

「中医调治答疑丛书」

慢性支气管炎中医调治 190问

尹国有 肖亚珍 主编

190问



金盾

中医调治答疑丛书

慢性支气管炎中医调治 190 问

主 编

尹国有 肖亚珍

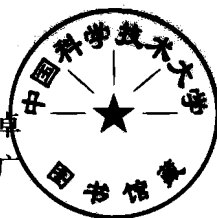
副主编

刘丹卓 赵新广

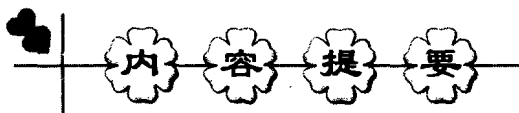
编著者

尹国有 肖亚珍 刘丹卓

宋桂芬 范建军 赵新广



金盾出版社



本书以问答形式,简要介绍了慢性支气管炎的基础知识;详细阐述了慢性支气管炎的中医辨证、中成药、单验方,以及拔罐、刮痧、敷贴、按摩、饮食药膳等调治方法。其文字通俗易懂,内容科学实用,可作为慢性支气管炎患者家庭自我调治康复的常备用书,也可供基层医务人员和广大群众阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

慢性支气管炎中医调治 190 问/尹国有,肖亚珍主编.-- 北京:金盾出版社,2011.5
(中医调治答疑丛书)
ISBN 978-7-5082-6820-0

I. ①慢… II. ①尹…②肖… III. ①慢性病:支气管炎—中医疗法—问答 IV. ①R259.622-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 019595 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京蓝迪彩色印务有限公司

正文印刷:北京金盾印刷厂

装订:永胜装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:11 字数:273 千字

2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8 000 册 定价:22.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

人生最宝贵的是生命和健康,健康与疾病是全社会都非常关心的问题,它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。随着医学水平的提高,医学知识的普及,医学模式已由“被动就医型”向“指导合作型”、“共同参与型”转变,自我调治疾病越来越受到人们的重视。

中医注重疾病的整体调治、非药物治疗和日常保健,采用中医方法治疗调养疾病以其显著的疗效和较少的毒副作用深受广大患者的欢迎。慢性支气管炎是指气管、支气管黏膜及其周围组织的慢性非特异性炎症,临床以咳嗽、咳痰或伴有喘息及反复发作的慢性过程为特征。慢性支气管炎是一种临床常见病,据调查,我国人口中慢性支气管炎的患病率为3%~5%,随着年龄的增长患病率有逐渐递增之势,50岁以上者可达15%左右。慢性支气管炎初期症状较轻而不易引起重视,待病变持续发展成为慢性阻塞性肺气肿,甚至慢性肺源性心脏病时,治疗效果往往欠佳,严重危害着人们的健康。在慢性支气管炎的治疗中,自我调理占有十分重要的地位,患者的参与显得尤为重要。为了普及医学知识,增强全民的自我保健意识,满足广大读者运用中医方法治疗调养慢性支气管炎的需求,倡导建立健康、文明、科学的生活方式,我们组织编写了《慢性支气管炎中医调治190问》一书。

本书以慢性支气管炎的中医治疗调养为重点,采用问答的形式,系统地介绍了慢性支气管炎的防治知识,认真细致地解答了患者在寻求治疗调养慢性支气管炎过程中可能遇到的各种问题。书中从正确认识慢性支气管炎开始,简要介绍了慢性支气管炎的概念、发病情况、发病原因、临床表现、常用的辅助检查、中医对慢性支

气管炎的认识,以及慢性支气管炎的诊断与预防等有关基础知识。详细阐述了中医辨证治疗、中成药治疗、单方验方治疗方法,以及拔罐、刮痧、敷贴、按摩、饮食药膳等调治慢性支气管炎的多种方法。

本书力求文字通俗易懂,内容科学实用,治疗和调养方法叙述详尽,让广大读者看得懂、用得上。既可作为慢性支气管炎患者家庭自我调治康复的常备用书,也可供基层医务人员和广大群众阅读参考。需要说明的是,由于疾病是复杂多样、千变万化的,加之慢性支气管炎患者个体差异和病情轻重不一,在应用本书中介绍的药物或方法治疗调养慢性支气管炎时,一定要先咨询医生,切不可自作主张、死搬硬套地“对号入座”,以免引发不良事件。在本书的编写过程中,参考了许多公开发表的著作,在此一并向有关作者表示衷心的感谢。由于我们水平有限,书中不当之处欢迎广大读者批评指正。

作 者



一、正确认识慢性支气管炎

1. 什么是慢性支气管炎？其发病情况如何？ (1)
2. 引发慢性支气管炎的外因有哪些？ (2)
3. 引发慢性支气管炎的内在因素有哪些？ (3)
4. 吸烟与慢性支气管炎发病有关吗？ (4)
5. 大气污染与慢性支气管炎有什么关系？ (5)
6. 气候变化与慢性支气管炎有何关系？ (6)
7. 慢性支气管炎的易患因素有哪些？ (7)
8. 哪些职业易患慢性支气管炎？ (8)
9. 慢性支气管炎好发于哪个年龄段和季节？ (9)
10. 慢性支气管炎有哪些临床表现？ (10)
11. 怎样分析各种不同的咳嗽？ (11)
12. 呼吸系统疾病应如何辨痰？ (13)
13. 经常咳嗽就是慢性支气管炎吗？ (14)
14. 慢性支气管炎有哪些常见并发症？ (14)
15. 鼻腔疾病对慢性支气管炎有什么影响？ (16)
16. 慢性支气管炎患者为什么会出现缺氧？ (17)



17. 感冒与慢性支气管炎有什么关系? (18)
18. 什么是急性支气管炎? 有哪些临床表现? (18)
19. 如何区分急性支气管炎和慢性支气管炎? (19)
20. 什么是支气管哮喘? 有哪些临床表现? (20)
21. 什么是肺癌? 有何临床表现? (21)
22. 什么是慢性阻塞性肺气肿? 有哪些临床表现? (22)
23. 什么是支气管扩张症? 有哪些临床表现? (23)
24. 什么是慢性肺源性心脏病? 有哪些临床表现? (23)
25. 何谓慢性阻塞性肺疾病? 与慢性支气管炎、肺气肿
有何关系? (24)
26. 慢性支气管炎常用的辅助检查有哪些? (25)
27. 慢性支气管炎胸部 X 线检查有哪些表现? (26)
28. 慢性支气管炎患者需要做 CT 检查吗? (27)
29. 慢性支气管炎患者检查肺功能有何意义? 检查
内容有哪些? (28)
30. 慢性支气管炎患者为什么要做心电图检查? (29)
31. 怎样正确诊断慢性支气管炎? 如何分型分期? (30)
32. 怎样自我判断慢性支气管炎病情的轻重? (31)
33. 慢性支气管炎应与哪些疾病相鉴别? (31)
34. 如何鉴别慢性支气管炎与支气管哮喘? (32)
35. 如何鉴别慢性支气管炎与左心衰竭? (33)
36. 如何及早发现慢性支气管炎合并肺癌? (34)
37. 中医是如何认识慢性支气管炎病因病机的? (35)
38. 中医通常将慢性支气管炎分为几种证型? (36)



39. 慢性支气管炎患者应该看西医还是看中医? (37)
40. 慢性支气管炎的西医治疗原则是什么? 急性发作期
 应怎样治疗? (38)
41. 慢性支气管炎缓解期是否需要治疗? 怎样治疗? (39)
42. 慢性支气管炎是否需要一直应用抗生素? 常见的
 误区有哪些? (40)
43. 慢性支气管炎合并感染时使用抗生素的注意事项有
 哪些? (41)
44. 治疗慢性支气管炎合并感染常用的抗生素有哪些? ... (42)
45. 为什么慢性支气管炎应谨慎使用镇咳药? (44)
46. 临床常用的镇咳药有哪些? (45)
47. 治疗慢性支气管炎常用的祛痰药有哪些? (46)
48. 临床常用的平喘药有几类? 慢性支气管炎患者如何
 使用平喘药? (47)
49. 慢性支气管炎患者能否使用镇静催眠药? (48)
50. 慢性支气管炎患者是否可以使用糖皮质激素? (49)
51. 慢性支气管炎患者的排痰方法有哪些? (50)
52. 预防慢性支气管炎是否可行? 有什么重要意义? (51)
53. 怎样预防慢性支气管炎? (52)
54. 慢性支气管炎患者如何预防感冒? (53)
55. 怎样防止慢性支气管炎患者病情进展? (55)
56. 为什么老年人要特别重视防治慢性支气管炎? (56)
57. 慢性支气管炎的预后怎样? (57)
58. “春捂秋冻”对慢性支气管炎患者有何保健意义? (58)



59. 为什么预防慢性支气管炎应从儿童时期开始? (59)
60. 寒冷季节如何预防慢性支气管炎发作? (60)

二、中医调治慢性支气管炎

61. 中医治疗慢性支气管炎的优势在哪里? 有何不足? ... (62)
62. 治疗慢性支气管炎常用的单味中药有哪些? (63)
63. 治疗慢性支气管炎常用的方剂有哪些? (82)
64. 如何正确煎煮中药汤剂? (100)
65. 怎样服用中药汤剂才恰当? (102)
66. 慢性支气管炎急性发作期和慢性迁延期中医怎样
辨证治疗? (103)
67. 慢性支气管炎临床缓解期中医怎样辨证治疗? (106)
68. 中医是如何辨证治疗慢性支气管炎并发慢性阻塞
性肺气肿的? (107)
69. 中医是如何辨证治疗慢性支气管炎并发慢性
肺源性心脏病的? (109)
70. 治疗慢性支气管炎为何要谨慎合理地使用
中草药? (111)
71. 治疗慢性支气管炎应该怎样谨慎合理地使用
中草药? (113)
72. 中成药的处方来源有哪些? 有何组方特点? (114)
73. 治疗慢性支气管炎的中成药剂型有哪些? (115)
74. 如何选择治疗慢性支气管炎的中成药? (117)
75. 如何保管治疗慢性支气管炎的中成药? (118)



76. 怎样服用治疗慢性支气管炎的中成药？	(119)
77. 治疗慢性支气管炎常用的片剂中成药有哪些？	(120)
78. 治疗慢性支气管炎常用的丸剂中成药有哪些？	(124)
79. 治疗慢性支气管炎常用的胶囊剂中成药有哪些？	(127)
80. 治疗慢性支气管炎常用的颗粒剂中成药有哪些？	(130)
81. 治疗慢性支气管炎常用的口服液有哪些？	(133)
82. 治疗慢性支气管炎常用的膏类中成药有哪些？	(135)
83. 怎样辨证分型选用治疗慢性支气管炎的中成药？	(137)
84. 何谓单方验方？ 如何选用单方验方治疗慢性 支气管炎？	(139)
85. 治疗慢性支气管炎常用的单方有哪些？	(140)
86. 治疗慢性支气管炎常用的验方有哪些？	(145)
87. 针灸治疗慢性支气管炎有何作用？	(159)
88. 应用针刺治疗慢性支气管炎应注意什么？	(160)
89. 针灸治疗慢性支气管炎常用穴位有哪些？	(161)
90. 应用艾灸治疗慢性支气管炎应注意什么？	(162)
91. 治疗慢性支气管炎常用的针刺处方有哪些？	(163)
92. 治疗慢性支气管炎常用的艾灸处方有哪些？	(167)
93. 治疗慢性支气管炎常用的穴位注射处方有哪些？	(170)
94. 如何用穴位埋线法治疗慢性支气管炎？	(174)
95. 耳穴疗法能调治慢性支气管炎吗？	(175)
96. 如何进行耳针治疗操作？	(176)
97. 如何进行耳压治疗操作？	(177)



98. 应用耳针、耳压疗法调治慢性支气管炎应注意些

什么? (178)

99. 调治慢性支气管炎常用的耳针、耳压处方有哪些? ... (179)

100. 拔罐疗法能调治慢性支气管炎吗? (182)

101. 拔罐的方法有哪些? (183)

102. 应用拔罐疗法调治慢性支气管炎应注意些什么? ... (183)

103. 常用的调治慢性支气管炎的拔罐处方有哪些? (184)

104. 刮痧疗法能调治慢性支气管炎吗? (187)

105. 刮痧的具体操作方法有哪些? (188)

106. 应用刮痧疗法调治慢性支气管炎应注意些什么? ... (188)

107. 调治慢性支气管炎常用的刮痧处方有哪些? (189)

108. 药物敷贴法调治慢性支气管炎有何作用? (191)

109. 应用药物敷贴法调治慢性支气管炎应注意些

什么? (192)

110. 调治慢性支气管炎常用的药物敷贴处方有哪些? ... (193)

111. 什么是冬病和冬病夏治? 冬病夏治适宜于哪些

疾病? (196)

112. 冬病夏治能调治慢性支气管炎吗? 如何做到辨清

体质再施治? (197)

113. 调治慢性支气管炎常用的冬病夏治方法有哪些? ... (198)

114. 慢性支气管炎冬病夏治常用的敷贴处方有哪些? ... (199)

115. 慢性支气管炎冬病夏治常用的艾灸处方有哪些? ... (202)

116. 调治慢性支气管炎常用的按摩手法有哪些? (203)

117. 应用按摩疗法调治慢性支气管炎应注意些什么? ... (209)



118. 慢性支气管炎患者常用的自我按摩方法有哪些？	… (210)
119. 用于调治慢性支气管炎的简易按摩方法有哪些？	… (212)
120. 如何应用辨证按摩调治慢性支气管炎？	…………… (214)
121. 调治慢性支气管炎常用的单穴按摩法有哪些？	…… (216)
122. 怎样应用延年九转按摩法调治慢性支气管炎？	…… (217)
123. 运动疗法能调治慢性支气管炎吗？	…………… (219)
124. 慢性支气管炎患者适合做哪些运动？	…………… (220)
125. 慢性支气管炎患者在进行运动锻炼时应注意 什么？	…………… (221)
126. 慢性支气管炎患者如何正确掌握运动量？	…………… (222)
127. 慢性支气管炎患者如何练习腹式呼吸法？	…………… (223)
128. 呼吸操对防治慢性支气管炎有哪些作用？	…………… (224)
129. 慢性支气管炎患者如何练习呼吸操？	…………… (225)
130. 慢性支气管炎患者如何练习简易呼吸操？	…………… (226)
131. 慢性支气管炎患者如何练习董焕然呼吸操？	…………… (228)
132. 慢性支气管炎患者如何练习保健呼吸操？	…………… (229)
133. 慢性支气管炎患者如何练习三吸三呼法？	…………… (230)
134. 慢性支气管炎患者如何进行简易呼吸法锻炼？	…… (231)
135. 慢性支气管炎患者练习呼吸操需注意什么？	…………… (232)
136. 耐寒锻炼对身体健康有何益处？	…………… (233)
137. 慢性支气管炎患者进行耐寒锻炼的方法有哪些？	… (234)
138. 慢性支气管炎患者进行耐寒锻炼需注意什么？	…… (236)
139. 散步对慢性支气管炎有益吗？慢性支气管炎患者 如何散步？	…………… (237)



140. 慢跑能调治慢性支气管炎吗？慢性支气管炎患者
如何慢跑？ (238)
141. 爬楼梯有助于改善心肺功能吗？慢性支气管炎患
者怎样坚持爬楼梯？ (239)
142. 慢性支气管炎患者如何进行跳绳锻炼？ (240)
143. 慢性支气管炎患者怎样练习全身活动健身法？ (242)
144. 慢性支气管炎患者游泳有助于改善心肺功能吗？
游泳锻炼时应注意什么？ (243)
145. 慢性支气管炎患者怎样骑自行车锻炼？ (244)
146. 慢性支气管炎患者如何练习慢性支气管炎防治操？ ... (245)
147. 慢性支气管炎患者如何练习肺气肿呼吸体操？ (246)
148. 慢性支气管炎患者怎样练习祛病健身早操？ (248)
149. 慢性支气管炎患者如何练习防止老化体操？ (249)
150. 慢性支气管炎患者怎样练习祛病延年二十式？ (251)
151. 慢性支气管炎患者怎样练习易筋经？ (256)
152. 慢性支气管炎患者如何练习五禽戏？ (259)
153. 慢性支气管炎患者怎样练习八段锦？ (262)
154. 慢性支气管炎患者练习太极拳时应注意些什么？ ... (265)
155. 何谓饮食疗法？饮食疗法能调治慢性支
气管炎吗？ (267)
156. 慢性支气管炎患者的饮食调养原则是什么？ (268)
157. 慢性支气管炎患者如何判断自己的体质？ (269)
158. 慢性支气管炎患者的饮食如何因人、因时、因地
而异？ (270)

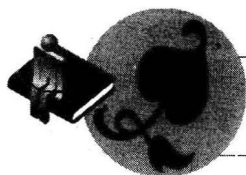


159. 慢性支气管炎患者宜吃的食物有哪些？	(271)
160. 慢性支气管炎患者能否选用保健补品？	(280)
161. 慢性支气管炎患者进补的原则是什么？	(281)
162. 慢性支气管炎患者进补禁忌有哪些？	(282)
163. 进补对慢性支气管炎患者有何好处？怎样选择 适合自己的进补方法？	(283)
164. 慢性支气管炎患者冬令如何进补？	(284)
165. 何谓药膳？药膳是如何分类的？	(285)
166. 药膳有哪些烹调方法？	(286)
167. 适宜于慢性支气管炎患者服食的粥类食疗方 有哪些？	(287)
168. 适宜于慢性支气管炎患者服食的菜肴类食疗方 有哪些？	(292)
169. 适宜于慢性支气管炎患者服食的汤羹类食疗方 有哪些？	(296)
170. 慢性支气管炎患者如何根据辨证分型选用食 疗方？	(299)
171. 何谓药茶疗法？药茶能调治慢性支气管炎吗？	(302)
172. 药茶的种类和剂型有哪些？	(303)
173. 药茶有哪些服用方法？	(304)
174. 应用药茶调治慢性支气管炎应注意什么？	(305)
175. 适宜于慢性支气管炎患者服用的药茶方剂 有哪些？	(306)
176. 患者情绪对慢性支气管炎病情有何影响？	(309)



177. 慢性支气管炎患者常有怎样的心理状态? (310)
178. 如何对慢性支气管炎患者进行心理治疗? (311)
179. 慢性支气管炎患者如何注意心理保健? (312)
180. 慢性支气管炎患者怎样进行综合康复治疗? (314)
181. 森林浴调治慢性支气管炎有何作用? (315)
182. 慢性支气管炎患者怎样进行森林浴? (316)
183. 矿泉浴调治慢性支气管炎有何作用? (317)
184. 慢性支气管炎患者怎样进行矿泉浴? (318)
185. 慢性支气管炎患者怎样安全过冬? (319)
186. 慢性支气管炎患者护理上应注意什么? (320)
187. 慢性支气管炎患者出现咳嗽、咳痰时护理的重点
是什么? (321)
188. 慢性支气管炎患者应怎样辨证施护? (322)
189. 慢性支气管炎并发肺心病时护理应注意什么? (323)
190. 慢性支气管炎患者起居养生的要点有哪些? (324)

附录 常用穴位示意图



一、正确认识慢性支气管炎

1. 什么是慢性支气管炎？其发病情况如何？

慢性支气管炎简称慢支，是指由于感染和非感染因素引起的气管、支气管黏膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。慢性支气管炎的病因至今尚未完全明了，病理变化也较复杂，其发病通常认为与感染、吸烟、大气污染、寒冷、过敏及自主神经功能失调、免疫功能低下等有关。慢性支气管炎是呼吸系统的一种临床常见病、多发病，临床上以咳嗽、咳痰或伴有喘息及反复发作的慢性过程为特征，严重时可并发慢性阻塞性肺气肿，甚至慢性肺源性心脏病。据调查，我国人口中慢性支气管炎的患病率为3%~5%，随着年龄的增长慢性支气管炎的患病率有逐渐递增趋势，50岁以上者可达15%左右，因此常将慢性支气管炎称为“老慢支”。慢性支气管炎北方患病率高于南方，农村患病率高于城市，山区高于平原，工矿地区因污染严重患病率也较高，吸烟者患病率远高于不吸烟者，男性患病率多于女性。

慢性支气管炎初期症状轻而不易引起重视，待病变持续进展并发展成为慢性阻塞性肺气肿，甚至慢性肺源性心脏病时，治疗效果往往欠佳，严重危害着人们的健康，因此积极开展对慢性支气管炎的预防和早期治疗具有重要的意义。戒烟烟酒，加强体育锻炼，提高机体抗病能力，积极预防和治疗感冒，消除对呼吸道的刺激等，可预防或减少慢性支气管炎的发生。



2. 引发慢性支气管炎的外因有哪些？

(1)感染因素:感染是慢性支气管炎发生、发展的一个重要因素,主要是病毒、细菌和支原体感染。病毒以流感病毒、鼻病毒、黏液病毒、腺病毒和呼吸道合胞病毒为多见,一般认为病毒感染先造成呼吸道黏膜上皮损伤,有利于细菌的感染,最终引起炎症的发生。从患者痰中培养出的细菌来看,以流感嗜血杆菌、肺炎双球菌、甲型链球菌为多见。肺炎支原体与慢性支气管炎发病的直接关系,目前尚不清楚。

(2)理化因素:刺激性烟雾,粉尘,大气污染(如二氧化硫、二氧化氮、氯气、臭氧等)的慢性刺激,常为慢性支气管炎的主要病因之一。接触工业刺激性粉尘和有害气体的工人,慢性支气管炎患病率远较不接触者为高。因此类物质皆可损害呼吸道黏膜,使其发生水肿、上皮细胞损伤脱落,呼吸道的防御功能降低,从而易于引起慢性炎症。

(3)过敏因素:慢性支气管炎和人体的过敏有一定关系。有实验证明,慢性支气管炎患者存在着对各种细菌的过敏状态,各种细菌可以在不同程度上成为速发型和迟发型变态反应的变应原,尤其是喘息型慢性支气管炎患者,有过敏史者较多,痰中嗜酸性粒细胞一般较高,痰中组胺含量也较正常人为高,推测一部分患者的发病与变态反应有关。

(4)气候变化:寒冷常为慢性支气管炎发作的重要原因和诱因,慢性支气管炎发病及急性加重常见于寒冷的季节,尤其是在气候突然变化时。寒冷空气刺激呼吸道,除减弱上呼吸道黏膜的防御功能外,还能通过反射引起支气管平滑肌收缩、黏膜血液循环障碍和分泌物排出困难等,而导致继发感染。

(5)吸烟:吸烟与慢性支气管炎发生有密切关系,吸烟时间越