

董立杰 赵君平 陈继红 主编

基层常见病 中西医治疗调养全书

JICENG CHANGJIANBING
ZHONGXIYI ZHILIAO TIAOYANG QUANSHU



河北科学技术出版社

编 委 会

主 编 董立杰 赵君平 陈继红
副主编 张惠娜 赵荣彩 郎梅自 李 刚 姚海英
编 委 (按姓氏笔画排序)
刘月册 李 刚 余国今 张 丹 张 强 张士舜
张惠娜 陈继红 郎梅自 赵君平 赵荣彩 姚海英
徐君英 郭 军 董立杰

图书在版编目 (C I P) 数据

基层常见病中西医治疗调养全书 / 董立杰, 赵君平, 陈继红主编. —石家庄: 河北科学技术出版社, 2015. 6
ISBN 978-7-5375-7817-2

I. ①基… II. ①董… ②赵… ③陈… III. ①常见病—中西医结合疗法 IV. ①R45

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 151657 号

基层常见病中西医治疗调养全书

董立杰 赵君平 陈继红 主编

出版发行 河北科学技术出版社
地 址 石家庄市友谊北大街 330 号 (邮编: 050061)
印 刷 河北新华第二印刷有限责任公司
开 本 850×1168 1/32
印 张 8.5
字 数 230 千字
版 次 2015 年 6 月第 1 版
2015 年 6 月第 1 次印刷
定 价 28.00 元

前 言

近年来,随着社会发展和人们生活水平的提高,人们的健康日益受到关注。我国对基层保健日益重视,将政策和资金倾斜于基层医疗,为了让老百姓对一些常见病知晓明白,我们从基层卫生实际出发,组织长年工作在临床一线的中医和西医医务工作者,其中不乏国内知名专家教授,根据多年临床经验和结合相关文献资料,编写了《基层常见病中西医治疗调养全书》一书,希望能为广大医学生、医务工作者和关注自身健康的读者提供参考,以期提高我们对基层常见病的治疗调养和预防水平。

全书内容分七章,包含了内科、外科、妇科、男科、儿科、肿瘤科、皮肤科等常见病的中西医诊断、病因病机、治疗、预防、调养等。中西医并存,作为我国特有医学现象,为我国人民的健康做出了巨大的贡献,因此,本书将中医和西医的思路与方法贯穿于疾病的病因、病机、诊断、治疗、预防中,各取所长,特色鲜明,内容系统全面,通俗易懂,既体现了国内外最新诊疗方案、进展,又阐述了疾病的诊断、治疗的基本方法。

由于编者水平所限,书中难免有不足之处,希望读者给予指正和提出宝贵意见。

董立杰

2015年2月于栾城区中医院

目 录

第一章 内科疾病	(1)
第一节 上呼吸道感染	(1)
第二节 支气管炎	(9)
第三节 肺炎	(18)
第四节 冠心病	(25)
第五节 高血压病	(36)
第六节 心力衰竭	(44)
第七节 脑梗死	(54)
第八节 胃炎	(64)
第九节 肠炎	(69)
第十节 胆囊炎	(75)
第十一节 失眠	(82)
第十二节 肾炎	(88)
第十三节 糖尿病	(95)
第二章 男科疾病	(103)
第一节 前列腺炎	(103)
第二节 前列腺增生	(110)
第三节 勃起功能障碍	(115)
第四节 不育症	(121)
第五节 早泄	(127)
第三章 肿瘤科疾病	(134)
第一节 肺癌	(134)
第二节 胃癌	(140)

第三节	食管癌	(149)
第四节	肝癌	(155)
第五节	大肠癌	(162)
第六节	乳腺癌	(168)
第四章	外科疾病	(175)
第一节	腰椎病	(175)
第二节	颈椎病	(181)
第三节	肥大性关节炎	(188)
第四节	痔	(194)
第五节	乳腺增生	(200)
第六节	类风湿关节炎	(205)
第五章	皮肤科疾病	(215)
第一节	荨麻疹	(215)
第二节	湿疹	(221)
第六章	儿科疾病	(226)
第一节	小儿厌食症	(226)
第二节	腮腺炎	(232)
第七章	妇科疾病	(238)
第一节	功能性子宫出血	(238)
第二节	痛经	(243)
第三节	盆腔炎	(251)
第四节	不孕症	(257)

第一章 内科疾病

第一节 上呼吸道感染

上呼吸道感染简称上感，又称普通感冒，是包括鼻腔、咽或喉部急性炎症的总称。广义的上感不是一个疾病诊断，而是一组疾病，包括普通感冒，病毒性咽炎、喉炎，疱疹性咽峡炎，咽结膜热，细菌性咽炎、扁桃体炎。狭义的上感又称普通感冒，是最常见的急性呼吸道感染性疾病，多呈自限性，但发生率较高。全年皆可发病，冬春季较多。本病属中医感冒范畴。

一、病因病机和临床表现

（一）病因病机

1. 中医病因病机：风、寒、暑、湿、燥邪独侵或杂合侵袭人体，肺卫失常所致。病机乃六淫外袭，肺卫失宣，营卫不和，初起以邪实为主，久则正气日虚，而呈虚实夹杂之势。

2. 西医病因

（1）常见病原微生物

①病毒：本病 70%~80% 由病毒引起，常见病毒有鼻病毒、流感病毒、副流感病毒、腺病毒、呼吸道合胞病毒、埃可病毒、柯萨奇病毒等。

②细菌：多继发于病毒感染之后，少数由细菌直接感染，其

中以溶血性链球菌多见。其次为肺炎球菌、葡萄球菌、流感嗜血杆菌，偶为革兰阴性杆菌。

(2) 发病机理

①诱发因素：受凉、淋雨、过度疲劳、老幼体弱，或有慢性上呼吸道感染，内分泌及免疫功能低下，致病毒或细菌迅速繁殖，引起本病。

②病理：可见鼻及咽部黏膜充血、水肿，上皮细胞破坏，少量白细胞浸润，浆液及黏液渗出。

(二) 临床表现

1. 临床表现：常以咽部干痒、疼痛为起病的早期症状，无发热或仅有低热。体温在 38℃ 左右，伴有乏力、畏寒、头痛、胃纳不佳、便秘等全身症状。随即出现喷嚏、鼻塞、流涕等上呼吸道症状。

2. 实验室检查：细胞学检查鼻咽部吸取物沉渣或鼻咽拭子涂片，采用姬姆萨或苏木素伊红染色，光镜检查可发现柱状纤毛上皮细胞坏变（简称 CCP）及细胞浆或胞核内包涵体（嗜酸性或嗜碱性）。

血象：在急性期，一般白细胞总数正常或略有减少，分类比例正常或淋巴细胞相对增加。少数病人在病初 1~2d 内白细胞总数及中性比例增高，数日内迅速降至正常或偏低。

3. 鉴别诊断：普通感冒和流行感冒可以从以下几个方面区分（见表 1）。

表 1 普通感冒和流行感冒的区别

感冒类型 症状	普通感冒	流行感冒
头痛	偶尔会发生	头痛欲裂
身体酸痛	是	严重
发热	低热	高热
身体虚弱	是	虚弱到需要卧床休息
神疲倦	不一定	病初会发生
胸闷	不严重	严重
咳嗽	不严重	严重
病程长短	3~5d	病程较长

二、治疗

(一) 中医治疗

1. 辨证论治

(1) 风寒型

①主症：恶寒重，发热轻，身痛较重，头痛，无汗，鼻塞时流清涕，咽痒咳嗽，痰清稀色白，四肢酸楚，苔薄白而润，脉浮紧。

②治法：辛温解表，宣肺散寒。

③方药：荆防败毒散加减。

(2) 风热型

①主症：发热重恶寒轻，头痛，有汗，口渴，咽干且痛，痰黄黏稠，小便短赤，苔薄黄，脉浮数。

②治法：祛风解表，宣肺清热。

③方药：银翘散加减。

(3) 风兼暑湿燥型

①主症：夹暑，除见风热及夹湿之症外，虽汗出而身热不解，心烦，尿赤，苔黄腻，脉濡数。夹湿，身热不扬，头晕目胀，四肢困倦，骨节痛重，苔白腻，脉弦滑。夹燥，除见风热之症外，鼻干唇裂，口舌生疮或干咳无痰，舌质赤红，苔黄少津，脉细数。

②治法：清暑，祛湿，润燥，解表。

③方药：风兼暑邪以藿香正气散加减，风兼湿邪以香薷饮加减，风兼燥邪以桑杏汤加减。

(4) 气虚型

①主症：年老或体虚，恶风寒或发热，倦怠无力，舌淡苔白，脉浮无力。

②治法：补气，疏散风邪。

③方药：玉屏风散加减。

2. 单方验方

(1) 姜葱糖水。生姜 10~30g，将其捣烂，加适量红糖、葱白 5 段，水煎煮，趁热服，服后盖被取微汗出，每日 1 剂。适用于风寒感冒。

(2) 紫苏叶茶。将紫苏叶 16g，晒干揉成粗末，沸水冲泡，加红糖适量，代茶频饮。适用于风寒感冒初期。

(3) 藿荷饮。鲜藿香叶 10g，鲜荷叶 15g，冰糖适量，煎水饮。适用于暑湿感冒。

(4) 金菊薄荷茶。金银花 15g，菊花 10g，薄荷 3g，放入茶杯中，用沸水冲泡，焖泡 10~15min 即可，代茶频饮。适用于风热感冒。

3. 中成药

(1) 风寒感冒。感冒清热冲剂、九味羌活丸。

(2) 风热感冒。疏风解毒胶囊、莲花清瘟胶囊、银翘解毒丸、银翘解毒颗粒、柴胡注射液。

(3) 暑湿感冒。藿香正气丸(水丸)、保济丸。

(4) 气虚感冒。玉屏风颗粒。

(5) 其他尚有板蓝根冲剂、重感灵、通宣理肺丸等。

4. 中医外治

(1) 针刺。风池、大椎、太阳、合谷为主穴。风寒感冒加风门、肺俞、列缺，气虚感冒加足三里，风热感冒加曲池、尺泽。

(2) 灸法。常用悬灸法、隔姜灸法。

①悬灸法：将点燃的艾条，对准穴位，以施灸部位有温热舒适感为度。每次选取 2~4 穴，每穴每次艾灸 15~20min，以灸后穴位局部皮肤潮红为度。每日 1~2 次，至痊愈。适用于风寒或气虚感冒。

②隔姜灸法：用鲜姜切成直径为 3~4cm，厚 0.3~0.4cm 的薄片，中间以针刺数孔，然后置于穴位上再将艾炷放置于姜片上点燃施灸，当患者感觉灼烫时，可将姜片稍提起，稍停后放下再灸，以免烫伤。艾炷燃尽，易炷再灸，每穴每次艾灸 5~7 壮。每次选取 3~4 穴，每日 1 次，至痊愈。适用于风寒感冒。

特别提示：对于体虚易感冒者，可在夏季进行预防性治疗。在感冒流行季节可按上述方法预防性治疗 1 周。

(3) 拔火罐法。在颈椎、胸椎附近选取大椎、大杼、肺俞拔罐，拔罐后留罐 10~15min 起罐，或用闪罐法。适用于风寒感冒。

(4) 刮痧法。沿颈椎、胸椎两侧(风池、大椎、风门、肺俞部位)及肩胛部、中府及前胸、足三里各 1~2min。适用于风热感冒。

(5) 小儿风寒感冒推拿。推三关 300 次，掐揉二扇门 50

次，拿肩井 3~5 次。

(6) 小儿风热感冒推拿。清肺经 100 次，清天河水 300 次，退六腑 300 次。

(二) 西医治疗

1. 一般治疗和对症治疗

(1) 卧床休息，多饮水，给予流质或半流质饮食，进食后以温盐水或温开水漱口，保持鼻咽及口腔清洁。

(2) 高热烦躁者可予解热镇静剂，如阿司匹林、苯巴比妥、安定等。不必应用糖皮质激素。解热药用量要适当，以防大汗淋漓甚至虚脱。持续高热或频繁呕吐饮食不佳者，应适当补充液体。

(3) 咽喉炎症较明显，或干咳较重时，以生理盐水雾化吸入（重者，在溶液内加入可的松 20mg/100ml），3~5 次/d，每次 15min。

2. 抗病毒治疗

(1) 利巴韦林（病毒唑）。有较广谱的抗病毒活性，对各型流感病毒、呼吸道合胞病毒、副流感病毒、腺病毒等均有抑制作用，可根据病情选择给药方法。

①局部用药：病毒唑溶液 2~5mg/ml 滴鼻每 2~3h 1 次，或雾化吸入 3~4 次/d。

②全身用药：病毒唑口服，每日 1000mg，分 2~3 次；静脉滴注，每日 10~15mg/kg 加入 10%葡萄糖溶液内，分 2 次缓慢静滴。疗程 3~5d，早期应用效果较好。

(2) 金刚烷胺和甲基金刚烷胺。只对甲型流感病毒有效。金刚烷胺每日 200mg（小儿 4~5mg/kg）分 2 次口服，疗程为 3~5d。有口干、头晕、嗜睡、失眠、易激动和共济失调等不良反应。甲基金刚烷胺抗流感病毒活性较金刚烷胺高 2~4 倍，不良反应较少，

用量为每日100~200mg,分2次口服。

(3) α 干扰素。具有广谱抗病毒效应,可采取雾化吸入、喷雾或滴鼻等方法局部应用。

3. 抗菌治疗:对未合并细菌性感染者,一般不予抗菌药物。急性渗出性咽炎,如不能排除乙型溶血性链球菌感染,在及时取咽拭子培养之后,可予以青霉素治疗,然后再根据培养结果和病情变化加以调整。

病情轻者,选用1~2种中成药或中西药复合制剂或以简易验方治疗。病情重者,按辨证分型服用汤剂,同时加用利巴韦林等抗病毒药物;高热惊厥者加用解热镇静剂;咽喉炎症较重者,予以雾化吸入。合并细菌性咽炎或肺炎者,应针对病原选用抗菌药物。

三、生活调养

(一) 生活调适

1. 预防着凉:天气转凉,是易患感冒的时节。由于早晚温差大,感冒指数较高,大家要适当增加衣物,同时采取预防感冒的有效方法。平时,我们的鼻腔、口腔黏膜周围,都附着各种各样的细菌,如葡萄球菌、链球菌等,但因身体有一定的抵抗力,这些细菌便无机可乘,不能危害身体。

2. 调适方法:感冒对人的健康影响很大。一次感冒会大大削弱人体的抵抗力,极易诱发其他疾病。因此,在日常生活中应当注意下面几个方面。

(1) 冷水洗脸热水泡足法。每日晨、晚养成用冷水浴面、热水泡足的习惯,这有助于提高身体抗病能力,“御感冒于肌肤之外”便是这个道理。每晚用40~50℃的水泡脚15min,泡脚时记得多用手按摩脚底。双脚与人体五脏六腑的生命信息相互关

联，泡脚可以促进血液循环和提高机体自我调节功能。

(2) 体育健身法。多运动，运动量和运动时间要循序渐进，以身体发热、微觉出汗为度。天气好多在室外活动，天气不好则在室内，贵在坚持。

(3) 勤洗手。接触传染是感冒病毒传播的一个重要途径，养成经常洗手的习惯。不要怕冷，没温水就用冷水洗。

(4) 勤通风。封闭的环境更容易滋生病菌，而且更容易使病菌通过呼吸被人吸入体内。尽量少用空调，即使用，也要注意通风，适时关、开窗。

(5) 多吃水果蔬菜。维生素 C 有预防普通感冒的作用。

(6) 多按面部。两手对搓，掌心热后按摩面颊部 3min，再按迎香穴（位于鼻翼外延平行线与鼻唇沟外缘相交处）3min，可以预防感冒及在感冒后减轻鼻塞症状。

(7) 珍惜阳光。日光浴有助抗病毒，加热到一定温度感冒病毒将丧失活性。此外，用紫外线直接照射可以依次破坏病毒感染力、血凝素活性和神经氨酸酶活性。因此一定要珍惜冬天的阳光，好天气，记得多参加户外活动。

(8) 秋冬时节应在室外适度散步、打球、做操、练拳、习剑，这样可提高身体御寒能力，防止感冒的发生。

(二) 饮食调理

1. 姜糖茶：生姜 3 片，红糖适量。上 2 味以开水冲泡。每日 1~2 剂，不拘时温服。此药茶可发汗解表，温中和胃。适用于风寒感冒，见恶寒发热、头痛、咳嗽、无汗，或伴恶心、呕吐、腹胀、胃痛等症。

2. 葱头姜片茶：葱头 10g，生姜 3g，红糖适量。将葱头、生姜洗净切片，与糖同放入砂锅，加水适量，煎沸 10min，取汁趁热饮用。饮后宜盖被取微汗。此药茶可发汗解表，适用于外感

风寒，见头痛、畏寒、鼻塞流清涕等症。

3. 三花茶：金银花 15g，菊花 10g，茉莉花 3g。将金银花、菊花、茉莉花放入茶杯中，用沸水冲泡，焖泡 10~15min 即可。代茶饮。此药茶可清热解毒，适用于防治热毒所致风热感冒，见咽喉肿痛等。此茶除用于治疗外，平素“火气”盛者，常服有清热降火的作用。

4. 五神茶：茶叶 6g，荆芥、防风、苏叶、生姜各 10g。加水适量，用文火煎煮 15min，然后放入红糖 30g 溶化饮服，每天两次。具有发散风寒、祛风止痛的作用。适用于风寒感冒，见恶寒、身痛、无汗等症状。

5. 芪术粥：生黄芪 15g，炒白术、防风各 10g，茶叶末 5g。将中药 3 味水煎 2 次，每次沸后 20min，合并滤液 1000ml，加入茶叶末泡茶饮，1 次/d。具有益气、固表、止汗的作用。适用于气虚感冒，见表虚不固、自汗恶风或体虚易感风邪者。

6. 糯米粥：一把糯米煮成汤，七个葱根，七片姜，熬熟对入半瓶醋，预防防风感冒保健康。

第二节 支气管炎

支气管炎是指气管、支气管黏膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。临床上以咳嗽、咳痰或伴有喘息及反复发作作为特征。临床常分为急性支气管炎和慢性支气管炎。本病属于中医咳嗽范畴。

一、病因病机和临床表现

(一) 病因病机

1. 中医病因病机：咳嗽是因外感六淫，脏腑内伤，影响于

肺所致有声有痰之症。病机乃外邪犯肺，或脏腑内伤，累及于肺所致。

2. 西医病因：支气管炎主要原因为病毒和细菌的重复感染形成了支气管的慢性非特异性炎症。当气温骤降、呼吸道小血管痉挛缺血、防御功能下降等利于致病；烟雾粉尘、污染大气等慢性刺激亦可发病；吸烟使支气管痉挛、黏膜变异、纤毛运动降低、黏液分泌增多有利感染；过敏因素也有一定关系。

（二）临床表现

1. 急性支气管炎

（1）急性支气管炎一般在发病前无支气管炎的病史，即无慢性咳嗽、咳痰及喘息等病史。而慢性支气管炎既往均有上述呼吸道病史。咳嗽病初，为短、干性痛咳。3~4d后，随着渗出物的增加，则变为湿、长咳，痛感减轻。咳嗽之后常伴发呕吐。两侧鼻孔流浆液、浆液黏性或黏液脓性鼻液，当咳嗽时，流出量增多。胸部听诊，病初肺泡音增强。

（2）辅助检查。血象：在急性期，一般白细胞总数正常或略有减少，分类比例正常或淋巴细胞相对增加。少数病人在病初1~2d内白细胞总数及中性比例增高，数日内迅速降至正常或偏低。胸片：肺纹理增多增粗。

2. 慢性支气管炎

（1）咳嗽。长期、反复、逐渐加重的咳嗽是本病的突出表现。轻者仅在冬春季节发病，尤以清晨起床前后最明显，白天咳嗽较少。夏秋季节，咳嗽减轻或消失。重症患者则四季均咳，冬春加剧，日夜咳嗽，早晚尤为剧烈。

（2）咳痰。一般痰呈白色黏液泡沫状，晨起较多，常因稠而不易咯出。在感染或受寒后症状迅速加剧，痰量增多，黏度增加，或呈黄色脓性痰或伴有喘息。偶因剧咳而痰中带血。

(3) 气喘。当合并呼吸道感染时，由于细支气管黏膜充血水肿，痰液阻塞及支气管管腔狭窄，可以产生气喘（喘息）症状。病人咽喉部在呼吸时发生喘鸣声，肺部听诊时有哮鸣音。这种以喘息为突出表现的类型，临床上称之为喘息性支气管炎；但其发作状况又不像典型的支气管哮喘。

(4) 反复感染。寒冷季节或气温骤变时，容易发生反复的呼吸道感染。此时病人气喘加重，痰量明显增多且呈脓性，伴有全身乏力、畏寒、发热等。肺部出现湿性音，查血白细胞计数增加等。反复的呼吸道感染尤其易使老年病人的病情恶化，必须予以充分重视。

本病早期多无特殊体征，在多数病人的肺底部可以听到少许湿性或干性啰音。有时在咳嗽或咯痰后可暂时消失。喘息性慢支炎发作时，可听到广泛的哮鸣音，喘息缓解后又消失。长期发作的病例可发现有肺气肿的征象。

3. 鉴别诊断：本病应与支气管哮喘、支气管扩张、肺结核、肺癌等相鉴别。

二、治疗

（一）中医治疗

1. 辨证论治

（1）风寒袭肺型

①主症：咳嗽，痰稀白，可见恶寒发热，头身疼痛，鼻塞流涕，舌苔薄白，脉浮紧等表寒症状。

②治法：散寒宣肺止咳。

③方药：杏苏散加减。

（2）风热犯肺型

①主症：咳嗽，痰黄稠，可见发热恶寒，咽喉红肿疼痛，鼻

流浊涕，舌苔薄黄，脉浮数等表热症状。

②治法：清热宣肺止咳。

③方药：桑菊饮加减。

(3) 燥邪犯肺型

①主症：咳嗽，痰少而黏，难以咯出，或痰中带血丝，可兼有微恶风寒，口鼻干燥，脉浮数。

②治法：润燥宣肺止咳。

③方药：桑杏汤加减。

(4) 痰湿阻肺型

①主症：咳嗽，痰多，色白，易吐，伴有胸闷，舌苔白腻，脉濡或滑。

②治法：燥湿化痰，宣降肺气。

③方药：二陈汤加减。

(5) 肺阴不足型

①主症：咳嗽，无痰，或痰少而黏，难咯，可痰中带血，伴有盗汗，颧红，潮热，舌红少苔，脉细数。

②治法：滋阴润肺止咳。

③方药：百合固金汤加减。

(6) 肝火犯肺型

①主症：咳嗽，痰黄黏稠与肋肋疼痛，烦躁易怒，善太息，舌苔薄黄，脉弦数。

②治法：清肝泻肺，降气止咳。

③方药：黛蛤散合泻白散加减。

(7) 肺脾气虚型

①主症：咳嗽日久，吐痰清稀，伴有少食，乏力，声低，自汗，易患感冒，舌淡，脉虚。

②治法：补肺健脾，化痰止咳。

③方药：六君子汤加减。