



中国中医研究院西苑医院消化科主任医师
全国名老中医专家学术经验继承人



老中医胃肠病

治疗与调养方

李保双 朱 清 主编



中医治疗调养胃肠病效果显著。本书首先介绍了胃肠疾病常见病症的病因及诊治要点。偏重于辨证施治，力求以人为本，注重食疗及单方验方治疗，预防调理时以和谐平衡为主。



全国百佳图书出版单位
化学工业出版社

老中医胃肠病

治疗与调养方

李保双 朱 清 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

本书主要介绍了胃肠病中西医治疗和护理的知识,具体介绍了常见胃肠疾病,如贲门失弛缓症、胃食管反流病、食管良性肿瘤、食管癌、胃炎、肠炎、胃癌、肠癌等33类胃肠疾病的病因、临床表现、中医内治、针灸治疗、西医治疗、生活调养等方面的内容,重点介绍了食疗及单方验方治疗,并对胃肠的日常保健进行了专题介绍。

本书可为消化专科的医师提供参考,也是胃肠病患者进行自我调理的指导用书。

图书在版编目(CIP)数据

老中医胃肠病治疗与调养方/李保双,朱清主编. —北京:
化学工业出版社, 2016.6
ISBN 978-7-122-26872-3

I. ①老… II. ①李…②朱… III. ①胃肠病-中西医结合-
诊疗②胃肠病-护理 IV. ①R573②R473.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第082307号

责任编辑:陈燕杰
责任校对:宋 玮

装帧设计:张 辉

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装:三河市延风印装有限公司
710mm×1000mm 1/16 印张14 字数241千字 2016年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:39.80元

版权所有 违者必究

本书编写人员

主 编 李保双 朱 清

副主编 田 波

编 委 (按姓名笔画排序)

田 波 朱 清 刘 婧 刘元媛

李保双 宋秀江 张 娇 钟 民

徐朝英 唐瑜之



前言



胃肠疾病是世界上发病人数最多的疾病之一。从个人来讲，几乎每个人在其一生中或多或少、或轻或重地得过胃肠疾病，有些人甚至长期忍受着胃肠疾病的困扰，使身心受到伤害。那么我们该如何保护胃肠道呢？

中医学是一个伟大的宝库，在长期的医疗实践活动中总结出大量的经验，对胃肠疾病有独特疗效，随着中医药现代化研究的不断深入，中西医结合胃肠疾病研究也不断进步，以病证结合研究为主要模式的中西医结合诊疗体系逐渐形成，中西医结合治疗胃肠疾病积累了很多经验，取得了很好效果。因此，为普及提高胃肠疾病知识，体现胃肠疾病最新诊疗水平，发挥中西医结合治疗胃肠疾病的优势，更好地解除胃肠疾病对人们造成的病痛，特编写了此书。

编者根据自己多年的临床经验，参阅国内外有关资料，采用最新的诊断标准，系统地阐述了胃肠疾病常见病症的病因、发病机制及诊治要点。在中医治疗上偏重于辨证施治、整体观念，力求以人为本，注重食疗及单方验方治疗，强调个性化治疗，预防调理上以和谐平衡为主。

本书重点突出、层次分明，是从事消化专科的医师和实习医师的一本较有价值的参考书，也是胃肠病患者进行自我调理的指导用书。同时本书用通俗的语言、浅显的道理向读者介绍了保护胃肠道的知识与方法。

由于编者水平有限，书中如有不妥之处，恳请广大同仁和读者批评指正，以便今后修正完善。

编 者

2016年2月于中国中医科学院西苑医院



目录

概述 胃肠病基本知识	1
第一章 食管疾病	5
第一节 贲门失弛缓症.....	6
第二节 弥漫性食管痉挛.....	12
第三节 食管裂孔疝.....	18
第四节 胃食管反流病.....	23
第五节 食管贲门黏膜撕裂综合征.....	29
第六节 食管良性肿瘤.....	34
第七节 食管癌.....	41
参考文献.....	45
第二章 胃疾病	47
第一节 急性胃炎.....	48
第二节 慢性胃炎.....	56
第三节 胃黏膜巨大肥厚症.....	64
第四节 急性胃扩张.....	68
第五节 消化性溃疡.....	72
第六节 胃大部切除术后远期并发症.....	79
第七节 胃良性肿瘤.....	85
第八节 胃癌.....	90
第九节 功能性消化不良.....	98
第十节 胃轻瘫综合征.....	104
第十一节 胃的保养.....	112
参考文献.....	115

第三章 肠道疾病	117
第一节 急性肠炎.....	118
第二节 十二指肠炎.....	124
第三节 嗜酸性粒细胞性胃肠炎.....	131
第四节 肠结核.....	135
第五节 克罗恩病.....	141
第六节 溃疡性结肠炎.....	149
第七节 吸收不良综合征.....	158
第八节 蛋白丢失性胃肠病.....	164
第九节 肠易激综合征.....	167
第十节 小肠肿瘤.....	174
第十一节 肠梗阻.....	181
第十二节 缺血性结肠炎.....	189
第十三节 真菌性肠炎.....	193
第十四节 大肠癌.....	198
第十五节 小肠出血.....	207
参考文献.....	214





概述



胃肠病基本知识



中医看脾胃的功能

消化系统疾病在中医理论中主要归属于脾胃病范畴。

脾的功能为主运化，主升举，主统血。在中医古籍中被称为“后天之本，气血生化之源”。

胃具有接受、容纳饮食水谷，并对其进行初步消化，形成食糜。被称为“太仓、水谷之海”。

▶▶ 运化水谷精微，通俗地讲就是促进食物和水液消化、吸收，并运送至全身各处，以保证人体的生长发育及正常生活。

所以如果脾胃得了病，就会导致消化吸收障碍，引起食欲不振、食后腹胀、呕吐；气血生化乏源，则神疲乏力，肢体倦怠，生长发育迟缓；水液代谢紊乱后人多出现大便溏泻，水肿之类的症状。

▶▶ 升举最主要的作用就是维持脏器位置，防止其下垂，在人得病时最常见的病症就是胃下垂。

▶▶ 还有一项是统摄血液，保持其行于脉中，而不致溢于脉外。常见症状有便血、尿血，月经淋漓不尽一类出血性疾病。

西医看脾胃的功能

西医讲的完整的消化道功能包括摄入、转运、消化、吸收、排泄，以及胃肠道相关淋巴组织的免疫功能。胃肠道黏膜、动力、分泌激素以及淋巴免疫组织产生疾病都可以出现相关症状，包括胃食管反流、炎症、消化性溃疡、功能性消化不良、肠易激综合征、炎症性肠病等。

脾胃病的常见症状和检查项目

得了胃肠病的常见症状主要表现为反酸、烧心、呕吐、胃痛、胃胀、嗝气、腹泻、便秘等。

西医消化系统疾病相关检查项目主要有血常规、便常规、生化检查、幽门螺旋杆菌相关检测、胃镜、结肠镜等消化道内镜检查、胃动力检查、食管测酸测压等。

养护脾胃的原则

1. 戒烟限酒，限制饮用咖啡、巧克力、浓茶，不宜食用辛辣刺激、过冷过



热食物。

2.起居有时，就是说不宜熬夜、不睡懒觉，保证充足睡眠时间。要有一定的活动量。

3.舒畅情志，中医常说忧思伤脾，焦虑、抑郁、忧伤、紧张过度、压力过大都会伤害到脾胃功能，所以保持心情轻松、舒畅是保护脾胃的重要方面。

4.饮食自节，是说三餐定时，粗细搭配，饮食多样，保证全面营养。细嚼慢咽，不宜过饥过饱、偏食、过食肥甘厚味。结合现代年轻人的生活习惯，要保证早餐一定要及时吃。

5.进食后适当活动，以散步为佳，保持上身直立状态，不宜立即坐卧，也不可剧烈运动。

6.夜晚睡前不宜进食。消化不良的人群限制大豆、白薯、萝卜等易产气的食物，保证饮食中可溶性纤维素的摄入等。



第一章

食管疾病



第一节 贲门失弛缓症



贲门失弛缓症是由于食管神经肌肉运动功能障碍，食管下端括约肌高压和对吞咽动作的松弛反应减弱，食物无法顺利通过而滞留，从而逐渐使食管张力减退、蠕动消失以及食管扩张的一种疾病。本病属于中医学“噎证”、“反胃”、“胃痛”等范畴。

病因病机

1. 中医病因病机

中医认为本病以饮食不节、气滞痰阻为主因，病机为气机郁滞，食滞难下，胃气上逆所致，情绪对本病有很大的作用。

2. 西医发病机制

贲门失弛缓症是神经源性疾病，食管下段的运动障碍是由于食管胆碱能神经支配缺陷所造成的。本病发病率在 $(0.5 \sim 1) / 10$ 万，最常见于20~40岁，男女发病率相等。

临床表现

1. 症状与体征

(1) 咽下困难：这是贲门失弛缓症的突出表现。大部分典型病例对固体食物和液体食物均感咽下困难，以进固体食物和冷液体食物时更为显著。一般开始缓慢，以后逐渐加重，有些病人至梗阻晚期才被发现。

(2) 食物反流：随着病情发展，多数患者出现食物反流，反出物为潴留于食管扩张部数小时或更久前咽下的食物，因未进入胃，故不呈酸性。

(3) 胸骨后疼痛：相当部分的患者在进食时有胸部不适或胸骨后疼痛，早期可能是因为食管痉挛而致，晚期则是因为食管炎而致。

(4) 呼吸道症状：尤其是夜间有反流的患者，常伴有咳嗽、咳痰、气促及睡眠有鼾声等。

(5) 其他症状：长期咽下困难可造成体重减轻、贫血等；存留的食物刺激黏膜，引起食管炎，偶尔合并真菌性食管炎；尤其是食管长期有严重潴留者可发生食管癌。

2. 辅助检查

(1) 胸片检查：早期可表现为正常，晚期食管重度扩张，胸片可显示纵隔增宽，可有液平面。

(2) 食管钡剂造影：X射线下食管吞钡检查时不见蠕动波，食管下端呈漏斗形狭窄，形似“鸟喙”样，钡剂在贲门部通过困难，食管体部显示不同程度的扩张。食管钡剂造影见食管极度扩张、延长和迂曲，扩张下段呈鸟嘴样狭窄；食管测压见食管下2/3段不出现蠕动波，高LES（食管下括约肌）压力伴松弛不良或完全失松弛表现。

(3) 食管镜检查：镜下可见食管部扩张，内有大量食物和液体存在，食管下端括约肌持续关闭，食物虽不易进入胃内，但内镜可以较容易地进入胃内而阻力不大，食管内镜检查可排除肿瘤的存在。

治 疗

中医治疗

1. 中医内治

(1) 辨证论治

① 痰气交阻

【证候特点】 吞咽梗阻，进食迟缓，胸膈不适，每遇情绪不佳而诱发或加重，心情舒畅时症状可缓解，舌质多正常，苔薄白而腻，脉多弦滑。

【治法】 理气化痰，开郁散结。

【方药】 夏苓汤合柴胡疏肝散、启膈散等加减治疗（半夏10g、厚朴12g、紫苏10g、生姜10g、郁金12g、柴胡12g、枳壳12g、旋覆花12g、赭石15g、瓜蒌15g、川贝母10g等）。

② 气血郁滞

【证候特点】 吞咽困难，胸部堵塞或疼痛，时有反流，每于冷饮后加重，舌质红暗或有瘀斑点，苔薄黄，脉多弦。

【治法】 化瘀行气，和胃降逆。

【方药】丹参饮合左金丸、金铃子散加减（丹参12g、檀香10g、吴茱萸6g、黄连10g、川楝子12g、延胡索15g、枳实12g、郁金10g、白芍12g、砂仁6g等）。

③ 阴伤血燥

【证候特点】咽下不利，哽涩而痛，口干舌燥，心烦不安，大便多秘结，舌体瘦小，暗红少津，少苔，脉多弦数而细。

【治法】滋阴养血，润燥畅膈。

【方药】益胃汤合五汁安中饮加减（沙参15g、丹参12g、生地黄15g、麦冬15g、玉竹10g、生姜汁10g、藕汁10g、枳壳12g、紫苏梗10g及赤芍、白芍各10g等）。

④ 脾胃虚弱

【证候特点】病程日久，吞咽困难加重并频繁发作，甚者食入即吐，形体消瘦，神疲乏力，泛吐清涎，大便稀薄，舌体胖大，质淡，苔白滑，脉多沉细弱。

【治法】健脾益胃，和中降逆。

【方药】香砂六君子汤加味（木香10g、砂仁6g、党参15g、黄芪15g、炒白术12g、茯苓10g、白芍10g、炙甘草10g、陈皮12g、法半夏10g、生姜10g）。

(2) 单方验方

方1 大半夏汤

【组成】法半夏30g、白术10g、人参10g（另煎兑服）。

【制用法】水煎服，1日1剂，分2次服。

【适应证】适用于本病呕吐较重者。

方2 贲门解痉方

【组成】炒瓜蒌皮、炒白芍、法半夏各20g，甘松、制香附、佛手、炙甘草各10g，大枣10枚。

【制用法】水煎服，1日1剂，分2次服。

【适应证】适用于本病呕吐、胃痛、反胃较显著者。

方3 畅膈汤

【组成】法半夏、厚朴、枳壳、瓜蒌、郁金各15g，石菖蒲、木香各10g，白芍20g。

【制用法】水煎服，1日1剂，分2次服。

【适应证】适用于内镜下气囊扩张术后的患者。

方4 启膈散加味

【组成】沙参15g、丹参20g、茯苓10g、川贝母10g、郁金12g、延胡索15g、砂仁5g（后下）。

【制用法】水煎服，1日1剂，分2次服。

【适应证】适用于咽食哽咽不下，伴有噎气、疼痛者。

（3）中成药

① 开胸顺气丸：具有消积化滞、行气止痛的作用。适用于痰气瘀阻之胸胁胀满、气郁食滞者。口服每次6～9g，每日2～3次。

② 木香顺气丸：具有顺气解郁、和胃消食的作用。适用于痰气交阻仅有轻度吞咽不适者。口服每次6～9g，每日2～3次。

2. 针灸治疗

取穴：①内关、合谷、足三里、膻中；②阳陵泉、中脘、太冲、胃俞。两方交替使用，同时配合艾灸法。每日1次，每次留针20～30min，10天为1个疗程。

西医治疗

（1）一般治疗：应注意饮食成分和进食速度，饮水有助于进食。

（2）药物治疗

硝酸酯类（硝酸甘油片，每次0.6mg，每日3次，餐前15min舌下含化；硝酸异山梨酯5mg，每日3次，口服）能直接松弛食管下端括约肌，改善食管的排空；

钙拮抗剂（硝苯地平，每次10mg，每日3次，口服）能降低食管下端括约肌的张力；

平滑肌松弛剂（解痉灵片或针剂，每次10mg，每日4次，口服或肌注）可促进食管排空，对明显食物潴留者有效，可暂时缓解症状。

（3）食管扩张：应用气囊扩张术，扩张LES区，能缓解症状。内镜直视下于LES区域不同方位注射肉毒杆菌毒素，也可获得满意的疗效。

（4）手术治疗：如药物或扩张治疗未能获得满意疗效，患者症状仍很明显，又无手术禁忌，可以考虑手术治疗，常采用Heller术式。

生活调养

1. 进行适当的运动

餐前、餐后1h最好适当运动，餐前运动量可以稍大一些，餐后则以散步

为主，每次30～40min；不宜食后立即躺下。

2. 培养良好的饮食习惯

本病常见于20～40岁，这和青壮年人的饮食特点有关：

一是饮食速度较快；

二是常暴饮暴食；

三是饮食冷热不节。

所以建立良好的饮食习惯：

饮食要细嚼慢咽，干稀搭配；

避免暴饮暴食，适可而止；

不吃过凉或者过热的食物；

不吃特别辣的食物，以免引起膈肌及食管痉挛。

这些良好的饮食习惯都可以避免对食管的过度和频繁刺激，以减少本病的发生。饮食以低脂、低胆固醇为主，少食多餐，睡前最好不要进食。

药膳治疗方推荐如下。

(1) 石斛粳米粥：鲜石斛30g，粳米50g，冰糖适量。将石斛先煮汁取100ml，去渣后再加粳米、冰糖煮粥，早晚配餐食用。适用于阴虚胃热者。

(2) 佛手柑粥：佛手柑15g，粳米100g，冰糖适量。将佛手柑切片装入纱布袋中，待粳米煮粥至八成熟时放入纱布袋，再煮约20min，去纱布袋，放入冰糖即可配餐食用。适用于肝胃不和者。

(3) 良附饮：每次取香附6g、高良姜3g，泡水代茶频饮。适用于气滞血瘀者。

(4) 乌梅饮：乌梅2个，水250g，冰糖适量。将洗净的乌梅同水共煮10min，加入冰糖，代茶饮。坚持服用对本病效果明显。

(5) 乌梅粥：乌梅3个，大米100g。将乌梅洗净、去核、切碎，同大米共煮成粥，正餐食用，每日1次，每次100g。具有收敛生津、养胃除烦的作用。适于症见吞咽不爽、嗝气呃逆、消瘦便干者。

(6) 苍术炖猪肚：将苍术15g、厚朴10g、陈皮10g、生姜10g、葱10g、红枣6枚、甘草6g放入洗净的猪肚内，扎紧口后放入炖锅内，加水适量炖至熟透，加入适量盐，捞出猪肚去除药渣，将猪肚切成碎块或细条放回汤中。具有健脾益胃、补中益气的作用。用于本病因脾胃不和而致食物反流、咽下不爽、纳少乏力者。

(7) 香附陈皮炖鹌鹑：将2只鹌鹑宰杀，去毛、爪及内脏，葱10g、料酒15g，将香附10g、陈皮15g、苍术20g、厚朴15g、生姜10g、红枣6个、甘草