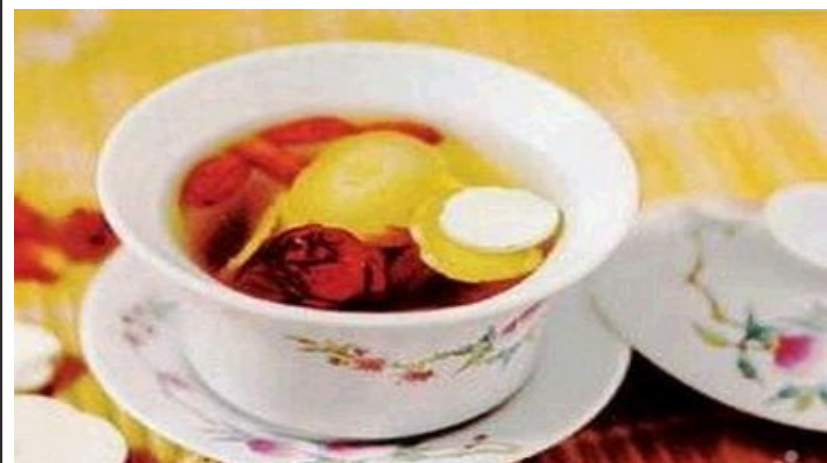


# 桑白皮茯苓茶降血脂

●代金刚



**读者汪先生咨询:**因工作压力大、应酬多,近两年我胖了不少,体检检查出了高血脂。朋友告诉我一个方子可以降血脂:以桑白皮、茯苓、荷叶、生山楂、泽泻、决明子各5克,煎茶饮。请问专家,此方是否有效?

**专家解答:**中医认为,高血脂病因主要包括几点:脾主运化,饮食不节损伤脾胃,脾之清气不能化浊,致使痰浊阻塞血脉而发病;肝主疏泄,情志不畅、肝气郁结,致使痰湿内阻而发病;肾主水,先天禀赋不足,或年

老肾精亏虚,津液代谢失调,膏脂转运障碍而发病。高血脂的根本为脾肝肾三脏虚弱,表现为痰浊、瘀血内生等。因此,治疗应从调理脾肝肾入手。

本方以桑白皮、茯苓、荷叶、生山楂、泽泻、决明子各5克,煎茶饮。桑白皮泻肺平喘、利水消肿,水道通畅,则津液无停聚,形不成血瘀。茯苓健脾化湿,脾为气血生化之源,脾运正常,膏脂才能发挥濡养的作用。荷叶清热利湿,降血脂、胆固醇,帮助减肥;生山楂祛痰化痰、降脂。这两味药在改善脏腑功能的同时,还直接减少人体对脂肪的吸收,从而降低血脂。泽泻淡渗利湿、泻肾浊,肾主水液,纳气,气机运行有赖于肾脏的温煦与蒸腾汽化。决明子清肝明目,通便,通利腑气,气机调畅有利于肝脏运行。

高血脂症是导致动脉粥样硬化、冠心病、脑血管病、肥胖、脂肪肝等病症的重要因素,要积极防治,改善生活习惯。饭菜宜清淡,多吃杂粮和绿叶蔬菜、瓜果,少吃动物内脏、动物脂肪及甜食;戒烟戒酒;保持心情愉悦;坚持体育锻炼,如散步、慢跑、做健身操等。



## 癫痫药有何副作用

●经屏

**读者蒋女士问:**我母亲今年80岁,1984年遭遇头部外伤,拿掉部分头盖骨。2001年发作癫痫,诊断为外伤性癫痫,吃卡马西平控制,三年后停药。2014年偶然喝了一点酒,癫痫复发,吃卡马西平至今。请问该药有无副作用?我发现母亲的记忆力明显减退,能停药吗?

**专家解答:**卡马西平常见的不良反应为视力模糊、复视、眼球震颤等中枢神经系统反应,以及头晕、乏力、恶心、呕吐等,多发生在用药后1~2周。少见皮疹、荨麻疹、瘙痒、肝功能异常、胆汁淤积、肝细胞性黄疸及甲减等。但未见卡马西平有记忆力减退副作用的报道。您的母亲出现记忆力减退,考虑认知功能障碍,根据是否影响日常生活能力可分为轻度认知功能障碍和痴呆。痴呆的病因较多,如阿尔茨海默病、血管性痴呆等。建议到神经内科或记忆门诊就诊,通过认知功能量表评定损害程度,进一步查找病因。若癫痫持续三年没有再发,可遵医嘱逐步减量至停用卡马西平。

## 癫痫发作咋处理

●王群

**读者丁先生问:**我爱人48岁,半年来反复出现癫痫大发作,抗癫痫药难以控制,全身各系统检查及毒物分析均难以找到病因。请问出现癫痫大发作如何现场处理?

**专家解答:**1.迅速平躺:当发现患者有发作先兆症状时,应迅速让其平躺在床上或就近躺在平整的地方。如果不能及时做上述安排,就立即扶住患者,顺势让其就地躺下,防止突然摔倒。解开过紧的衣物,如戴眼镜,请及时摘下。2.呼吸通畅:将患者的衣领纽扣打开,翻至侧卧位;若全身强直难以翻动,应将其头部偏向一侧,以便呼吸道分泌物自然流出。3.保护舌头:国内外大量证据表明,癫痫发作时患者一般不会将舌头咬破,所以无需将压舌板等硬物强行放置于磨牙间。若既往有舌咬破史,一旦发现癫痫发作先兆症状,可将包有纱布的压舌板放在上、下磨牙间,以防阵挛期将舌头咬破。4.切勿惊慌失措,远离患者四处求助,应陪在其身边,直至清醒。5.防止外伤:阵挛期时患者主要表现为四肢肌肉收缩,容易造成关节脱臼、四肢擦伤。可适当按住其四肢大关节处(如肩、肘、髌、膝),限制抽动幅度。切忌暴力按压、强行控制,以免造成骨折或肌肉损伤。6.记录癫痫发作时间,如超过5分钟,应立即送医。



## 五苓散治盗汗

●刘建和

前不久,一朋友问我:“我母亲睡觉时常醒来,前胸后背出好多汗,看到网上说五苓散可以治盗汗,真的有效吗?”并将处方发给我。具体如下:桂枝12克、赤芍12克、生白术15克、茯苓15克、泽泻9克、猪苓9克、煅龙骨30克、煅牡蛎30克、炙甘草3克,水煎服,日1剂,早晚分两次服用。

盗汗是临床常见病症之一,历代医家多从虚症论治,而且多为阴虚。《医编·汗》云:“汗者,水也,肾之所主也,内藏则为水液,上升则为津,下降

则为尿,外泄则为汗。”《黄帝内经》记载,人体正常水液经脾、肺、三焦而发于皮毛乃成为汗,通过三焦水道下输于膀胱的水液,则通过肾与膀胱的气化作用排泄于外而为尿。

五苓散化气行水利尿,可治疗小便不利,而汗为心之液,小便多自然汗少,从而治疗汗症。方中,桂枝运脾化湿,与赤芍同为治疗汗出恶风的桂枝汤主药,有敛汗作用;猪苓、茯苓、泽泻健脾化湿;白术燥湿利水、止汗;加煅龙骨和煅牡蛎均可收敛止汗,治疗盗汗有较好的效果。

## 止痛药会不会上瘾

●谢言虎

**读者郭先生问:**我今年77岁,面部经常疼痛,查了很多次都没查出毛病来。医生建议服阿片类止痛药,但我觉得吃药“治标不治本”,一旦用上可能会上瘾。请问该怎么办?

**专家解答:**这种想法是错误的。传统的治疗手段是镇痛药物加按摩、牵引、热疗、针刺等,只解决“疼痛”本身。现在疼痛科多采用微创介入技术,对出问题的神经进行营养、解压、调理、刺激、毁损等治疗,达到消炎、镇痛、改善神经功能的目的。及早、剂量充分、按时用止痛药更安全有效,所需药物强度和剂量也最低。长期得不到有效止痛治疗的病人,容易出现与神经病理性疼痛相关的交感神经功能紊乱,发展为难治性疼痛。止痛治疗的最低要求是无痛睡眠,更高要求是达到无痛休息和无痛活动。无论病人是否发作疼痛,必须按照规定的间隔时间给药,而不是按需给药。根据病情使用阿片类止痛药,不仅能有效控制疼痛,且能降低因剧痛导致死亡的危殆,提高生活质量,有效延长生存期。当疼痛消失后,随时可安全停用阿片类止痛药。



## 心脏病患者能否服三七粉

●文小敏

**读者王女士问:**我今年68岁,患有冠心病,4个月前放了两个支架,目前恢复不错。听说三七粉能活血化痰,我能不能喝?

**专家解答:**三七粉具有止血、活血化瘀、消肿定痛、滋补强壮、抗疲劳、耐缺氧、抗衰老、降血脂、降血压、提高机体免疫功能等作用,对心血管

疾病患者有益。一般情况下可以适当服用,但还应结合老人体质及其他情况综合考虑,比如三七粉性温,风寒感冒期间可以服用,而患风热感冒则不宜过多服三七粉。王女士估计目前还使用西药,可在此基础上辅助使用三七粉,建议使用前到正规医院中医科进行面诊。



## 耳朵闷堵啥原因

●龙孝斌

**读者吕先生问:**我在坐飞机、搭乘高楼电梯或乘高铁通过隧道时,常出现耳鸣、耳痛、听力下降。请问是啥原因?

**专家解答:**这可能是咽鼓管功能受影响的表现。咽鼓管的一端在中耳鼓室的前上壁,另一端在鼻咽部,是连接中耳鼓室与鼻咽部的通道,其主要功能是保持中耳内外气压平衡、引流、防止逆行感染等。由于咽鼓管与鼻咽部相通,鼻腔和鼻咽部的感染易沿咽鼓管侵入鼓室导致中耳炎。如果经常出现咽鼓管功能障碍表现,比如耳闷、耳痛,耳内堵塞感、压迫感,鼓膜紧张感,听力下降,头痛、头晕,自听增强(讲话及进食时感觉有回音)等,建议及时就诊。若确诊为分泌性中耳炎、咽鼓管功能障碍引起后遗症(鼓膜或上鼓室胆脂瘤、鼓室硬化、粘连性中耳炎及中耳胆胆固醇肉芽肿等)等疾病,可通过咽鼓管球囊扩张术治疗。医生把一个球囊导管经鼻腔放入鼻咽部的咽鼓管开口,通过球囊扩张狭窄的咽鼓管软骨部,来改善咽鼓管功能,调节鼓室内压力,使中耳积液得以迅速排出。