

中医周刊

总第226期

2020年10月21日 星期三 责编 陈宇 版面统筹 朱守敏 13979214481 投稿邮箱:386216915@qq.com

痛风患者控制饮食至关重要

□ 名老中医 巢中国

痛风性关节炎为嘌呤代谢紊乱引起的疾病,属难治疗的现时代多发病之一。人体嘌呤来源于饮食和体内合成两方面,嘌呤基础代谢产物尿酸自肾脏排出;当体内尿酸产生过多,超过肾脏排泄能力,或肾功能损害影响尿酸排泄时,尿酸在血液及组织内凝聚,并且,沉着于关节、结缔组织及肾脏,引起该部位的炎症变化。

痛风以40岁以上人群发病率为最高,男女发病率为20:1,多见于男性。生活富裕的今天,痛风已殃及青少年了,痛风病程长的可达10~20年以上。临床上分为无症状、急性关节炎、慢性关节炎三个阶段。无症状期通常仅高尿酸血症,无临床表现,可持续数年、十多年。急性关节炎起病急骤,多在夜间突发,初期为单关节炎,以脚拇趾、跖趾、踝、膝关节为其好发部位。受累关节红、肿、热、痛,活动受限,有的伴有发热、寒颤、倦怠、厌食、头痛、心悸等症,一般为期1~2周。慢性关节炎期一般由急性期发展而来。尿酸在关节内沉着增多,发作渐趋频繁,受累关节增多,疼痛加剧,炎症难完全消退。多次发作后关节变形、僵直,有的痛风之处破溃后流出石膏

样物质,部分患者在耳轮、尺骨鹰嘴附近可见痛风石,甚则肾脏病变等。

化验检查:血尿酸增高,痛风镜检可见针状结晶。X光表现:受累关节软组织肿胀,关节间隙变窄,关节面不规则,软骨下骨质呈囊状骨缺损,周围骨密度增高等。

痛风属于中医“痹症”中“热痹”的范围。多由于外感风湿热邪,或恣食肥甘厚味、色素饮料、烧烤,或素喜饮酒,致蕴湿化热,湿热久羁,为痰为瘀,痰滞血瘀,热毒留滞于筋脉肌肉关节,引发局部肌肉关节红、肿、热、痛,久之络道阻塞,关节肿大、畸形、僵硬。故此,治疗以清热利湿、化痰通络、消肿止痛为大法。用二、三妙散,上中下痛风方化裁为首选。

病案:

杨某某(男),52岁。

首诊:2018年5月15日

自诉:昨天晚上开始左脚大拇趾及同侧踝关节处疼痛,行走困难。近五年,脚拇趾、跖趾关节肿痛屡发,经用消炎镇痛药逐渐缓解。近年春夏发作频繁,经用药无效,只好慕名拄杖而来就诊。见左脚拇趾

及踝关节内侧红肿,触之灼热,按之则痛,食欲不振,大便秘结、尿黄,舌质红、薄黄苔,脉细数带滑。

化验检查:尿酸值高于正常值1倍。

拟上中下痛风方化裁:苍术、黄柏、牛膝、薏米仁、防风、桃仁、红花、威灵仙、制胆南星、生甘草、土茯苓、海风藤×7剂,每天一剂。元明粉等外敷患处。

二诊:红肿灼热感衰其大半,前方加晚蚕砂、海桐皮×7剂。

三诊:症状消失,饮食欠佳,前方去黄柏加陈皮、焦三仙,一年后随访安康无恙。

按语:痛风宜保暖、避风寒、避免精神刺激。多喝水、多排尿,以利尿酸的排泄。急性发作期应卧床休息,局部冷敷,24小时后热敷,抬高患肢,减轻疼痛。

痛风患者控制饮食至关重要,应戒烟戒酒,节制饮食,养成良好的生活习惯,控制体重及肥甘厚味、烧烤和影响健康、不洁食物。避免嘌呤类高食物,如动物内脏、鱼子、沙丁鱼、蟹黄、豆类及发酵类食物。花生、菠菜、花菜、栗子、芹菜等含嘌呤高的不宜食用!面粉、洋葱、梨、苹果、杏子、南瓜、黄瓜、蕃茄等含嘌呤低的可食用。

胃病的调护 (十)

□ 名老中医 张火喜

消化性溃疡会转化为胃癌吗?

患有消化性溃疡的病人,常常害怕有朝一日溃疡会发生恶变而形成癌症。根据临床观察,十二指肠溃疡并不引起癌变,而胃溃疡约2%的病人会发生癌变。因为在胃溃疡的基础上,由于炎症或溃疡反复发作等因素长期反复地刺激溃疡边缘的粘膜上皮,致使粘膜上皮多次被破坏和修复,粘膜细胞出现萎缩、肠上皮化生以及不典型增生,逐渐发展而癌变。

因此,医生在胃镜检查时对胃溃疡周围的粘膜要做活检、病理化验,以排除早期恶变或确定有无癌前病变发生。

胃癌病人的调护

胃癌病人应从以下几方面努力进行康复。

树立活下去的信心和决心 癌症的确使人从精神到身体受到全面打击。然而,一个人本身就是在同各种事物的抗争中生存,目的是为了活下去。临床证明,同样的医疗条件,一些病人敢于树立起战胜

疾病的必胜信心,有着与疾病作斗争的坚强意志,往往要比被癌症所吓倒的病人治疗效果好多。

定期和时复查 由于胃癌的恶性程度高,有可能时复发或转移。所以在第1~2年内每3个月左右应复查一次,5年内每6个月左右复查一次,5年以后,每年复查一次。如果发现复发,早期处理效果较好。

坚持后续治疗 II、III期胃癌病人有必要继续化疗和中药治疗,坚持治疗是防止复发的主要措施之一。

加强营养,饮食抗癌 饮食可以“致癌”,也可以“治癌”。因此胃癌病人要保证充足的营养,多进抗癌饮食。比如多吃大蒜,食用含维生素A、C丰富的食物。

增强体质锻炼 选择合适的体育锻炼,多吸新鲜空气,练气功等有助于康复。

病案:

吕某(男),52岁。

初诊:1999年9月21日。

主诉:患者有胃病史近20年,2次胃镜

检查均为幽门管溃疡、慢性胃炎。近2月胃脘胀痛,有阻塞感,嗳腐吞酸,腹中漉漉有声,吐出多量液体,兼有未消化食物,每日1~2次,自觉吐出为快,畏寒喜暖,头目昏眩,大便溏,量少。再次胃镜见多量空腹滞留液及食物残渣,幽门开放不全。

诊断:幽门溃疡并发不完全性梗阻。

诊查:舌苔白滑,脉沉细。

辨证:脾胃阳虚,痰饮中阻。

治法:温中健脾,降逆和胃。

处方:党参(10克)、苍术(10克)、茯苓(30克)、桂枝(8克)、法半夏(10克)、干姜(6克)、甘草(5克)、附片(6克)、枳实(10克)、苏木(10克)、赭石(30克),5剂。

二诊:药后临床症状大为减轻,原方续服5剂。

三诊:未再呕吐,梗阻症状消失。按溃疡病调治,以黄芪建中汤加味,配合自拟2号溃疡散。3个月后胃镜复查:幽门管溃疡已愈合,疤痕形成。窦部粘膜呈花斑样改变,红白相间,以红为主。

诊断:①幽门管溃疡疤痕形成;②浅表性胃炎。

浔阳晚报 历届名老中医展示

王行建

擅长领域:妇科,肝肾科,结石

张勋友

擅长领域:前列腺炎,阳痿早泄,不孕不育症等疑难杂症

易华

擅长领域:内科、疑难杂症

钟吉富

擅长领域:针刀医学治疗、骨质增生、颈、肩、腰椎病

徐四新

擅长领域:妇科、内科等

廖晓恒

擅长领域:新医正骨疗法治疗颈椎和腰椎间盘突出症

熊育火

擅长领域:慢性支气管炎、咽喉炎、小儿厌食、疳积



了解更多
名老中医
请扫二维码
关注汇生活

(点击晚报
中医菜单栏)

晚报咨询电话:

13979214481(朱先生)

中药铺子

看中医 抓中药
就到中药铺子

马狮店:18979206856
德化店:18907027031
石化店:18979206859

老中医张火喜 副主任中医师
中国当代特色名医
专业治胃五十余载

专治 胃炎、胃溃疡、肠炎、
十二指肠溃疡

电话:18172915933(微信同号)
地址:都昌县林业大厦一楼惠民堂
博客:http://blog.sina.com.cn/
dchuimintang

江西黄庆仁棧华氏
大药房有限公司九江分公司

传承百年
相伴健康

咨询电话:0792-8224776

中国医药集团
国药控股九江有限公司浔阳大药房

关爱生命
呵护健康

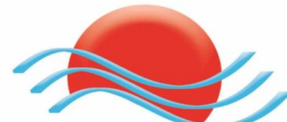
咨询电话:0792-8213227

赵医生大药房
ZYS PHARMACY

关爱从未停顿·健康就在身边

为您的健康保驾护航!

健康咨询电话:15270288044



昭辉大药房

用医药人士之专长,借祖国药
苑之百草,除四海九州之病根

健康热线:13707929373、8261239