

贾林山 马 华 编著
山西科学技术出版社

治疗胃肠病

效方 · 按摩 · 食疗

56.3



晋新登字 5 号

内 容 提 要

本书从常见胃肠病出发,分别介绍了其诊断及治疗,对每一个疾病均从病因病理、诊治要点、治疗效方、按摩方法、食疗处方方面作了重点论述,以帮助广大读者自我诊断、自我治疗,在疾病的治疗及其恢复期,效方、按摩、食疗均可酌情选用,以提高治疗效果。本书篇幅虽小,但通俗易懂,方法可靠,可用作家庭保健指南,也可作为疾病突发时的应急手段。

治疗胃肠病效方·按摩·食疗

贾林山 马 华 编著

山西科学技术出版社出版

(太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 晋中日报印刷厂印刷

*

开本:787×1092 1/32 印张:4.5 字数:105千字

1992年5月第1版 1992年5月太原第1次印刷

印数:1~6700

*

ISBN 7—5377—0576—3

R·233 定价:2.25元

100070

序

我在政府部门工作时，曾经常到省城各类医院了解情况，亲睹过医疗室外待诊的“长龙”，也曾深入乡村调查过尚待强化的医疗技术、尚待改进的医疗设施。其时，为百姓“解除病痛”的愿望久积在心，几乎成了我的心病。直至到新闻出版系统工作，当成摞的医学书籍搁置案头，从中我似乎看出了患者与医书之间的端倪：一是百姓缺乏卫生保健常识，致使患病率增加；二是大量的医书或为学术专著或理论争鸣，艰深晦涩，均是出版给医生们看的，群众得不到一般的医疗知识，病无巨细当然全得上医院。《效方·按摩·食疗》的主编卢祥之同志邀我为这套医疗科普丛书写个序，我想就从此谈起。

国家“八五”规划，把医疗卫生工作的重点放到农村，是从中国的国情出发的，有鲜明的群众观点，其意义的深远正在于要求医疗工作更好地为基层服务。党把为人民服务作为对出版工作的一个最根本要求，繁荣出版，就是满足人民群众不同层次的、多方面的、健康的精神需求。从目前的出版状况看，消遣性、娱乐性图书的比例不断增长，学术著作较少，即便出版也大都艰深难懂，不易为一般群众接受，而广大群众尤为需求的有较强知识性、适用性的普及类图书却寥寥甚少，不尽合理



的图书结构致使群众买称心书难的呼声也越来越高。

《效方·按摩·食疗》以常见的心脏病、肝肾病、妇女病、胃肠病、腰腿病、儿科病、癫痫瘰病等为主要内容,共七册,详尽介绍了治疗上述病症传统的和现代的有效方剂、按摩手法和食疗方法,每一分册均基本做到了有论述、有方法、有药剂。我推荐这类书,不仅仅因为它作为医疗科普读物,精方简药,实用有效,更主要的是因为它从酝酿到付梓出版始终本着“为读者着想,为群众服务”的原则,在编辑过程中尽量适应一般读者的阅读层次和水平,对病症分析的论述详细通俗,医疗方法也简便易行,本书作为医疗科普丛书,起了很好的导向作用,对于使图书结构日趋合理同样具有积极意义。

愿本书能做广大读者的良师益友,愿更多为人民群众服务的好书问世。

山西省新闻出版局局长 贾鸿鸣

一九九二年春于太原

目 录

第一章	胃肠病的生理病理特点	(1)
	第一节 生理特点.....	(1)
	第二节 病理特点.....	(2)
第二章	诊法与辨证	(6)
	第一节 问诊.....	(6)
	第二节 望诊.....	(8)
	第三节 闻诊	(10)
	第四节 切诊	(11)
第三章	治疗方法	(12)
	第一节 理气法	(12)
	第二节 升降法	(13)
	第三节 和胃法	(14)
	第四节 清胃法	(14)
	第五节 养胃阴法	(15)
	第六节 温胃法	(16)
第四章	常见病治疗	(17)
	第一节 胃脘痛	(17)
	第二节 膈肌痉挛	(24)
	第三节 胃下垂	(31)

第四节	噎膈	(37)
第五节	胃扭转	(42)
第六节	上消化道出血	(46)
第七节	呕吐	(52)
第八节	胃癌	(59)
第九节	急性胃扩张	(65)
第十节	慢性非特异性溃疡性结肠炎	(68)
第十一节	胃肠神经官能症	(73)
第十二节	便秘	(78)
第十三节	细菌性痢疾	(85)
第十四节	急性阑尾炎	(90)
第十五节	腹泻	(95)
第十六节	腹痛	(103)
第十七节	肠结核	(109)
第十八节	肠梗阻	(114)
第十九节	结肠癌	(119)
附录一:	有益于胃肠病治疗的食物药物的功能与主治	(122)
附录二:	癌症患者的饮食注意事项	(134)
附录三:	主要参考书目	(137)

第一章 胃肠的生理病理特点

胃肠系统由脾、胃、小肠、大肠、唇口组成。

中医学里的胃肠,虽包括解剖可见的实体,但主要泛指消化系统的生理功能。其生理功能为受纳和腐熟水谷,传化和排泄糟粕。如《素问·五脏别论》:“六腑者,传化物而不藏,故实而不能满也。”由于胃肠的主要生理特点是传化水谷,需要不断地受纳、消化、传导和排泄,虚实交替,宜通而不宜滞,所以病理上就有“逆”或“闭”的特点,故有胃气上逆之呕吐、呃逆、噎膈等和腑气不通之腹胀、便秘等症。在治疗上就要因势利导,顺其生理特性来用药,故前人有“胃肠以通为用,腑病以通为补”的见解。

第一节 生理特点

胃

胃在膈下,上通食道,下接小肠。胃的上口为贲门,下口为幽门,其主要功能是:

1. 主受纳、腐熟水谷 胃为水谷之海,阳明之腑,水谷容纳于胃,经胃中阳气腐熟之后,下传小肠。

2. 主通降 胃以降为顺,水谷入胃经腐熟后,必须在胃气下降的基础上推动水谷继续下行入小肠,进一步消化吸收,其精微物质由脾吸收而糟粕则下传大肠,由肛门排出体外。《灵

枢·平人绝谷》篇说：“胃满则肠虚，肠满则胃虚，更虚更满，故气得上下，五脏安定。”胃肠的虚实更替，表现出泻而不藏，动而不静，降而不升，实而不能满，以通降下行为顺的生理特点。脾主运化，主升清，与胃互为表里，只有脾升胃降，纳运配合，才能完成饮食物消化吸收和输布的生理功能，以发挥其益气、生血、统血、滋养脏腑百脉，维持人体生命活动，故祖国医学称脾胃为“后天之本”。

小肠

小肠上接胃腑，下联大肠，其主要生理功能是受盛、化物、泌别清浊。受盛，即将胃中传来的水谷食糜接受下来，较长时间盛在小肠内；化物，即把肠中食糜进行彻底地消化，将其分为水谷精微、糟粕、水液；泌别清浊，即将小肠中经过消化而产生的水谷精微加以吸收，由脾输布全身，将糟粕下传大肠，所以《灵兰秘典论》说：“小肠者，受盛之官，化物出焉。”一般所说的脾主运化水谷，实际是指小肠泌别清浊的作用而言。

大肠

大肠上端在阑门与小肠相接，下端通过肛门与体外相通。它的主要生理功能是：传化糟粕与主津。即将小肠经阑门传入的水谷之糟粕，向下传导，经肛门排出体外。传导过程中，一方面吸收糟粕中的残余津液，使之由糊状变化成形，成为黄色的粪便。故《灵兰秘典论》说：“大肠者，传导之官，变化出焉。”

第二节 病理特点

引起胃肠疾病的原因，不外外感六淫、内伤七情、饮食劳倦三个方面。三者均可造成胃肠生理功能反常而反映出不同

的病理现象。外感六淫之邪,或自口鼻而入,直犯中道,或自皮毛而入,内传胃肠,均可引起胃肠疾病,其中又以湿、热、寒三邪损伤胃肠,更为突出。湿分内外二因,外因多由冒雨涉水或居处潮湿所致;内因多由水湿停滞而成。湿为阴邪,其性凝滞,留着中焦,缠绵难去,以气机升降和运化失常为主要病变。热邪也分内外二因。外因多由热邪入里,灼伤津液所致。内因多由胃阳素盛,情志之火相并,而致阴伤津枯为主要病变。寒为阴邪,最易伤人阳气,若寒邪直中,则呈里寒;自身阳虚,寒从中生,亦可成为中焦虚寒病理。此外,忧思郁怒,饮食不节,劳倦太过,也是直接或间接导致胃肠发病的原因。而体内的病理产物——痰饮、水湿、瘀浊等,则是继发或加重肠胃病变的内在病因。

胃

由于胃肠的主要功能是纳运水谷,而升清降浊又是纳运功能的具体体现,所以胃肠发生病理改变的主要反映,也就是纳运升降异常。

1. 受纳障碍,腐熟异常 胃的受纳障碍可引起饮食减少或食不知味;腐熟异常可表现在两方面:由于胃热,胃火均能引起胃的腐熟水谷功能亢进,而出现胃中嘈杂、消谷善饥等症;胃寒则腐熟水谷功能减退,使宿食内停,完谷不化。

2. 胃失和降 轻则胃气不降可表现为胃脘胀满、疼痛,大便不畅;甚则胃气上逆,可出现嗝气、呃逆、恶心呕吐等症。

3. 胃中燥热 胃为阳土,邪气犯胃易化热、化燥,故胃病以燥热亢盛多见,如出现口渴欲饮,身热面红目赤,齿龈肿痛,汗多,尿黄赤,大便干,舌苔黄燥,脉洪大等症,甚则燥热伤阴耗液,表现口干咽燥,舌红无苔,脉细数,大便秘结等。

小肠

小肠的病变,多因饮食不节,损伤脾胃,或心经火热下移所致。前者多由寒湿内侵,后者多呈小肠实热。若受盛失司,上则呕吐,下为泄泻;化物无力,则粪便中常见不消化食物,甚至完谷不化;泌别清浊失职,则大便泄泻,小便减少,日久则消瘦。

1. 小肠气滞 凡由各种原因引起小肠气机郁阻,产生以小便拘急引痛或攻逐疼痛,牵引上下为主症的病变,都属小肠气滞的病理。

2. 小肠虚寒 凡由肾阳不足,命火衰微,以致小肠失却温煦,或寒邪内袭,中阳受伤,引起以小腹隐痛、便溏、溲清为主症的病变,都属小肠虚寒的病理。

3. 小肠实热 凡由实热蕴滞小肠及其经络,影响泌别清浊功能,引起以小便赤涩热痛为主症的病变,都属小肠实热的病理。由于心与小肠相表里,小肠实热多由心经之热循经下移小肠所致。因此,常与心火上炎病变同时发生。

大肠

大肠职司传送糟粕,以排出体外;又主津液的进一步吸收。大肠有病则传道失常,出现肠鸣、便溏、腹泻,或热灼津亏和津液不足而见便结、便秘等症。

1. 大肠湿热 引起大肠湿热的原因,多为感受湿热外邪,或饮食不节等因素所致。其基本病理为气血郁滞,传导失职。其病机变化有两种形式。其一,湿热下注,热迫津液,表现为腹痛、泄泻、大便黄浊粘滞,或便下臭秽稀水等症。其二,湿热胶着,损伤气血,表现为腹痛、里急后重、便下脓血等症。

2. 大肠液亏 多由素体阴亏,或久病伤阴,或热病后津液

未复,或妇女产后出血过多等致津液不足,不能濡润大肠所表现的一系列病理变化。临床症见大便秘结干燥,难以排出,常数日一行,口干咽燥,或伴有头晕,舌红少津,脉细涩等症。

3. 肠虚滑泻 多由泻痢久延不愈所致大肠阳气虚衰不能固摄,表现为泄泻无度或失禁脱肛,腹痛隐隐,喜温喜按,舌淡苔白滑,脉沉弱等病理特征。

第二章 诊法与辨证

诊法,即望、闻、问、切四种诊断疾病的方法,是辨证的基础。

第一节 问 诊

胃肠病的问诊,主要从以下几个方面着重问起。

1. 问胃脘部 胃脘是指上腹中部鸠尾下(包括上、中、下脘及整个胃体),是胃所在的部位。胃主受纳腐熟水谷,以和为善,以降为顺。凡寒热、食积、气滞等病因及机体阴阳失调,皆可损伤胃腑,而出现胃脘部的异常症状。故询问胃脘部的异常情况,主要可以诊察胃腑疾病的寒热虚实。

①胃脘冷痛剧烈,得热痛减者,属寒邪犯胃。是寒邪直中,损伤胃阳,使胃脘拘急所致。

②胃脘灼热疼痛,消谷善饥,口臭便秘者,属胃火炽盛。是火邪伤津,胃的腐熟功能亢进所致。

③胃脘胀痛,暖气,郁怒则痛甚者,属胃腑气滞。是因气郁不舒,肝气犯胃所致。

④胃脘刺痛,痛有定处者,属胃腑血瘀。

⑤胃脘隐痛,喜暖喜按,呕吐清水者,属胃阳虚。

⑥胃脘灼痛嘈杂,饥不欲食,舌红少苔者,属胃阴虚。

2. 问腹部 询问腹部的病理表现可以察知疾病所在的脏

腑和病性的寒热虚实。

①腹部隐痛，喜暖喜按，便溏者，为脾胃虚寒，运化失职所致。

②绕脐痛，起包块，按之可移者，为虫积。

③凡腹痛暴急剧烈，胀痛，拒按，得食痛甚者，多属实证。

④凡腹痛绵绵，隐痛，喜按，得食痛减者，多属虚证。

⑤凡腹痛，得热痛减者，多属寒证。

⑥凡腹痛，痛而喜冷者，多属热证。

3. 问饮食与口味 问饮食多少，可知脾胃的盛衰；问口味好恶，可察脏腑的虚实。

①食少纳呆，兼见消瘦乏力，腹胀便溏，舌淡脉虚者，属脾胃气虚。

②厌食，兼见暖气酸腐，脘腹胀痛，舌苔厚腐者，属食滞内停。

③多食易饥，伴见口渴心烦，舌红苔黄，口臭便秘者，属胃火亢盛。

④多食易饥，伴见大便溏泻者，属胃强脾弱。

⑤饥而不欲饮食，伴有胃中嘈杂、灼热感，舌红少苔者，脉细数者，属胃阴不足。

⑥口淡乏味，属脾胃气虚。

⑦口甜或粘腻，属脾胃湿热。

⑧口中泛酸，属肝胃蕴热。

⑨口中酸馊，属伤食。

4. 问大便 询问大便情况，以了解消化功能是否正常，以及判断疾病的寒热虚实。

①便干，伴有发热、腹满胀痛、舌红苔黄燥者，属实热证，

是热盛伤津,大肠燥化太过所致。

②大便秘结,伴面色苍白、喜热饮,脉沉迟者,是阴寒内结,导致肠道气机滞塞所致。

③便干,见舌红少津,脉细数者,属阴液亏虚,肠道失润所致。

④大便泄泻,兼见纳少腹胀,腹部隐痛者,多属脾胃虚弱。

⑤脘闷噎腐,腹痛泄泻,泻后痛减者,属伤食。

⑥肛门灼热,即排便时肛门有灼热感,属大肠湿热。

⑦排便不爽,即腹痛而排便不畅,多属肝郁乘脾、肠道气滞;若便溏如黄糜,泻下不爽,是湿热蕴结大肠,肠道气机传导不畅所致。

第二节 望 诊

望诊,是通过观察人体神气面色、排泄物等情况来诊断病情的一种方法。

1. 望面色 正常人面色应是明润含蓄,这是有胃气的表现。若肠胃有病,可以从人体的面色上反映出来。

①面色淡黄,枯槁无光,属脾胃气虚,气血不足。

②面黄虚浮,多是脾气虚衰,湿邪内阻所致。

③黄而枯瘦者,是胃病阴亏,黄而色淡者,是胃病虚寒。

2. 望口唇 脾开窍于口,其华在唇,足阳明胃经之脉环口唇,故望口唇,可诊脾胃的病变。

①唇色淡白,多属脾胃虚弱,气血不足。

②口唇干裂,属津液不足。

③口角流涎,多属脾虚湿盛,或胃中有热。

④口疮是口内唇边生白色小泡，溃烂后红肿疼痛，多属心脾有热。

⑤口唇发痒，色红且肿，破裂流水，痛如火灼，名为“唇风”。多由阳明胃火上攻所致。

3. 望龈 手足阳明之脉络于齿龈，故望龈可测知肠胃的病变。

①龈肉萎缩而色淡者，多属胃阴不足；牙龈红肿者，多是胃火上炎。

②齿缝出血，痛而红肿者，多是胃热伤络。

4. 望咽喉 咽喉为肺、胃之门户，是呼吸进食之要冲，为诸经脉所络，故许多脏腑的病变可从咽喉的异常变化反映出来，尤其是对肺胃的病变，诊断价值更大。

①咽红肿胀而痛，甚则溃烂或有黄白色脓点，多属肺胃热毒。

②咽喉糜烂，周围红肿，多为实证；若腐烂分散浅表者，为肺热之热尚轻，而成片者，多为火毒壅盛。

5. 望呕吐物 呕吐物为多种多样，有饮食物，也有清水或痰涎，还可能混有脓血。通过观察其形色质量，可了解胃气上逆的各种原因。

①呕吐物清稀无臭，多为寒呕。

②呕吐物秽浊酸臭，多为热呕。

③吐物酸腐夹杂不化食物，多属食积。

6. 望大便 大便稀溏，色深黄而粘，多属肠中有湿热；便稀薄如水样，夹有不消化食物，多属寒湿。便如粘脓，夹有脓血，为痢疾，色白者为病在气分，色赤者为病在血分，赤白相杂者多属气血俱病。先便后血，其色黑褐的是远血；先血后便，其

色鲜红的是近血。

7. 望舌 舌为心之苗窍, 又为脾之外候, 而舌苔乃胃气之所熏蒸。故在脏腑中, 以心和脾胃与舌的关系密切。通过望舌, 可以了解脾胃功能是否正常。

①舌面光洁如镜, 光滑无苔, 称光滑舌, 多属胃阴不足, 胃气大伤。

②舌体边缘见牙齿的痕迹, 称为齿痕舌。多属胸胃虚弱, 寒湿内生。

③吐弄舌, 多属心脾有热。

④厚苔是胃气夹湿浊邪气熏蒸所致。

第三节 闻 诊

通过闻呕吐呃逆的声音, 可辨疾病的寒热虚实。

①吐势徐缓, 声音微弱, 吐物呈清水痰涎, 多属虚寒型呕吐。

②吐势较猛, 声音宏量, 吐物呈粘痰黄水, 多属实热证呕吐。

③呃声频频, 连续有力, 高亢而短, 多属实热。呃声低沉而长, 音弱无力, 食久一声, 多属虚寒。

④暖气, 暖气酸腐气味, 兼胸脘胀满者, 是宿食不消, 胃脘气滞。

⑤暖气低沉, 无酸腐气味, 纳谷不馨, 为脾胃虚弱。

第四节 切 诊

1. 脉诊 引起胃肠病的原因很多,故反应在脉象上也不尽相同,常见的脉象有:

- ①滑脉,多为痰饮、食滞、实热。
- ②紧脉,多为寒、痛、宿食。
- ③缓脉,多为感受湿邪脾胃虚弱。
- ④促脉,多为阳盛实热,痰饮宿食停滞。

2. 按诊 在胃肠病的辨证方面,按诊以按腹部为主,以辨疾病的寒热虚实。

①腹壁冷,喜暖喜按者,属虚寒证;腹壁灼热,喜冷物按放者,属实热证。

②腹痛,喜按者属虚;拒按者属实。

③腹部胀满,按之有充实感觉,有压痛,叩之声音重浊的,为实满;腹部膨满,但按之不实,无压痛,叩之作空声的,为气胀,多属虚满。

④胃脘部按之有形而胀痛,推之漉漉有声者为胃中有水饮。

⑤左少腹作痛,按之累累有硬块者,多属肠中有燥屎;右少腹作痛,按之疼痛,有包块应手者,多为肠痈。