

无新发粉刺,原有粉刺颜色渐淡,质地变软,并嘱患者禁止用手挤压丘疹,尤其是面部三角区处,清淡饮食。共治疗 12 次,粉刺已彻底消退。1 个月后随访,肤色正常,无新发。

按语:中医学认为痤疮的发生与肺、脾胃、肝功能失调有关。肺热熏蒸,血热蕴肤,宣降失司,或脾胃湿热,运化失常,邪气不下逆行于上,凝滞肌肤,或肝失疏泄,气滞则血瘀,均可导致面部肌肤营卫失和,腠理不固,加之复感外邪,经脉瘀滞,而发痤疮。治疗上应以调和营卫、清热利湿、解毒为主。火针“热因热用”,鼓舞正气,软坚散结,可使火热毒邪外散,促进气血运行,气机疏利,津液运行又可除湿。本案患者病位在面,为腹上,属阳,病因以热为主亦属阳邪,而督脉为阳脉之海,主一身之阳气,膀胱经又与诸阳之会之百会穴相通,故亦主一身之表阳,且本经分布五脏六腑之俞穴,《灵枢》言“太阳主外”,即太阳经通过其阳气抵御外邪而统营卫。火针点刺督脉及膀胱经有“阳中求阴”之义,可使营卫调和,阴平阳秘,精神可居。相关研究表明,火针点刺面部痤疮可明显改善机体面部微循环,热性又可起到杀菌止痒的作用,修复皮损组织^[7]。

上述病案中所提到的疾病病因病机总属“不通”,基于经络理论,火针关键在于通经络,行气血,以“通”体现其治病原理。经络以通为畅,经脉通则血气和,则无病。正如虞抟《医学正传》云:“通之之法,各有不同,调气以和血,调血以和气,通也;下逆者使之上行,中结者使之旁达,亦通也;虚者助之使通,寒者温之使通,无非通之之法也”,因此对于瘀滞病证不论虚实,于“通”上着手,即可奏效。

参考文献

- [1] 贺普仁. 贺普仁针灸三通法[M]. 北京:科学出版社,2014:5.
- [2] 吴峻,喻海忠,沈蓉蓉,等. 火针治疗慢性软组织损伤实验研究生化检测报告[J]. 江苏中医药,2003,24(4):38-39.
- [3] 黄滢桦. 毫火针加火罐艾灸治 100 例带状疱疹临床观察[J]. 现代医药卫生,2009,25(23):3606-3607.
- [4] 周仔贵. 毫火针配合围刺治疗带状疱疹 60 例[J]. 中国中医药科技,2011,18(1):71-72.
- [5] 杨桂兰,郑家润. 酒渣鼻的病因、发病机制与治疗学进展[J]. 国外医学·皮肤性病学分册,2001,27(3):135-138.
- [6] 黄蜀,陈纯涛,廖忠蓉,等. 火针治疗痤疮的多中心临床观察[J]. 四川中医,2006,24(3):99-100.
- [7] 王丽君,聂芸芳. 超脉冲二氧化碳点阵激光配合果酸疗法治疗凹陷性痤疮瘢痕的临床疗效观察[J]. 徐州医学院学报,2017,37(4):259-261.

基金项目:宁夏医科大学科学研究基金项目(XM2018027)

第一作者:马岩,男,主治医师,研究方向:针灸临床

(收稿日期:2020-12-15)

李伟伟运用调肾固卫推运手法 治疗复感儿验案 1 则

丛媛媛¹,雍亚云²,赵 凤¹,李伟伟²,
胡洪源¹,张萍萍¹,吴玉苗¹

- (1. 广西中医药大学,广西 南宁,530001;
- 2. 广西中医药大学第一附属医院,广西 南宁,530023)

[关键词] 反复呼吸道感染;调肾固卫;推运手法;验案;李伟伟

[中图分类号] R272.56,R246.4 [文献标识码] B
DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2021.09.033

反复呼吸道感染(recurrent respiratory tract infections, RRTI),是指患儿 1 年内上下呼吸道感染次数增多并超过一定范围的疾病^[1],患此病的小儿简称为复感儿。现代医学认为 RRTI 的发生与患儿的免疫力、营养状态、微量元素以及生活环境等密切相关,西医学针对复感儿的治疗尚无有效的方案^[2],而中医学在辨证论治基础上颇具优势。李伟伟教授在三十余年的临床工作中发现复感儿多为体虚易感的儿童,主要病机为肾气未充、卫外不固,在治疗时需注重调肾气与实卫气的关系,正如《灵枢·营卫生会》中记载:“卫出下焦。”现将其基于“卫出下焦”理论,运用调肾固卫推运手法治疗复感儿验案 1 则介绍如下。

张某,男,3 岁 8 个月,2019 年 9 月 10 日因“咳嗽 3 d”就诊。家长代诉患儿平素极易感冒,尤其在气候骤变或吹空调、食生冷瓜果后更易出现咳嗽、鼻塞流涕、乏力等症状,平均每个月发作 3~4 次。近 3 天因感寒后发病,遂来诊。现症见:咳嗽,有痰难咳出,夜咳频,呈阵发性,时有鼻塞、流涕,纳差,寐欠安,汗多,大便稍干,小便调。查体:神志清楚,精神可,面色晄白,咽部稍红肿,双侧扁桃腺 I°肿大,表面无脓点,听诊双肺呼吸音粗,未闻及干湿性啰音。舌淡、苔白润,脉沉缓。西医诊断:反复呼吸道感染。中医辨证:肺肾两虚证。治以调肾纳气、固卫止咳为法。治疗:患儿取坐位,充分暴露施术部位。1)清肺经 200 次、补肾经 300 次;2)按揉双涌泉、双肾俞、命门、肺俞各 200 次;3)掌擦“肾俞-命门-肾俞”,擦至皮下透热;4)捏脊 6 遍;5)按肩井穴 10 次。1 次/d,连续推拿 4 d。9 月 14 日二诊:患儿咳嗽较前减轻,夜间偶咳,咳痰不爽,仍有汗出,无鼻塞、流涕,纳寐可,二便正常。查体:咽部未见明显充血,双侧扁桃腺 I°肿大,表面无脓点,双肺呼吸音稍粗,未闻及干湿啰音。舌淡红、

苔白略腻,脉缓。考虑患儿咳嗽未愈,提示肾气未充,纳气失司,致使气冲至肺,故出现咳嗽未愈;肾气衰弱,无力发挥其推动作用,致津液停滞,产生痰饮,肺之清肃无能,则咳痰不爽;卫表不固则见汗出,故在原方基础上加补肾经50次,按揉定喘、涌泉各40次。1次/d,连续推拿4d。9月18日三诊:患儿汗出缓解,偶有单声昼间干咳,余病症消失。考虑患儿病趋好转,但仍未完全治愈,因调肾固卫绝非一朝一夕之功,遂继续原方推拿2d,嘱患儿家长平素注意护理调养,适避风寒。2个月后随访,家长代诉患儿发病次数明显减少,每次病程缩短。

按语:随着社会的发展,人们生活条件以及饮食习惯的改变,风扇、空调等非自然条件的影响以及小儿喜食生冷寒凉之品,使其机体正气更易受损。本案患儿因感寒后发病,急性起病,既往稍有调护不当则极易发病,表明其体虚易感。因小儿既为“纯阳”之体,又属“稚阴稚阳”之躯,有着“脏腑娇嫩、形气未充”的独特生理特点,其脏腑功能尚未发育成熟,对外邪的抵御能力较弱,易感邪发病。反复呼吸道感染主要涉及肺、肾二脏,肾气为机体一身之正气,通过三焦注流诸身,肾气不足不但可致纳气失司,且易使卫气失充,《血证论》载:“肾者水脏,水中含阳,化生元气,根结丹田,内主呼吸,达于膀胱,运行于外则为卫气。”卫气的盛衰与肾气息息相关,若肾气不能正常上输补充卫气,则卫气防御外邪、密闭腠理的作用将会减弱。《类经》云:“肺病连肾”,肺维系宣发肃降作用,肾纳气保证吸气的深度,防气逆上冲于肺引发咳嗽、哮喘、喘息等症状,而小儿“肺、肾常虚”的生理特点决定其先天之气与卫气均较成人不足,因此防治 RRTI 需责其根本、治其本原,既要扶正又要防邪祛邪,遂以鼓舞肾间动气,激发其顾护机体、防御外邪、补充卫气的功能。

《难经·八难》记载:“诸十二经脉者,皆系于生气之原。所谓生气之原者,谓十二经之根本也,谓肾间动气也。此五脏六腑之本,十二经脉之根,呼吸之门,三焦之原,一名守邪之神。”重补肾经配合捏脊刺激两侧膀胱经,培补肾气,通经络,实卫气;小儿肺脏娇嫩喜清肃,故清肺经通卫气;按肩井穴关窍以祛邪外出,同时以防外邪复侵;肾俞为肾之背俞穴,选用肾俞穴进行治疗,可增强患者的抵抗力,并且按揉双肾俞配合双涌泉、命门滋阴壮阳,补益肾元,鼓舞肾气上输卫气;肾位于腰部,左右各

一,相并而曲附于脊,掌擦“肾俞-命门-肾俞”一线鼓舞肾间动气以调动卫气流动的能力。二诊时卫气不固则汗出,加按涌泉、定喘以固卫气。此推运手法通过刺激小儿身体相应穴位以疏通经络,激发、鼓舞并充实肾气,肾气旺盛,由肾上升至肺的卫气充足,通过肺气的宣发直接布散周身,发挥其温分肉、肥腠理、充皮肤、司开阖、御外邪的作用,最终达到防治反复呼吸道感染的目的,为防治本病提供新思路。

参考文献

- [1] 韩新民. 中医儿科学[M]. 3版. 北京:人民卫生出版社,2016: 71-72.
- [2] SCHAPOWAL A, KLEIN P, JOHNSTON SL. Echinacea reduces the risk of recurrent respiratory tract infections and complications: A meta-analysis of randomized controlled trials[J]. Advances in Therapy, 2015, 32(3): 187-200.

基金项目:广西壮族自治区广西中医药治疗优势病种技术推广项目(桂科 Gzzx15-10)

第一作者:丛媛媛,女,2018级硕士研究生,研究方向:儿科肺肾系疾病与体质免疫相关性研究

通讯作者:李伟伟,男,主任医师,博士研究生导师,广西壮族自治区名中医,研究方向:儿科肺肾系疾病与体质免疫相关性研究, E-mail: 13878161612@163.com

(收稿日期:2020-12-20)

双管齐下 远离骨质疏松(二)

坚持运动

研究表明,适宜的运动不仅能够产生机械刺激促进骨形成,还能调节机体内分泌系统,提高机体雌激素的水平,进而起到预防及治疗骨质疏松的作用。在此秋高气爽之际,哪些是适合中老年人的运动?

对骨骼最有好处的运动就是抗阻力训练,包括俯卧撑、哑铃、杠铃等项目,中老年人要格外注意避免运动损伤,强调规律且循序渐进,建议1个星期锻炼3~5次,每次持续30min,坚持锻炼并保证每半年查1次骨密度。

有氧训练如爬山、健步走、游泳等可以增强心肺功能,拉伸肌肉以改善身体柔韧度,对骨骼也有好处。最好1周坚持3~5d,每天30min。需要注意的是,进行运动前一定要做好热身,运动过程中注意不要损伤膝关节。(曹晔文 <http://www.cntcm.com.cn/news.html?aid=180698>)