

名中医门诊

脾胃病

主编
魏玮



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

名中医门诊

——脾胃病

MINGZHONGYI MENZHEN

——PIWEIBING



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

名中医门诊——脾胃病 / 魏玮主编. —北京: 人民军医出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5091-7852-2

I. ①名… II. ①魏… III. ①脾胃病—中医治疗法
IV. ①R242②R256.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 246711 号

策划编辑: 刘立 文字编辑: 蒲晓锋 李昆 责任审读: 周晓洲 赵晶辉

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8708

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 京南印刷厂

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 8.75 字数: 185 千字

版、印次: 2014 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—3500

定价: 23.80 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内容提要

本书详细介绍了与中医脾胃病相关的口腔溃疡、胃食管反流病、慢性萎缩性胃炎、上消化道溃疡、胰腺炎、胆囊炎与胆结石、肠易激综合征、大肠息肉等 18 种临床常见疾病的中西医结合预防与治疗。本书内容通俗易懂，适合普通百姓及广大基层医务人员阅读参考。

前 言

祖国传统中医药学博大精深。随着人们防病治病健康意识的不断增强，大众对医学科普图书的需求越来越强烈。我们注意到，国内外很多专家、学者近年来也愈加重视对中医药理论与临床的研究。如何将古朴深奥的中医药知识科学地普及到更多的人群，是值得我们关注的课题。

“医之为道大矣，医之为任重矣。”作为一名在一线工作了近30年的临床医生，自知医道性命攸关，不敢不慎。中医讲：“脾胃乃后天之本。”中医的脾胃病与西医的消化系统疾病有很多近似性，与每个人的生活息息相关。多年来，经常在门诊听到患者希望医生多给他们讲讲自己的病的请求，最好是从临床用药思想到日常调护、预防保健等。经常来咨询的患者多，患者提出疑惑的地方比较集中，这本书就是我平时解答相关疾病时，患者最关心、最想知道的一些问题，也是临床医生结合实际，从专业的角度告诉广大读者的话。写作这本书是想指导百姓建立健康的生活方式，我希望不仅在患者求诊时通过中西医结合防治疾病的手段缓解他们的病痛，更希望他们以后对自己的健康都有正确的认识。古语有云：“授之以鱼不如授之以渔”，正是如此。

想要做好一名医生，实在任重而道远。临床27年来，患者

常向我咨询各种问题，我也为此涉猎了多个学科的知识，从心理学到营养学，对本专业各类疾病的患者所关心的相关问题也渐渐自成体系。恰逢人民军医出版社此时为“名中医门诊”系列书向我约稿，于是就有了这本书的问世。

全书共 18 章，内容涉及与中医脾胃病相关的口腔溃疡、胃食管反流病、慢性萎缩性胃炎、消化性溃疡、胰腺炎、胆囊炎与胆结石、肠易激综合征、大肠息肉等临床常见病、多发病，主要包括病名简介、警惕信号、病因病机、诊断标准、中西医结合治疗方法、饮食调护、其他护理、保健与预防等内容。最后附有病案，帮助读者结合实际理解书中内容。

从开始动笔到结束，历经半年多的时间，书稿几经修改，最终定稿，心中充满了沉甸甸的喜悦。这本书的出版，不仅是我一个人的努力，更要感谢中国中医科学院望京医院脾胃病科相关参编人员，这其中有我的同事和我的硕士研究生、博士研究生们。为了顺利完成这本书的写作，他们付出了宝贵的时间和精力。在修改书稿期间，我们一共开了大大小小近 10 次座谈会，会上大家积极地发言讨论，为使书中内容写得更贴近百姓生活，反复修改语调、体例和格式，感谢他们！更要感谢我的患者们，是他们的信任与希望让我在临床医生这条路上继续前行，尽更大的努力，尽可能帮助更多患者免受疾病之苦。

中国中医科学院望京医院 魏 玮

2014 年 7 月

目 录

| | |
|-----------------|----|
| 第1章 口臭 | 1 |
| 导语：尴尬的口腔异味 | 1 |
| 揭开口臭的神秘面具 | 1 |
| 直面口臭 | 3 |
| 口臭罪魁——幽门螺杆菌 | 5 |
| 口臭也是一种心理负担 | 5 |
| 口臭四大危害 | 6 |
| 口臭的自我检测方法 | 7 |
| 消除口臭，让你不再“难以启齿” | 8 |
| 且看中医药如何攻克口臭 | 9 |
| 明确病因，药到“味”除 | 10 |
| 第2章 口腔溃疡 | 12 |
| 导语：红黄凹痛的口腔溃疡 | 12 |
| 口腔溃疡——反反复复为哪般 | 12 |
| 口腔溃疡危害多 | 14 |
| 如何与口腔溃疡过招 | 15 |
| 口腔溃疡的饮食防治 | 17 |

| | |
|--------------------------|-----------|
| 中医中药起效良 | 19 |
| 短期应急有妙招 | 22 |
| 巧贴足心治口疮 | 22 |
| 第3章 胃食管反流病 | 24 |
| 导语：小心反酸烧心 | 24 |
| 警惕信号 | 24 |
| 罪魁祸首是什么 | 26 |
| 如何清楚自己是否患有胃食管反流病 | 27 |
| 如何减轻或祛除胃食管反流病带来的不适——治疗方法 | 30 |
| 诊断明确疗效好 | 35 |
| 第4章 功能性消化不良 | 38 |
| 导语：功能性疾病也是病 | 38 |
| 功能性疾病不简单 | 38 |
| 完善检查，明确诊断 | 39 |
| 了解病因，防微杜渐 | 42 |
| 调摄治疗，中西合璧 | 43 |
| 中药调摄复功能 | 49 |
| 第5章 幽门螺杆菌感染 | 52 |
| 导语：在这里，认识幽门螺杆菌 | 52 |
| 发现幽门螺杆菌 | 52 |
| 幽门螺杆菌的传播 | 54 |

| | |
|--|-----------|
| 感染了幽门螺杆菌是不是很容易得胃癌 | 56 |
| 中医怎么看 | 57 |
| 小心! 胃痛、反酸、口臭 | 59 |
| 三种检测方法 | 60 |
| 幽门螺杆菌感染的相关疾病 | 61 |
| 西药灭菌、中医辨证 | 62 |
| 幽门螺杆菌的饮食调理 | 65 |
| 不可轻视的幽门螺杆菌 | 66 |
| 第 6 章 慢性萎缩性胃炎、肠上皮化生与非典型增生 | 68 |
| 导语: 萎缩性胃炎就是癌前期吗 | 68 |
| 慢性萎缩性胃炎——是胃萎缩、变小了吗 | 68 |
| 肠上皮化生与非典型增生 | 69 |
| 临床症状非特异 | 71 |
| 哪些因素会引起慢性萎缩性胃炎 | 71 |
| 需要做哪些检查 | 74 |
| 西医治疗方案 | 74 |
| 听听中医怎么说 | 77 |
| 关于“老胃病”的“三分治”和“七分养” | 80 |
| 久病配合养生医 | 83 |
| 第 7 章 消化性溃疡 | 85 |
| 导语: 最常见的消化病 | 85 |
| 上腹痛就是消化性溃疡 | 85 |

| | |
|---------------------------|-----|
| 消化性溃疡从何而来 | 87 |
| 中医对消化性溃疡的辨证分型 | 89 |
| 如何战胜消化性溃疡 | 91 |
| 将消化性溃疡置之不理会如何 | 95 |
| 消化性溃疡的并发症 | 95 |
| 警惕! 不良生活方式——胃病的罪魁祸首 | 98 |
| 第8章 酒精肝 | 100 |
| 导语: 杜康误我 | 100 |
| 喝酒导致“引祸上身” | 101 |
| 警惕“啤酒肚” | 102 |
| 酒精性肝病的祸根 | 103 |
| 酒是如何损害肝脏的 | 104 |
| 彩超可以确诊酒精肝吗 | 106 |
| 摆脱酒精肝的方法 | 107 |
| 日常调护 | 112 |
| 扶正祛邪治疗酒精肝 | 114 |
| 第9章 脂肪肝 | 116 |
| 导语: 吃出来的肝病 | 116 |
| 认识脂肪肝 | 116 |
| 肥胖者需谨慎 | 117 |
| 脂肪肝的形成 | 118 |
| 只做彩超可以吗 | 120 |

| | |
|----------------------------|------------|
| 脂肪肝是“富贵病” | 121 |
| 中医治疗 | 123 |
| 日常调护 | 126 |
| 药膳调理 | 127 |
| 中西合璧治疗重度脂肪肝 | 128 |
| 第 10 章 药物性肝损伤 | 130 |
| 导语：都要重视的肝损伤 | 130 |
| 什么叫药物性肝损伤 | 130 |
| 药物伤肝是比较常见的 | 131 |
| 哪些药物能引起肝损伤 | 132 |
| 怎样警惕药物性肝损伤的发生 | 133 |
| 药物性肝损伤是如何发生的 | 137 |
| 药物性肝损伤的诊断 | 138 |
| 药物性肝损伤的治疗 | 139 |
| 中医如何治疗药物性肝损伤 | 140 |
| 药物性肝损伤的预后 | 142 |
| 长期服药需谨慎，定期检测保健康 | 143 |
| 第 11 章 病毒性肝炎 | 145 |
| 导语：谈毒色变的传染性肝炎 | 145 |
| 乙型肝炎 | 146 |
| 甲型肝炎 | 148 |
| 丙型肝炎 | 149 |

| | |
|----------------------|------------|
| 丁型肝炎 | 149 |
| 戊型肝炎 | 150 |
| 如何读懂化验单 | 150 |
| 病毒性肝炎——中医的“十八般武艺” | 151 |
| 养肝护肝小常识 | 156 |
| 饮食养肝法 | 157 |
| 明确诊断金指标——肝穿刺活检 | 160 |
| 中医推拿养肝 | 161 |
| 第12章 胰腺炎 | 162 |
| 导语：生命的杀手 | 162 |
| 急性胰腺炎 | 163 |
| 慢性胰腺炎 | 171 |
| 第13章 胆囊炎与胆囊结石 | 178 |
| 导语：容易被遗忘的胆囊 | 178 |
| 胆囊炎与胆囊结石 | 178 |
| 警惕信号 | 179 |
| 是什么伤害了胆囊 | 180 |
| 中医对胆囊炎、胆囊结石的认识 | 181 |
| 西医诊断 | 184 |
| 中西医结合治疗胆囊 | 185 |
| 预防胆囊炎和胆结石 | 188 |
| 明辨虚实、攻补兼施疗结石 | 191 |

| | |
|----------------|-----|
| 第 14 章 便秘 | 194 |
| 导语：难言之隐 | 194 |
| 是什么破坏了肠道的正常工作 | 194 |
| 中医对便秘的认识 | 196 |
| 为肠子做“体检” | 197 |
| 便秘的诊断 | 200 |
| 便秘的中医分型 | 201 |
| 让肠子动起来 | 202 |
| 改掉不良习惯，别惯坏了肠子 | 208 |
| 多年便秘中药治病案一则 | 209 |
| 第 15 章 肠易激综合征 | 211 |
| 导语：容易被激惹的肠道 | 211 |
| 警惕信号——腹痛、腹泻或便秘 | 212 |
| 是什么激惹了肠子 | 213 |
| 肠镜检查是必须的吗 | 215 |
| 如何安抚激惹的肠子 | 216 |
| 推拿法 | 218 |
| 日常生活调护 | 219 |
| 食疗方 | 221 |
| 巧调情志医腹泻 | 222 |
| 第 16 章 慢性腹泻 | 225 |
| 导语：道在尿溺之中 | 225 |

| | |
|--------------------------|------------|
| 不仅仅只有腹泻 | 226 |
| 多因结一果 | 226 |
| 三大要素明腹泻 | 228 |
| 同是腹泻，治法迥异 | 228 |
| 温灸疗法 | 230 |
| 推拿养生，提肛助运 | 231 |
| 调理预防在平时 | 232 |
| 膳食调理，调治兼顾 | 233 |
| 误区纠正 | 236 |
| 术后脾胃慢慢养 | 236 |
| 第17章 溃疡性结肠炎 | 239 |
| 导语：肠道之溃，根在全身 | 239 |
| 溃疡性结肠炎警惕信号 | 239 |
| 溃疡性结肠炎的病因 | 240 |
| 需做何种检查 | 241 |
| 西医治疗溃疡性结肠炎 | 242 |
| 中医治疗溃疡性结肠炎 | 245 |
| 起居、饮食及心身调摄 | 247 |
| 标本同治、温清并用疗溃结 | 248 |
| 第18章 大肠息肉 | 251 |
| 导语：肠道里长出来的“蘑菇” | 251 |
| 息肉从何而来 | 251 |

| | |
|---------------------------|-----|
| 中医对大肠息肉的认识 | 252 |
| 大肠息肉的相关症状 | 253 |
| 大肠息肉的诊断 | 254 |
| 息肉亦有善恶之分 | 254 |
| 西医应对大肠息肉 | 255 |
| 中医疗法治大肠息肉 | 257 |
| 预防与调护 | 260 |
| 明确病情，及早医治——肠镜检查的必要性 | 261 |

第1章

口臭

导语：尴尬的口腔异味

口臭，是一个我们并不陌生的名词。你是否曾经遇到过这样一个尴尬的场面：开口跟别人畅谈的时候，随之而出的却是自己都闻得到的口气。口气重不仅会让自己尴尬，使得自己不敢与别人靠得太近，而且会让别人厌烦。这种从口腔或其他充满空气的空腔，如鼻、鼻窦、咽中所散发出的臭气，严重影响人们的社会交往和心理健康。日前，口臭已经越来越被人们重视。世界卫生组织已将口臭作为一种疾病进行报道。据调查显示，中国约有27.5%的人患有口臭，这相当于3.7亿人口！而在西方国家，口臭患病率更是高达50%。全球有10%~65%的人曾患有口臭。如今，口臭问题已经引起了国内外专家学者的重视，在欧洲、美国、加拿大等地许多医院都专门开设了口气门诊。

揭开口臭的神秘面具

其实，口臭并不可怕。要根治口臭，除了刷牙漱口，嚼口香糖外，还要了解口臭的成因，才能对症下药更好地治疗口臭。是

什么原因导致口臭呢？

1. 口腔问题 患有口腔疾病或者不注意口腔卫生的人，其口腔内容易滋生细菌，从而分解产生出硫化物，发出腐败的气味。

2. 日常饮食 吸烟、饮酒、喝咖啡以及经常吃葱、蒜、韭菜等辛辣刺激性食物，或嗜好臭豆腐、臭鸡蛋等具有臭味食物的人，也易发生口臭。

3. 晚餐太“重” 晚饭吃得过饱，或进食肉类、油腻食物比重过大，或辛热刺激性调料用量过大，浓香有余，清淡不足，晚餐距睡眠时间过短，睡觉时胃中还存留着过多食物等，均易出现口中异味的现象。

4. 进食过少或生理功能减退 节食减肥，或因病不能进食，或老年人的唾液腺功能减退，或妇女在月经期间出现内分泌紊乱而导致唾液分泌减少，有利于厌氧菌生长，因此发生口臭。

5. 药物原因 服用使唾液分泌减少的药物，如某些镇静药、降血压药、阿托品类药、利尿药以及具有温补作用的中药等，也会发生口臭。

6. 疾病原因 胃肠道疾病，如消化性溃疡、慢性胃炎、功能性消化不良等，可引起口臭的发生；幽门螺杆菌感染也有可能促使厌氧菌处于活跃状态，或直接产生硫化物，引起口臭；糖尿病酮症酸中毒、肝性脑病及一些呼吸道疾病，如肺脓肿、支气管扩张、鼻窦炎、咽喉炎、扁桃体炎等，亦可能引发口臭；长期便秘，会因体内产生的有害物质不能及时排出，被吸收入血而引起口臭以及腹胀、食欲缺乏、易怒等自体中毒症状。

7. 青春期女性 有些处于青春发育期的女性，卵巢功能不