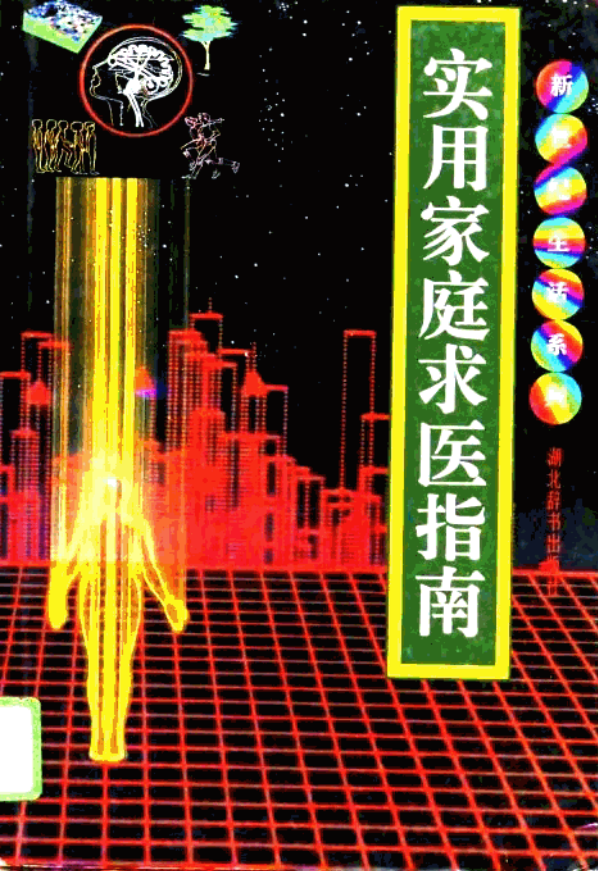


新
生
活
系
列

湖北辞书出版社

实用家庭求医指南



编辑说明

应广大患者的迫切需求,我们编辑了这本《实用求医指南》。本书的编辑工作是一种将静态与动态、动态与动态相联合的开创性的工作,没有现成经验可资借鉴,故特作如下说明:

一、本书收录摘选了国内公开发行的有一定权威性和影响最大的报纸发表的有关各种疑难杂症和复杂手术的先进治疗报道。为保证资料的准确可靠性,一切地方报刊和一般性小报刊上的医疗报道,一律不收。广告或广告性质的医药信息,更其禁绝进入本书。

二、所收资料以新近为要,故时限最早为1993年,1992年以前的不收。

三、为全书体例统一及篇幅的限制,本书对所收资料作了一些删节,而由医院的同志撰写的文章,则将人称作了相应改变。

四、凡属对同一医疗单位或同一位医师的不同报道,我们酌情一并收入,在体例上以“(一)”、“(二)”……标示,这是因为,报道的角度或许不同,内容可以互补,也更增加了人或事的可信度。

五、为使广大患者更清楚地了解自身的病情,更准确、迅捷地求医问诊,以及妥善科学地因病安排饮食起居以辅助疗病,我们设计编写了“疾病特点与诊断”和“家庭保健”两个板块,读者可结合“求医指南”的内容,一并阅读使用。

六、因时间的关系,本书所收资料尚不够丰富,编者将继续注意医疗动态,不断收集新疗法,待时机成熟,将用更新的材料对现书予以补充,以适应广大患者的需求。

最后,我们对为本书提供宝贵资料和信息广大新闻工作者以及医疗战线的工作者表示崇高的敬意和深深的谢忱,并祝他们的事业取得更大更新的成就,从而为广大的患者解除更多的痛苦。

编 者

1995年6月14日

目 录

呼 吸 系 统

- | | | | |
|-------------------|----|-----------------|----|
| 1. 慢性支气管炎 | 1 | 5. 肺癌 | 13 |
| 2. 支气管哮喘 | 4 | 6. 癌性胸腔积液 | 24 |
| 3. 肺心病与呼吸衰竭 | 10 | 7. 纵隔肿瘤 | 25 |
| 4. 结核性胸膜炎 | 11 | | |

心 血 管 系 统

- | | | | |
|------------------|----|---|----|
| 1. 心力衰竭 | 27 | 8. 心包积液 | 56 |
| 2. 早搏、心动过速 | 29 | 9. 心血管神经官能症 | 57 |
| 3. 高血压病 | 36 | 10. 主动脉瘤 | 59 |
| 4. 冠心病 | 40 | 11. 马凡氏综合征 | 60 |
| 5. 风湿性心脏病 | 45 | 12. 周围血管病(血栓闭塞性脉管炎、肢体动脉硬化性闭塞症、雷诺氏病) | 62 |
| 6. 先天性心血管病 | 49 | | |
| 7. 病毒性心肌炎 | 54 | | |

消 化 系 统

- | | | | |
|------------------|----|----------------|----|
| 1. 食管癌 | 72 | 6. 急性阑尾炎 | 85 |
| 2. 慢性萎缩性胃炎 | 75 | 7. 腹股沟疝 | 86 |
| 3. 胃癌 | 77 | 8. 痔 | 89 |
| 4. 小儿腹泻 | 80 | 9. 顽固性呃逆 | 92 |
| 5. 慢性结肠炎 | 83 | 10. 肝硬化 | 94 |
-

11. 原发性肝癌	101	15. 胆管炎性狭窄	130
12. 肝脏良性肿瘤	116	16. 大肠癌	131
13. 布加氏综合征	122	17. 习惯性便秘	135
14. 胆石症、胆囊炎	125	18. 急性胰腺炎	137

血液系统

1. 再生障碍性贫血	139	5. 淋巴瘤	156
2. β 海洋性贫血	145	6. 过敏性紫癜	159
3. 阵发性睡眠性血红蛋白尿 ...	147	7. 特发性血小板减少性紫癜 ...	160
4. 白血病	149	8. 血友病	162

泌尿系统、(男性)生殖系统

1. 急性肾炎、慢性肾炎、肾病综合 征、慢性尿毒症	165	7. 前列腺增生症	178
2. 巨输尿管症	171	8. 尿石症	181
3. 膀胱外翻	172	9. 膀胱肿瘤	185
4. 重复肾盂和输尿管、尿道下 裂	174	10. 阴茎癌	186
5. 包茎	176	11. 尿频、遗尿	187
6. 慢性前列腺炎	177	12. 乳糜尿	189
		13. 男性性功能障碍	190

内分泌系统与代谢

1. 甲状腺机能亢进症	195	4. 糖尿病	199
2. 单纯性甲状腺肿	196	5. 高脂血症	208
3. 慢性淋巴细胞性甲状腺炎 ...	198	6. 肥胖症	210

妇 产 科

- | | | | |
|----------------|-----|------------------|-----|
| 1. 习惯性流产 | 211 | 8. 子宫内膜异位症 | 225 |
| 2. 异位妊娠 | 214 | 9. 月经失调 | 226 |
| 3. 外阴白斑 | 216 | 10. 不孕(育)症 | 231 |
| 4. 慢性宫颈炎 | 217 | 11. 尿瘘 | 237 |
| 5. 慢性盆腔炎 | 219 | 12. 高危妊娠 | 239 |
| 6. 子宫颈癌 | 221 | 13. 中期妊娠引产 | 240 |
| 7. 卵巢癌 | 224 | 14. 绝育术 | 241 |

乳 房 疾 病

- | | | | |
|-----------------|-----|-------------|-----|
| 1. 产后乳汁不足 | 242 | 2. 乳癌 | 243 |
|-----------------|-----|-------------|-----|

运 动 系 统

- | | | | |
|----------------------------|-----|----------------------|-----|
| 1. 骨折、骨折不愈合、骨不连
接 | 247 | 10. 类风湿性关节炎 | 279 |
| 2. 手外伤 | 256 | 11. 斜颈 | 283 |
| 3. 断肢(指) | 258 | 12. 成人股骨头无菌性坏死 | 285 |
| 4. 髌骨病 | 259 | 13. 骨软骨病 | 290 |
| 5. 椎间盘突出症 | 261 | 14. 佝偻病 | 291 |
| 6. 脊柱滑脱 | 266 | 15. 骨肿瘤 | 294 |
| 7. 化脓性骨髓炎 | 268 | 16. 软组织异物 | 297 |
| 8. 骨与关节结核 | 271 | 17. 假肢 | 299 |
| 9. 骨质增生 | 272 | | |

神 经 系 统

- | | | | |
|----------------|-----|----------------|-----|
| 1. 三叉神经痛 | 301 | 2. 面神经麻痹 | 304 |
|----------------|-----|----------------|-----|

3. 面肌抽搐	306	12. 脑萎缩	344
4. 格林—巴利综合征	308	13. 头皮损伤	346
5. 截瘫	310	14. 肝豆状核变性	347
6. 小儿麻痹症	316	15. 苯丙酮酸尿症	349
7. 脊髓空洞症	318	16. 脑性瘫痪	351
8. 颅内肿瘤	320	17. 癫痫	356
9. 垂体瘤	329	18. 多发性硬化症	362
10. 急性脑血管病	332	19. 重症肌无力	363
11. 脑血管发育异常	340	20. 头痛	365

精神疾病

1. 精神病	368	3. 失眠症	375
2. 神经质症	372	4. 儿童多动症	376

传染病

1. 病毒性肝炎	378	4. 流行性乙型脑炎	385
2. 肺结核	381	5. 流行性出血热	387
3. 颈淋巴结核	383	6. 艾滋病	389

耳鼻咽喉疾病

1. 过敏性鼻炎、慢性鼻炎 ..	392	咽喉癌	399
2. 萎缩性鼻炎	394	6. 睡眠呼吸暂停综合征	402
3. 鼻出血	395	7. 喉癌	403
4. 慢性咽炎、慢性喉炎	397	8. 外耳道炎、急(慢)性化脓性中	
5. 鼻腔及鼻窦恶性肿瘤、鼻咽癌、		耳炎	406

眼 科 疾 病

- | | | | |
|-----------------------|-----|------------------------|-----|
| 1. 美尼尔氏病、耳聋、聋哑病 | 410 | 7. 中心性浆液性脉络膜视网膜炎 | 428 |
| 2. 泪道病 | 414 | 8. 视网膜血管阻塞 | 429 |
| 3. 结膜干燥症 | 415 | 9. 视神经萎缩 | 432 |
| 4. 病毒性角膜炎 | 417 | 10. 近视眼 | 434 |
| 5. 白内障 | 419 | 11. 共同性斜视 | 436 |
| 6. 青光眼 | 423 | | |

口腔疾病、颅颌面畸形

- | | | | |
|------------------|-----|----------------|-----|
| 1. 龋病 | 438 | 5. 牙周病 | 446 |
| 2. 牙缺损、牙缺失 | 440 | 6. 反骀 | 449 |
| 3. 牙本质过敏 | 443 | 7. 唇裂、腭裂 | 450 |
| 4. 复发性口疮 | 444 | 8. 颅颌面畸形 | 453 |

皮 肤 疾 病

- | | | | |
|-----------------------|-----|--------------------|-----|
| 1. 接触性皮炎、光感性皮肤病 | 456 | 9. 皮炎、硬皮病 | 477 |
| 2. 鸡眼与胼胝 | 458 | 10. 寻常性痤疮 | 482 |
| 3. 疣 | 460 | 11. 多汗症 | 484 |
| 4. 手癣、足癣及甲癣 | 462 | 12. 白癜风 | 486 |
| 5. 银屑病 | 463 | 13. 疤痕与瘢痕瘤 | 490 |
| 6. 鱼鳞病 | 469 | 14. 血管瘤 | 492 |
| 7. 毛发性苔藓 | 471 | 15. 色素痣与恶性黑瘤 | 494 |
| 8. 红斑性狼疮、天疱疮 | 472 | 16. 慢性皮肤溃疡 | 496 |
| | | 17. 烧伤 | 498 |

慢性支气管炎

〔疾病特点与诊断〕

咳嗽、咳痰或伴喘息，每年发病持续三个月，连续两年或以上。多见于中老年人，寒冷季节好发。诊断慢性支气管炎之前，应作胸片、心脏B超、心电图以排除肺结核、肺癌、尘肺、心脏病等。

〔求医指南〕

冀

一、河北省香河县气管炎专科医院

河北省香河县气管炎专科医院院长孟庆云治疗慢性气管炎病有独到之处。近两年多来，该院共收治来自国内外的患者4000余例，对气管炎、过敏性哮喘的总有效率达99%，治愈率达90%，肺气肿的治愈率达80%。

孟庆云1962年从津沧医专毕业后，一直扎根于农村。1970年以来，他结合祖传秘方，潜心研究，经过近20年理论与实践，确立了用药物穴位注射加口服中西药物相结合的新方法治疗气管炎，取得良好效果。患气管炎、肺气肿的患者徐得会已有4年之久不能坚持正常工作，每年花去医药费上万元。1990年5月经孟庆云大夫治疗，一次注射就收到了明显疗效，而且仅花1200元医药费，如今已能正常上班。美国的比蒂·泰森女士，患过敏性哮喘、肺气肿30年，行走困难，曾多方求医无效。后经孟大夫治疗了一个疗程，症状全部消失，她感慨地说：“中国医生真了不起！”

据了解，孟庆云曾多次被评为市县科学技术先进工作者、白求恩式医务工作者，河北省政府并给予晋升一级工资。

（摘自1993年8月12日《健康报》）

京

二、北京总后医院第二门诊部

当记者到北京市丰台路 75 号院总后医院第二门诊部气管炎专科采访丁素兰医师的时候,恰逢一位叫辛欣的小姐为母亲取药。其母张懿茹 60 岁,患气管炎已有 30 年,生活不能自理。近 10 年来住院 11 次,做手术 22 次,疗效不理想,每天晚上只能扶着被子坐着,呼吸十分困难。用丁素兰的“一贴灵”仅一个疗程,便可躺下入睡,四个疗程后,不仅生活自理,还可以做些轻微的家活,最近她居然同家人一起来北京旅游了。

丁素兰出身于河南的一个中医世家,为了寻求气管炎发病的原因,她独自一人到祖国的大江南北,研究人与自然的关系,探索不同气候、不同地区环境下气管炎、肺心病的发展规律。几十年的苦苦追求,终于使她研制出了治气管炎有奇效的“一贴灵”。

“一贴灵”不仅对老年人疗效好,对小孩儿也不错。北京小西天男孩李博,刚 4 岁多患气管炎却已 3 年,一年四季咳嗽,全家人为此苦不堪言。他们万万没有想到,敷用丁大夫的“一贴灵”只一个多月,李博的病就好了。

“一贴灵”也使台湾、日本、美国、澳大利亚等海内外大量患者重新步入生命的春天。本月末,丁素兰应国际友人的邀请,将赴美参加国际会议,并在会上做学术报告。

(摘自 1994 年 6 月 17 日《健康报》)

豫

三、河南中医学院科研门诊部

河南中医学院科研门诊部主治医师张好岭及其课题组,经多年潜心探索,研制出“八珍定喘丹”。在有效治疗 6000 多人的基础上,最近又系统、科学地对 324 例患者使用观察,取得满意的临床

疗效和实验结果。美国加州中国医药针灸中心主任张春荣博士,在美国观察治疗 100 余例,疗效与此相同。实验证明,该药具有明显的止咳、化痰、平喘和改善免疫功能等功效,且无任何毒副作用,愈后复发率低。专家认为,此项研究已达到国内先进水平。

(摘自 1993 年 1 月 21 日《健康报》)

湘

四、湖南中医药研究院 慈利化脓灸研究所

湖南中医药研究院慈利化脓灸研究所采用化脓灸方法治疗慢性支气管炎,使这一疾病的临床控制率达到 80%。慈利化脓灸研究所在近两年的时间里,通过机理研究和临床疗效对照观察,发现慢性支气管炎患者的血浆前列腺素 F_{2a} 含量高于健康人,而化脓灸治疗后血浆前列腺素 F_{2a} 含量有明显降低,从而控制血浆前列腺素 F_{2a} 对支气管平滑肌的收缩作用,收到治疗效果。这一研究成果,不久前通过了专家鉴定。

(摘自 1993 年 4 月 22 日《健康报》)

〔家庭保健〕

(1) 饮食与食疗 **饮食** 平时可吃些冬瓜、丝瓜、萝卜、刀豆、蘑菇、梨、枇杷、荸荠、西瓜等食品,有助于清解肺热、化痰止咳。要少吃辛辣刺激性食物,如桂皮、辣椒、芥末、咖喱。宜少吃海味鲜腥。 **食疗** 1) 四仁鸡子粥:白果仁、甜杏仁、核桃仁、花生仁各 20 克,粳米 100 克,熬粥,粥熟后加入鸡蛋 1 个,早晚各服 1 小碗。2) 松子粥:松子仁 20 克,粳米 100 克,煮粥,尤宜于慢性支气管炎伴便秘者。3) 虫夏炖鸡:母鸡 1 只,洗净开膛,填入冬虫夏草 15 克、黄芪 30 克,炖熟后,早晚分食。4) 贝母梨:大鸭梨 1 个,切块,加贝母 10 克,蒸熟后食之。5) 冰糖百合梨:雪梨 2 个、百合 10 克、冰糖适量,适量加水煮食。6) 三鲜蜜汁:鲜萝卜、鲜藕各 250 克、梨 2 个,切碎绞汁,汁液中加入蜂蜜 250 克,每次服 3~4 匙,每日数次。7) 白糖拌海带:海带 200 克,浸洗干净,切成小段,用开水略煮沸,捞出后拌入适量白糖,早晚分食,连吃 7~10 天。8) 桔饼煎大蒜:桔饼 30 克、大蒜 15 克,切碎,加水适量,煎汤内服,连服 10 天。

(2)戒烟。预防感冒着凉,尽量少与流感病人接触,必要时可带上口罩。感冒流行时,少去公共场所。

(3)适当参加体育锻炼,从夏天始坚持冷水洗脸、擦背,以增强机体抗病耐寒能力。运动后出汗,不要骤然脱衣或洗澡。

支气管哮喘

〔疾病特点与诊断〕

支气管哮喘分为外源性、内源性、混合性三大类。外源性哮喘 (1)多在儿童期及青少年时发病,春、秋季好发,发作前有明显过敏原接触史,如接触植物花粉、动物皮毛等,进食鱼、虾、蟹、牛奶、蛋类等。(2)发作前多有鼻痒、眼痒、连续喷嚏、流涕、咳嗽、胸闷等先兆,继而喘息。(3)发病迅速,以夜间居多,但好转亦快,缓解期间无明显不适。内源性哮喘 (1)多见于成年人,常在冬季或气温骤变时发作。(2)常先有伤风感冒等呼吸道感染史,起病较慢。混合性哮喘 上述表现混合出现,病程较长,经常发作而无明确的缓解季节。诊断支气管哮喘时,需要作胸片、心脏B超、心电图检查以排除心脏疾病所致的哮喘。

〔求医指南〕

鄂

一、湖北省襄樊市中心医院

慢性支气管哮喘和支气管炎,是两种严重危害身体健康的常见呼吸道疾病。

湖北省襄樊市中心医院针灸科运用中医学中季节气候变化可引起机体产生相应反应理论,选用冬病夏治——穴位贴药法治疗这两种疾病,取得了满意的疗效。通过穴位贴药,用药物刺激穴位,达到养肺气,疏通经络,调整阴阳,使脏腑功能协调。穴位贴药,可选用三伏天的每伏第一天为贴药时间,成人每次贴6~12小时,小

儿每次贴 4~6 小时后即取掉。经三次贴药,大多数可获好转。目前,襄樊市中心医院开展穴位贴药已 9 年,临床接诊患者 7000 人次左右,治愈好转率达 80% 以上。

(摘自 1993 年 6 月 19 日《健康报》)

京

二、北京朝阳区太阳宫医院

近年来肺脏的超微结构,呼吸生理和生化,内分泌以及免疫等基础研究均取得了较大进展,但对咳喘的发病原因,发病机制还知之不多,所以呼吸系统疾病在我国人口死亡中仍高居第二位。西药对此虽有一定疗效,但其副作用令人生畏。在中医学看来,人与自然界是一个不可分割的有机整体,解决咳喘必须综合治理。就我个人体会,标本兼治,还是中医疗法效果更好。

北京朝阳区太阳宫医院采用的综合疗法,是发挥传统中医拔罐、方剂、刮痧、针灸、刺血等特长,并大胆突破、辅以现代科学仪器,改进人体磁场布局,以贯通任督二脉,调整十二经气血运行,改善肺肾功能,增强机体免疫力以达到康复的目的。安徽患者仰宗望从事西医几十年不信中医,待自己的咳喘已无西药可治,切开气管也无济于事时,才来北京接受太阳宫医院治疗。20 天后咳喘完全缓解,体重也由 190 斤降至 170 斤,现已恢复工作。台湾某公司董事长李懿臻女士用遍各国名药不见效果,被太阳宫医院治好后,提出把这套疗法推广到台湾和美国。这些都足以说明,中医综合疗法对救治咳喘的疗效。这一疗法自 1990 年获国家科委金奖后,已为上万名患者解除了痛苦。

(摘自 1994 年 2 月 25 日《健康报》)

京

三、北京东直门外小关地区 东外中医医院

北京东直门外小关地区东外中医医院历经 7 年探索,研制出纯中药方剂,治疗多年性支气管炎、哮喘、肺心病 2 万余例,取得显著疗效。该院医生根据中医辨证施治的原理,取保肺窍补脾肾的治疗原则,采用“补法”、“吐法”、“泻法”,对该院老年关怀病房中的哮喘病人进行治疗,经服用纯中药方剂 1~2 个疗程后,都取得良好疗效。门诊治疗中亦有许多常年卧床不起的重症哮喘病人经治疗后重新走上工作岗位。

(摘自 1993 年 12 月 4 日《人民日报》)

辽

四、辽宁省朝阳市新华街中医诊所

辽宁省朝阳市新华街中医诊所所长、朝阳市政协委员田乐秋,用祖传药方结合自己的临床实践,为许多患风湿性关节炎、哮喘、癫痫病的人解除了痛苦。

田大夫在接受记者采访时说:“西医西药对于风湿、哮喘、癫痫等病难于根治。这些疾病用抗菌素、激素、解热镇痛药效果都不满意,用药时间过长还会引起不良的副作用。中医从调整机体阴阳的角度,针对每个病人不同的情况来进行治疗可以收到良好的效果。我经过了千百次以身试药,克服了常人难以想象的困难,用了整整 10 年的时间对秘方的成份、配制进行了完善。现在,我已经治疗了来自全国 10 个省市的 2 万名病人,使他们重新踏上了正常工作和生活的路程。”

19 岁的姑娘刘亚宁自幼患支气管哮喘,心肺功能不良,发育受阻,睡觉不能躺平。父母抱她跑遍了北京和东北的各大医院,她仍然咳喘。19 岁的人了,个子只有 12 岁的孩子那样大,从没过

月经。经服用田大夫的矾伦散,如今,亚宁姑娘可以跑步,个子长高了。现在朝阳市纺织厂做档案工作。

去年,田大夫还接受了函诊万余起,受到患者欢迎。

该诊所邮政编码:122000

(摘自 1994 年 4 月 5 日《人民日报》)

浙

五、浙江省杭州西湖中医药研究所

“天颉速效咳喘膏”是杭州西湖中医药研究所所长高天颉医生根据清朝名医吴师机提出的中医外治理论和方法,发挥膏药拔和截的作用,经 20 余年努力研制而成的。高医生说,凡急慢性、哮喘性支气管炎及支气管哮喘病人,在膻中穴上贴一张膏药,6 小时内便可止咳平喘,一般一张膏药贴 5 天即可临床痊愈,顽固性哮喘经一个疗程(6 张)便能巩固疗效。对婴幼儿、青少年患者,疗效尤其显著。

杭州市文联曹布拉的孩子今年 5 岁,1 岁时患了支气管炎,每逢感冒即咳嗽不止,入秋后咳嗽经常发作。高医生在他胸口处将膏药贴了 3 天,咳嗽即止。入冬后,他再感冒,却未引起咳嗽。重型机械厂老汪的儿子 1986 年患了哮喘病,每天靠服舒喘平维持,后来竟要靠吸气雾机过日子,小小年龄已喘得胸骨变了形,经高医生精心治疗,现在病已痊愈。

据统计,该所从 1989 年建立以来,已收到全国除西藏以外,包括台湾省在内的 30 个省、市、自治区来信 2 万多封,门诊治疗哮喘病人 3 万多人次,临床治愈率达 89%。

(摘自 1993 年 12 月 31 日《健康报》)



六、中科院上海生理研究所 上海市六医院

中科院上海生理研究所呼吸循环研究室与市六医院儿科合作,在国内首次利用远东最大的低压氧舱治疗儿童哮喘。

低压氧舱的模样看上去就像一节火车车厢,里面桌椅、电话、电视等生活设施一应俱全,甚至还有一个盥洗室。十几名孩子兴冲冲地进了舱,只几分钟的功夫,舱内气压降至海拔 3000 米左右的高山环境。

说是“治疗”,却又不见打针吃药。陪同前来的家长们不时向舱内张望,只见孩子们有的在做功課,有的看电视,毫无异样。一个孩子馋了,嚷着:“我要吃虾条。”别的孩子也纷纷见样学样,要这要那。工作人员打开墙上一扇圆形的门,通过通道把家长刚买来的零食和饮料递了进去。两个小时后,孩子们走出舱外,治疗就这样结束了。经过一个疗程的 10 次治疗,原本在春夏之交会发病的患儿多数均无发病,对过敏性哮喘患儿的治疗效果更佳。有两人在进舱前体检时分别发现有中度和轻度的哮喘音,出舱体检时则完全消失。

有关医生及研究人员介绍说,低压治疗的原理基于一个有趣的发现:即支气管哮喘在高海拔地区发病率极低。临床及实验结果表明,低压治疗可使体内的内源性肾上腺皮质激素水平上升,依靠机体自身调节来控制支气管哮喘,从而取代了长期以来支气管哮喘的激素治疗,消除了外源性激素治疗带来的种种副作用,毋须用药,完全可靠。前苏联医务界据此开展了哮喘的“气候疗法”,总有效率在 90% 以上。如今,中科院上海生理所与市六医院协作建立的低压氧舱儿童哮喘联合门诊,将为本市广大患儿带来福音。

(摘自 1994 年 6 月 3 日《文汇报》)

京 七、北京儿童医院航空医学研究所

北京儿童医院与航空医学研究所目前合作,在国内首次采用低压疗法,为二十名参加哮喘夏令营的儿童进行治疗,取得一定疗效。

治疗哮喘病的一般方法是抗炎药加支气管扩张剂的药物治疗,对人体有副作用且易产生耐药性。低压疗法是让患者定期在相当于两千至三千米高空的低气压环境中呆一段时间,使人体在允许值范围内处于缺氧状态,从而刺激肾上腺分泌皮质激素,以达到治疗的目的。该项调查表明,高原地区哮喘发病率只有平原地区发病率的4%~5%。

在航空医学研究所内,笔者看到坐在低压舱内正接受治疗的十个哮喘患儿有说有笑,一个“小眼镜”还在看书。据介绍,参加夏令营的这二十个孩子,在七天时间里共连续接受了十四次治疗,每次一小时,治疗效果明显的有十四个。最小的营员是一岁八个月的将予平。其父说:“孩子入营前还连喘了两夜。做了一次低压治疗,当天晚上不但没喘,竟连咳嗽都没有了。”

(摘自1993年8月20日《健康报》)

〔家庭保健〕

(1)饮食与食疗 **饮食** 发作时宜以营养丰富的流质或半流质食物为主,多饮开水,避免体内脱水,使痰液更加粘稠。 **食疗** 1)桑麻粥:霜桑叶15克,煎汤取汁,与黑芝麻15克、粳米100克,熬粥分服。2)五倍子肝:猪肝50克,煮熟切片,五倍子、白矾各115克,研成细末,将肝片蘸药来食用。3)五味子蛋:五味子50克、鸡蛋2个,加水煮沸,连汤及蛋服用。4)杏仁蜜:甜杏仁10克、蜂蜜30克,杏仁去皮尖,加水与蜂蜜炖汤,早晚分服。

(2)避开致敏原 如知道自己对某物过敏,应尽量避免。春季植物花粉较多、秋季粉尘较多、冬季及气温骤变时或接触油漆、油烟等时,出门时或接触时须戴上口罩。