患者配合内服中药,还可以缓解化疗的毒副作用。

## 6. 非器质性疾病

有些人平时容易出现疲劳乏力、精力不足、头晕目眩、口臭、便秘、心情烦躁等症状,虽然精神上很不舒服,但经西医化验、拍片检查,却发现不了明显的器质性异常。这些也是中医擅长的领域,可以针对这些症状选药,做到提早治疗,防止病情加重。

## 中医看急症也是个好手

## 1. 发热

由病毒、细菌感染所致的急性发热,中医称为“外感高热”,可根据症状,在医生指导下选用张仲景《伤寒论》中的麻黄汤,出汗后可退热。家里可以备些中成药,如莲花清瘟胶囊、金花清感颗粒、疏风解毒胶囊、双黄连口服液等,对肺炎、病毒感染和细菌感染等引起的发热具有较好的疗效。如果体温持续增高(超过38摄氏度,或体温低于38摄氏度但持续6天以上),不宜继续自行用药,应及时就医。

## 2. 骨折

在户外观骨折,也可通过中医的手段进行应急处理。如果伤口有出血,要先清除可见的污染物,再用干净的棉花或毛巾等加压包扎。随后可就地取材,将木板、竹片等粗略加工成长宽适宜的夹板,用绷带或布条固定骨折部位,能有效防止就医前骨折部位出现进一步损伤。夹板与皮肤之间最好垫些棉花等柔软透气的织物。还可内服七厘散、云南白药等中成药,以止血和减轻疼痛,同时尽快送往医院,交医生处理。

## 3. 脓毒症

人体对外部感染做出伤害自身组织与器官的反应时,便会造成脓毒症。中医认为“腑气不通”是脓毒症的症状之一,故以“通腑攻下法”来治疗,常用方剂为承气汤,主要成分有大黄、枳实等,能够改善腹腔内脏的血液循环,促进炎症消除,排出细菌和毒素。此外,“通腑”对动力性肠梗阻也有一定的疗效,患者可在医生排除狭窄、套叠等肠道病变后,选用通腑益气类汤药来促进肠动力的恢复。

## 4. 肠道传染病

痢疾是由“外感时邪疫毒,内伤饮食不洁”所引起,意思是由于饮食不卫生,吃进了引起痢疾的病原。可选择葛根芩连颗粒、古方葛根芩连汤、白头翁汤等,都是治疗痢疾非常有效的方剂。

## 5. 眩晕

对于高血压引起的眩晕,可针

# 这六种病 最适合看中医

你去看中医,问完诊后如果大夫对你说,“你还是去看看西医吧”,那说明你是真的有病了;你去看西医,问完诊后如果大夫对你说,“你还是去看看中医吧”,那说明你的病真没救了。这是网上流传的一则关于“中医不治病”的笑话。作为我国的传统瑰宝,中医能治病,这是经过几千年实证检验过的。医疗界常这样比喻,如果把看病比作观察一棵大树,西医重视树木本身的变化,中医看的是大树所处的周遭环境,很注重动态平衡。可见中西医各有所长,轻易否定任何一方都不科学。但在日常生活中,很多人一生病就犯了难:是该看西医呢还是该看中医呢?

## 灸攒竹穴(眉头内侧边缘凹陷处)、百会穴(头顶正中央)与三阴交穴(足内踝尖向上四横指宽),或遵医嘱服用眩晕宁片。

## 看中医前有6个不要

## 1. 不要化妆

“望诊”对诊断非常重要,一定要让中医看到你的“本来面目”。

## 2. 不要吃容易染舌苔的食物或药物

牛奶、花生等含脂肪多的食品,容易使你的舌苔变得白腻;杨梅、乌梅等容易使舌苔变黑;咖啡、橘子以及维生素B2等可能使舌苔变黄;就诊前刚喝热饮,可使舌质变红。

## 3. 不要使用或食用气味浓烈的东西

不要使用气味浓烈的香水或护肤品;不要吃气味浓烈的食物,如葱、蒜等,以免影响闻诊的准确性。

## 4. 不做剧烈运动

脉诊是中医诊病的重要手段,就诊前应尽量保持心情平静,避免情绪急躁和剧烈运动等因素,对诊断造成影响。

## 5. 不要频繁更换医生

很多疾病的治疗需要一定时间,而频繁更换医生只会造成治疗的重复。一般的慢性疾病,如果治疗1~2个月后仍无明显效果,可以考虑另选大夫,但一定要将以往的病历或处方保存好,以便让医生了解您的治疗情况。

## 6. 不要沿用过去的处方或别人的处方

有些人认为,这次病好了,可以把方子留着,以备将来症状再次出现时使用,或者看到别人跟自己的病

情类似,便将别人的处方拿来自用。这是不正确的。

中医在诊病治病过程中,非常重视个体的体质差异,患病的原因、时间、地点、表现不同,方药都会不同。除非医生允许,请不要沿用以前的处方或他人的处方。

(孟祥兆)