

家庭医疗保健

JIATING
YILIAOBAOJIAN



风湿病

FENGSHIBING FENGSHIBING 主编：钟灼、刘珍才 \ 广州出版社



保健康

JIATING
YILIAOBAOJIAN
CONGSHU

风湿病

主编：钟灼，刘珍才 副主编：李建伟，冯愉志

编委：李振琼、林涛、许家球、邹继彬、

庞伟鸿、观美华、陈爱、张思群、黄妙儿、陈纯、陈敬

广州出版社



图书在版编目(CIP)数据

风湿病/钟灼,刘珍才主编. —广州:广州出版社,2003.5

(家庭医疗保健丛书.第1辑)

ISBN 7-80655-510-2

I. 风... II. ①钟...②刘... III. 风湿病—食物疗法
IV. R593.210.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第035839号

家庭医疗保健丛书(第一辑)·风湿病

广州出版社出版发行

(地址:广州市人民中路同乐路10号 邮政编码:510121)

广东茂名广发印刷有限公司印刷

(地址:茂名市计星路60号 邮政编码:525000)

开本:850×1168 1/32 总字数:2400千 总印张:118

印数:1—5000套

2003年5月第1版 2003年5月第1次印刷

责任编辑:何发斌

责任校对:陈宾杰 封面设计:郭炜

发行专线:020-83793214 83780366

ISBN 7-80655-510-2/R·79

总定价:162.00元[全九册(软精装)]



出版前言

风湿病是临床上的常见病、多发病，其发病率较高，易发人群为工人、农民、渔民和水上工作人员。该疾病病因复杂，病理变化多样，病情缠绵，难以治愈。严重者，可使人残废，丧失劳动力。风湿病不但对人的健康造成严重危害，而且加重了患者的经济负担。有些患者精神上身体上受到严重伤害，极大地影响了正常的工作、学习和生活。因此，提高广大患者对风湿病的认识，加强对风湿病的预防和治疗乃当务之急。应广大患者的要求和临床工作的需要，我们阅读了大量有关治疗风湿病的专著和文献，并结合三十多年临床治疗经验编写成书，供广大患者学习和参考。

本书共四章：第一章常见风湿病的治疗；第二章常用祛风湿中药；第三章治疗风湿病经验方；第四章风湿病的辅助检查。重点论述第一章常见风湿病的治疗。书中列举了常见风湿病 19 种，每

种病按病因病机、临床表现、中医辨证论治三个方面来编写。“中医辨证论治”中每证型按〔临床表现〕、〔治疗原则〕、〔代表方药〕、〔方解〕、〔常用成药〕、〔饮食疗法〕六项编写。目的是利于学习,便于应用,为广大读者和患者做一件有益之事。

限于时间和水平,书中欠妥之处在所难免,恳请广大读者不吝赐教!

编 者

2003年4月

目录

CONTENTS

第一章 常见风湿病的治疗

第一节	风湿性关节炎	1
第二节	类风湿性关节炎	13
第三节	强直性脊柱炎	31
第四节	颈椎关节综合征	43
第五节	增生性脊柱炎	54
第六节	增生性关节炎	63
第七节	腰椎间盘突出	74
第八节	风湿寒性关节痛	84
第九节	慢性腰肌纤维炎	93
第十节	急性颈臂神经痛	106
第十一节	颈部肌纤维炎	117
第十二节	雷诺氏综合征	124

第十三节	膝关节骨膜炎	136
第十四节	多发性肌炎和皮肌炎	145
第十五节	痛风	157
第十六节	肩关节周围炎	170
第十七节	风湿热	183
第十八节	系统性红斑狼疮	192

第二章 常用祛风湿中药

独活	209	伸筋草	243
藁本	213	五加皮	245
威灵仙	214	桑寄生	248
秦艽	217	千年健	252
木瓜	221	石楠叶	253
蚕砂	223	鹿蹄草	254
苍术	224	豨莶草	256
徐长卿	228	臭梧桐	257
海桐皮	232	虎杖	259
海风藤	233	老鹳草	262
青风藤	235	穿山龙	264
络石藤	237	白花蛇	265
桑枝	239	乌梢蛇	268
松节	241	雷公藤	270
寻骨风	242	昆明山海棠	274

第三章 治疗风湿病经方验方

第一节	风湿病	277
第二节	风湿性关节炎	282
第三节	类风湿性关节炎	305
第四节	风湿性关节炎并发症	315
第五节	系统性红斑狼疮	319
第六节	硬皮病	327
第七节	皮炎	335
第八节	重症肌无力	339
第九节	雷诺氏病	343
第十节	干燥综合征	348
第十一节	腰腿痛方	351
第十二节	腰椎骨质增生方	354
第十三节	骶髂关节炎方	356
第十四节	梨状肌综合征方	359
第十五节	一般腰腿方	361

第四章 风湿病的辅助检查

第一节	风湿病系列实验室检查	373
第二节	风湿病的临床病理	380
第三节	风湿病的影像学诊断	383



第一章 常见风湿病的治疗

第一节 风湿性关节炎

风湿性关节炎是热的主要表现之一,属于全身性结缔组织炎症,是一种与溶血性链球菌感染有关的变态反应性疾病。其特点是以侵犯四肢大关节为主,在关节局部出现红、肿、热、痛或肿痛,经炎症消退后,关节功能恢复正常,不留畸形,但具有反复发作的倾向而形成慢性风湿性关节炎。发病以儿童及青年居多数。

中医学认为本病属“痹证”、“历节”范畴。《素问·痹论》指出:“风寒湿三气要至合而为痹。”但此病发病多呈热痹。正如《金匱翼·热痹》云:“热痹者,闭热于内也……脏腑经络,先有蕴热,而复遇风寒湿气客之,热为邪郁,气不得通,久之寒也化热,则痹翕然而闷也。”



一、病因病理

中医学认为本病多因素体弱,劳累过度,久居寒湿之地,卫外不固,风、寒、湿、热之邪乘虚而入,多二邪、三邪杂合为病,现分述如下:

1. 风热侵袭:风湿热多发生于早春及秋冬之际,此时,风盛气燥,风热是最常见的外邪。风热侵入,始犯阳位,风、热均为阳邪,化热极快,若失治、误治,热毒化火,深入关节、肌肉,经络痹阻,气血失宣而发病。

2. 湿热蕴结:感受暑湿邪气,或湿邪蕴久化热,或湿热内蕴复感外邪,致湿热之邪滞着关节,留连不解而发病。

3. 风寒湿郁而化热:风寒湿邪侵袭,日久不去,邪留经络,郁而化热;或因阳气偏盛,或因阴虚而热,郁滞之风寒湿邪易于化热,郁于关节而发病。

4. 阳盛阴衰:素体阴亏血热,或久热伤阴,水亏火升,热蕴于内,复感于热,两阳相合,客于经络,壅遏气血,发为热痹。

5. 痰瘀热结:患者素有痰瘀,感于热邪,邪热痰瘀相合,痰火、瘀、热闭阻经络;或热邪久留,炼液为痰,津伤血瘀,痰浊瘀血滞湿于经络关节而发病。

6. 血虚失养,复感外邪:血虚之体,关节失于濡养,血虚气弱,正气不固,易受外邪、邪热侵袭,阻于关节,遂发热痹。

总之,本病的发生多因正气虚弱,卫气不固,外邪入侵经络、关节所致。正虚以阴衰血虚为主;外邪以风、寒、湿、热为主。且病久则生痰瘀,郁滞经络关节,致病情反复发作,经久难愈。



西医对本病的确切病因至今尚未定。

二、临床表现

一般情况男女均可发病,没有性别差异。初发病多在5~15岁,慢性反复发作的病例以青少年为多,慢性风湿性心脏病以20~40岁的青壮年多见,而且女性稍多于男性。半数病人发病前1~4周有咽喉炎或扁桃腺炎等上呼吸道感染史。多数病例起病急骤,但也有起病隐匿者。起病时周身疲乏、食欲减退、多汗、烦躁。典型表现有发热、关节炎、心脏炎、环形红斑及舞蹈症等神经系统障碍。此外,尚可腹痛、鼻衄、贫血及面色苍白等症状。

关节表现风湿性关节炎主要表现为游走性、对称性、复发性关节炎。由一个关节转移至另一个关节,常对称累及膝、踝、肩、肘、腕等大关节,局部出现红肿热痛而活动受限。有时关节腔伴有渗出液、关节腔积液,在渗出液中含有大量中性分叶核粒细胞,但细菌检查为阴性。部分病人几个关节同时受累,有时手足小关节亦受波及。儿童关节炎症状多轻微,或仅一两个关节受累。成年则比较显著。在急性炎症消退后,关节功能完全恢复正常,一般不出现畸形。如为慢性风湿性关节炎,表现为无高热,关节酸痛,呈游酸痛,呈游走性窜痛或限于一两个关节轻度肿痛,关节功能因疼痛轻度受限,呈反复发作,遇天气变化(刮风、下雨、阴天)时加重。

关节外表现心脏病变:根据文献报道,约有60%~80%的患者侵犯心脏可伴心脏炎(包括心肌炎、心内膜炎和心包炎),临床常见的以心肌炎为多,症见心前区不适或疼痛,经及心悸、



胸闷、心脏增大较迅速而明显，且呈普遍性。心肌收缩力减弱，心搏出量减少，心音低，尤以第一心音低沉显著，心率较快，当口服水杨酸制剂体温下降时，心率却相应较快。有时心尖部可听到吹风样收缩期杂音。合并心功能不全时，可出现舒张期奔马律，可出现期前收缩、心房纤颤等心律失常，严重时可能出现左心功能不全或右心功能不全。

皮肤病变：可出现环形红斑，结节性红斑或皮下小结。以环形红斑为多见，常见于四肢内侧和躯干，环形红斑为边缘隆起而呈淡红色环状或半环状的红晕，大小不等。开始出现较少，迅速向周围扩大而中心消退，边缘略隆起，逐渐有几个红斑相互融合并褪色而形成大的、边缘不规则的圆圈，红斑时隐时现，历时数日之久。结节性红斑多在两小腿，起初不红，按之压痛，其后呈红色结节，消退后仍有色素沉着。皮下结节，一般为豌豆大小，数目不等，较硬，触之不痛，常在肘、膝、枕部等骨质隆起或肌腱附着处。

三、中医辨证治疗

1. 风热痹型

〔临床表现〕发热，咽痛、口干、口渴，关节游走性疼痛，局部红、肿、热、痛，舌尖红，苔薄黄，脉浮数。

〔治疗原则〕清热疏风。

〔代表方剂〕银翘散加减。



连翘 10 克, 银花 10 克, 桔梗 6 克, 薄荷 6 克, 竹叶 5 克, 生甘草 5 克, 荆芥穗 6 克, 淡豆豉 5 克, 牛蒡子 10 克, 忍冬藤 15 克。

〔方解〕方中银花、连翘为君药, 既有辛凉透邪清热之效, 又具芳香辟秽解毒之功; 配以辛温的荆芥穗、淡豆豉, 助君药开皮毛而逐邪; 桔梗宣肺利咽; 甘草清热解毒; 竹叶清上焦热; 芦根清热生津; 忍冬藤清热通络。诸药合用, 共奏辛凉透表, 清热解毒之功。

〔常用成药〕寒热错杂冲剂, 每次 1 包, 温开水送服, 每日 3 次; 或银翘解毒丸, 每次 1 丸, 温开水送服, 每日 3 次。

〔饮食疗法〕

老桑枝煲水鸭汤: 老桑枝 30 克, 秦艽 20 克, 银花 30 克, 薏苡仁 30 克, 水鸭 1 只(约 500 克)。先将水鸭常规处理, 去毛、内脏, 同上料入砂煲中煲汤, 汤成加入调味调匀, 饮汤食水鸭肉, 每日 1 剂。

2. 湿热痹型

〔临床表现〕发热, 身热不扬, 午后较甚, 周身困重, 口渴不欲饮, 关节红肿热痛, 小便黄赤, 舌红, 苔黄腻, 脉滑数。

〔治疗原则〕清热利湿, 宣通经络。

〔代表方剂〕宣痹汤加减。

木防己 12 克, 薏苡仁 15 克, 连翘 10 克, 赤小豆 10 克, 炒山栀 10 克, 滑石 12 克, 蚕砂 12 克, 黄柏 10 克, 苍术 10 克, 桑枝 12 克, 威灵仙 15 克。



〔方解〕方中以防已、苡仁、赤小豆、滑石、蚕砂清热利湿；炒山栀、黄柏、连翘清热燥湿；苍术苦温以燥湿；桑枝、威灵仙以祛风通络。全方共奏清热、利湿、通络之功。

〔常用成药〕四妙散，每次1包，每日3次，温开水送服，或四藤片，每次4片，每日1~2次，湿开水送服。

〔饮食疗法〕

桑枝薏苡仁水：老桑枝100克，薏苡仁50克，入地金牛50克，苍术15克，黄柏20克，白糖少许。先将上药加水煎30分钟，去渣取汁300毫升，加白糖调匀服，每日1剂，连服7~10剂为佳。

3. 寒湿热痹型

〔临床表现〕关节局部红肿灼热，但又畏冷，得温则舒，晨起关节僵硬，活动后反减，舌质红，苔由白腻转为黄腻，脉由濡缓转濡数或滑数。

〔治疗原则〕清热散寒，祛风除湿。

〔代表方剂〕桂枝芍药知母汤加减。

制附子5克，桂枝8克，赤芍10克，白芍12克，知母12克，防风10克，白术10克，麻黄6克，当归10克，生姜4片。

〔方解〕方中芍药、知母清热和营，通血痹；麻黄、附子、防风、生姜辛温散寒，祛风胜湿；桂枝疏利关节，通血脉，调营卫，开痹止痹；防风配芍药、附子配知母均为寒凉与湿热并用，起开痹达郁，顿挫热势，顾护脾胃之效；当归配附子镇痛作用较强，方中温清并用，以切合寒热错杂之病机。



〔常用成药〕维C银翘片,每次2~3片,每日2~3次,温开水送服;或四藤片,每次4片,每日2~3次,温开水送服;或四妙散,每次1包,每日2次,温开水送服。

〔饮食疗法〕

老桑枝煲鸡脚汤:老桑枝100克,秦艽30克,鸡血藤50克,当归10克,黄芪30克,桂枝10克,鸡脚250克。先将鸡脚洗净,同上药入砂煲中煲汤,饮汤食鸡脚,每日1剂,连服10剂为佳。

4. 痰瘀热痹型

〔临床表现〕关节肌肉灼热、肿胀、疼痛,病程较长,经久难愈,或伴皮下结节,舌胖色暗,苔黄腻,脉滑数。

〔治疗原则〕化痰清热,祛瘀通络。

〔代表方剂〕身痛逐瘀汤加减。

秦艽10克,川芎6克,桃仁9克,红花9克,甘草6克,羌活9克,没药6克,香附5克,地龙10克,连翘10克,五灵脂6克,川牛膝10克,胆南星10克,忍冬藤10克,白芥子10克。

〔方解〕方中川芎、当归、桃仁、红花活血祛瘀;没药、五灵脂、香附行气祛瘀止痛;秦艽、羌活、地龙通络宣痹;胆南星、忍冬藤、白芥子、连翘清热化痰通络;川牛膝引血下行;甘草调和诸药。全方共凑清热化痰,祛瘀通络止痛之功效。

〔常用成药〕木瓜牛膝酒,每次15毫升,每日早晚各1次;或复方丹参片,每次3~4片,每日3次,温开水送服。

〔饮食疗法〕



抗芍桃仁粥：抗白芍20克，桃仁15克，粳米60克。先将白芍水煎取液500毫升，再把桃仁去皮、尖，捣烂如泥，加水研汁，去渣，上二味之汁液，同粳米煮为稀粥，即可食用，每日1剂。

5. 阴虚热痹型

〔临床表现〕低热，午后潮热，乏力，口渴，关节肌肉肿胀灼热疼痛，舌红少苔，脉象细数。

〔治疗原则〕养阴清热通络。

〔代表方剂〕知柏地黄汤加减。

知母12克，黄柏12克，熟地12克，山茱萸6克，干山药10克，泽泻9克，茯苓10克，丹皮9克，忍冬藤12克，丝瓜络10克。

〔方解〕方中熟地滋肾阴，益精髓；山茱萸酸温滋肾益肝；山药滋肾补脾；三药共成三阴并补。泽泻配熟地而泻肾降浊，丹皮配山茱萸以泻肝火，茯苓配山药而渗脾湿，此即所谓的“补中有泻”。知母、黄柏滋阴降火。忍冬藤、丝瓜络以清热通络。诸药共凑养阴清热通络之功。

〔常用成药〕六味地黄丸，每次9克，每日2次，温开水送服；或知柏地黄丸，每次9克，每日2次，温开水送服；或大补阴丸，每次9克，每日2次，温开水送服。

〔饮食疗法〕

白木耳桂圆肉汤：白木耳200克，桂圆赦100克。先将木耳浸透洗净去蒂，煮沸后文火熟至半酥，入桂圆肉，再共煮至白木耳烂，桂圆肉入味为度，每日早上两匙烧热服用。



6. 血虚热痹型

〔临床表现〕低热,关节酸痛,头晕,乏力,面色苍白,心悸气短,舌淡苔薄黄,脉象细数。

〔治疗原则〕益气活血,清热通络。

〔代表方剂〕四物汤加减。

当归10克,川芎6克,白芍12克,生地15克,阿胶12克,黄芪15克,何首乌15克,忍冬藤12克,地龙10克,鸡血藤15克,银花10克。

〔方解〕方中用当归补血、活血;熟地补血滋肾阴;川芎入血分理血中之气;芍药敛阴养血;黄芪益气生血;阿胶滋阴补血;何首乌养血滋阴;忍冬藤、银花清热通络;鸡血藤、地龙活血通络。

〔常用成药〕八珍合剂,每次1包,每日2次,温开水送服;或十全大补丸,每次1丸,每日2次,温开水送服;或人参养荣丸,每次1丸,每日2次,温开水送服。

〔饮食疗法〕

乌骨鸡煲黑木耳汤:乌骨鸡1只(约750克),黑木耳20克,当归10克,杞子20克,生姜20克,红糖适量。先将乌骨鸡洗净,切小块,同上药入砂煲中煲汤,汤成时加入调味,食肉饮汤,每日1剂,连食10剂为佳。