

- [2] 马斌荣. 中医专家系统与中医知识库[M]. 北京: 北京出版社, 1998.
- [3] 费兆麟, 顾亦祿. 新编中医诊法图谱[M]. 上海: 上海中医药大学出版社, 1995.
- [4] 李坚. Authorware 5.0 实践与提高[M]. 北京: 人民邮电出版社, 1999.
- [5] 杨仕云, 夏兴, 朱禾芬, 等. 多媒体中医教学课件的研制与应用[J]. 湖南中医学院学报, 2001, 21(1): 58-59.
- [6] 马斌荣. 计算机辅助教学软件的研制和应用的技术要点[J]. 首都医科大学学报, 2000, 21(1): 23-25.
- [7] 严灿, 吴丽丽, 潘毅, 等. 《中医基础理论》课程 CAI 课件的制作及实践[J]. 中国中医基础医学杂志, 2000, 6(10): 48-51.
- [8] 晏峻峰. 基于积件思想的中医诊断 CAI 之系统化研究初探[J]. 中国中医药信息杂志, 2000, (5): 90-91.
- [9] 王永宏. 《中医诊断学》多媒体组合教学设计的研究与实践[J]. 中医教育 ECM, 1999, (5): 23-24.
- [10] 黄霖. 运用多媒体教学提高诊法的教学质量[J]. 中医教育 ECM, 1999, (2): 26.
- [11] 詹秀菊, 刘秀峰. 计算机辅助教学在中医药高等教育中的应用[J]. 广州中医药大学学报, 1998, 15(增刊): 74-77.
- [12] 贾轻华. 中医诊断学开展多媒体组合教学的方法与体会[J]. 中医诊断学杂志, 1998, 4(1): 23-27.
- [13] 刘晓伟. 浅论中医诊断多媒体教学的深化与提高[J]. 中医诊断学杂志, 1998, 4(1): 28-29.
- [14] 武祥村, 沙启亭, 张俊, 等. CAI 课件设计的技术标准. 内部资料, 1996.

收稿日期: 2001-07-09 修回日期: 2001-09-18

## · 中医养生学 ·

# 中医养生学在痤疮防治中的应用

吴敏

(重庆万州卫生学校 附院, 重庆 万州 404000)

中图分类号: R277 文献标识码: D 文章编号: 1006-3250(2001)11-0071-02

痤疮属中医皮肤病范畴, 是青少年常见损容性皮肤病。随着社会物质生活的逐步提高, 以及由社会竞争、工作压力、环境恶化等带来的“都市文明病”的出现, 使本病发展得更为突出。根据中医“天人相应”的理论, 笔者除按中医常规分型进行内服中药, 外用皮肤护理方法进行治疗外, 还从中医养生学角度协助调治痤疮, 既按五脏在其相应时令所主不同进行辨证治疗, 又改变患者不良饮食习惯和疏导心理压力。现将体会介绍于后, 以供同行参考。

### 1 顺四时

中医的核心之一是整体观念, 除了把人体看成是以五脏为中心的有机整体外, 更强调人与自然四时气候的变化是息息相关的动态整体, 青少年痤疮患者多肺胃实热, 常于春夏皮损加重。但临床中也观察到不少患者秋冬皮损增剧, 根据《内经》“五脏法时”的理论, 五脏在其相应的时令处于全身功能的主导地位, 而四时致病之邪又每每内应该脏, “有诸内, 必形诸外”, 痤疮好发颜面, 颜面乃“十二经脉, 三百五十六络, 其气血皆上于面而走空窍”之所, 随着五脏和气血运行的功能在四时所主不同痤疮的颜面分布和轻重缓急亦有所异, 因此在不同的季节, 谨察痤疮的颜面好发部位, 守“泻肺清热、活血抑脂”之基本法则, 对其进行辨治和調理是非常有效的。如夏季佐泻心火, 加竹叶、滑石、山梔子以利尿解毒, 防内外之火相虐为毒; 春季佐疏肝气, 加柴胡、薄荷、升麻以

开泄汗孔, 防阳气内郁化热为火; 秋季佐润皮毛, 加桑叶、沙参、菊花以保护玄府, 防卫气敷布受阻为壅; 冬季佐调营卫, 加桂枝、白芍、太子参以滋阴养阳, 扶正协调阴阳为衡; 长夏佐运脾土, 加藿香、佩兰、滑石以芳香化湿, 防湿热交结为患。如此顺四时阴阳变化规律, 及时调整五脏功能, 从而协调机体阴阳, 对防治痤疮复发和加重是有积极意义的。

### 2 节饮食

《素问·藏气法时论》云: “五谷为养, 五果为助, 五畜为益, 五菜为充, 气味合而服之, 以补精益气。”《素问·生气通天论》曰: “阴之所生, 本在五味, 阴之五官, 伤在五味。”“膏粱之变, 足生大疔。”中医摄生用养、助、益、充, 说明谷、果、肉、菜在饮食结构中的主从关系, 应合理搭配, 少用佐餐调料(因食品香料属中药温里、芳香之品, 多用易助阳生火, 伤阴耗液)。《金匱要略》: “凡饮食之味, 以养于身, 食之有妨, 反能为害……所食之味, 有与病相宜, 有与身为害, 若得益, 则益体, 害则成疾。”痤疮患者多喜食辛辣, 肥甘厚味, 以五畜为充, 主次颠倒, 补益食品的过剩。正如丹溪所云: “酒面无节, 嗜嗜灸燔……于是炎火上熏, 脏腑生热。”导致机体阳盛阴衰, 五脏受害, 发于颜面而成痤疮。故应以“谨和五味”, 多素少荤, 清淡量适, 时时告诫病家, 对痤疮患者的病情控制和复愈大有裨益。

### 3 调情志

情志活动是机体对外环境的一种反映,积极的情志活动对身心健康十分有益。《灵枢·本脏第41篇》:“志意和则精神志直,魂魄不散,悔怒不起,五脏不受邪。”《医宗必读》:“境缘不偶,营求不遂,深情牵挂,良药难医。”情志太过或不及,就会伤及五脏,有道百病生于气也,怒则气上,思则气结,悲则气消……青年人情绪不稳定,易冲动,面临考试、升学、就业、工作、恋爱等压力,心理负担重,又不善调剂,尤其注意容貌,对面部痤疮甚为苦恼,求治心切,不讲疗程,多治不愈,更添忧虑,加重病情。很多痤疮患者都有易怒与孤寂的性格特征,是如《内经》所讲“郁乃瘕”。对这种患者应多做细致的心理疏导,晓之:经过皮肤生长期,建立自身皮肤正常分泌排泄通道的重要性;“忧愁者,气闭塞而不行”,气不行则腠理

闭,玄府合,腑气不通,卫阳不得宣布,又气不行则血不畅,热毒不解,血毒不清,脓痰不化,药虽进而效无以施。嘱之:应积极配合,开朗情绪,愉悦心境,痤疮随解。

明·陈自明说:“世上无难治之病,有不善治之医。”虽然痤疮病在临床上难以短期治愈,但如果遵循中医养生方法,注意顺四时,节饮食,调情志,再结合中医辨证施治,全方位综合调治,是不难治愈的。

收稿日期:2001-02-16 修回日期:2001-08-16

作者简介:吴敏,女,安徽霍山人,中医讲师,从事中医基础课程教学和中医皮肤、中医妇科的临床工作。

## · 基层园地 ·

# 加味消风散治疗顽固性荨麻疹 30 例

杨会双

(河北辛集市中医院,河北 辛集 052360)

中图分类号:R242 文献标识码:D 文章编号:1006-3250(2001)11-0072-01

几年来,笔者在临床中应用加味消风散治疗顽固性荨麻疹 30 例,获得满意疗效。现报告如下,诚请同道指正。

### 1 临床资料

30 例患者均为门诊病人,男性 12 例,女性 18 例。年龄最小者 15 岁,最大者 60 岁。病程最长者 7 个月,最短者 5 个月。30 例患者均表现为:全身皮肤出现大小不等、形状各异、高出皮肤之红色团块状斑丘疹,奇痒,有搔抓痕迹。

### 2 治疗方法

#### 2.1 方药组成

荆芥 10g,防风 10g,蝉蜕 6g,胡麻仁 6g,苍术 6g,牛蒡子 10g,当归 12g,生地 12g,柴胡 15g,川芎 15g,木通 12g,苦参 12g,煅石膏 15g,甘草 10g,知母 6g,白癣皮 15g。

#### 2.2 加减

兼风热者加银花、连翘;兼湿邪偏盛者加茯苓、白术。

#### 2.3 煎服法

水煎服,每日 1 剂,早晚分 2 次服。

#### 2.4 注意事项

服药期间忌食肥甘油腻辛辣之品及海鲜产品,忌烟酒。

### 3 疗效观察

#### 3.1 疗效标准

服药 1 个月皮疹消退,症状完全消失,2 年内未复发者为痊愈。服药 1 个月皮疹消退,症状完全消失,2 年内 1 年后复发者为好转。服药 1 个月皮疹消退,症状完全消失,停药后短期内复发者为无效。

#### 3.2 治疗结果

痊愈 25 例,好转 3 例,无效 2 例。痊愈率 83.3%,好转率 10%,无效率 6.7%,总有效率 93.3%。

### 4 典型病例

李女士,50 岁,农民,1998 年 5 月 1 日初诊。患者全身皮肤可见大小不等、形状各异、高出皮肤之红色斑块,有抓痕、奇痒,抓甚处可见少量渗出,曾服西药敏迪、息斯敏等,并静脉推注葡萄糖酸钙,亦曾多处求医中药治疗,但症状时轻时重,持续约半年之久甚是苦恼。望其舌质淡红,舌苔黄根腻,切其脉象弦,而诊为荨麻疹。遂处以加味消风散,服 7 付药后红色斑块缩小,痒感减轻,原方再进 10 付诸症全消,巩固治疗 10d,随访 2 年未再发。

### 5 体会

荨麻疹乃临床常见病,为多医家药到病除之疾。本组患者病程均持续约半年,已属顽症。本症病机为风毒之邪侵袭人体与湿热相搏,内不能疏泄,外不能透达,郁于肌肤腠理而发。“治风先治血,血行风自灭”,方中川芎、当归、生地清利血分毒邪;荆芥、防风、牛蒡子、蝉蜕开发腠理,透解在表的风邪;木通、