

对众多中青年女性来说,脸上有了黄褐斑是特别让人烦恼的事,黄褐斑是一种常见的面部色素沉着性皮肤病,在面部呈蝴蝶状分布,又称蝴蝶斑。患者皮肤表面光滑,不痛不痒,但影响面部的美观。中医治黄褐斑有不少经验方,且效果不错,患者可在医生指导下选用。

辨证选方

中医认为,黄褐斑的发生与情志不遂有关,同时还与相关器官的虚弱以及血瘀、气滞等因素有关,在治疗上可辨证分为以下六型,每型均有相应的药方调理。

脾虚型。症见色素斑伴有胃纳欠佳,食后腹胀,乏力倦怠,或见大便溏,舌质淡,苔白,舌边尖有齿印,脉缓。选用六君子汤加健脾益气。

肾虚型。症见色素斑伴有面色黯晦,腰膝酸软,乏力,月经不调。肾阴虚者则常伴有头晕目眩,耳鸣,失眠多梦,烦躁不安,口干舌燥,舌质红,苔少,脉细或细数。肾阳虚者常有伴头晕,耳鸣,形寒,尿频,舌质淡,脉沉或细弱。肾阴虚者用六味地黄丸加滋阴补肾药;肾阳虚者用肾气丸加减温补肾阳药。

肝郁血瘀型。症见色素斑伴有烦躁易怒或心情忧郁,胸胁胀闷,月经不调。舌质淡红或黯红,苔薄,脉弦。药选逍遥散加疏肝解郁,活血化瘀药。

肝郁气滞型。症见色素斑伴特别爱生气、心情总是不佳、乳房胀痛的女性,药用逍遥散;如伴有舌质暗紫、痛经、经血中有血块的,可以用桃红四物汤(熟地、当归各15克,白芍10克,川芎8克,桃仁9克,红花6克,水煎服,每日1剂);伴浑身没劲、月经量少、嗓子发干、眼睛发干、爱犯困的,可服用六味地黄丸。

肾虚肝瘀型。症见两颧色斑、色泽较深暗,形体偏瘦,多伴腰膝酸软,月经量少,心烦易怒,夜寐梦多,舌红苔少,脉弦细。治则补肾填精养血疏肝,药用女贞子20克,旱莲草、淮山各15克,熟地、山萸肉、益母草、当归各10克,白芍、丹参各12克,柴胡、川芎、松壳各6克,水煎服,每日1剂。

脾虚肝瘀型。症见色斑分布于两颧及口周,形体丰满,伴腹胀,大便稀疏,舌质暗红,苔白腻。治则疏肝理气,健脾化湿,药用柴胡6克,白芍、当归、炒松壳、玫瑰花、红花、白术、云苓、白僵蚕、白附子各10克,冬瓜仁15克,水煎服,每日1剂,或加减逍遥丸。

中成药逍遥丸+当归片

中医认为,黄褐斑的发病与

脏腑气血失调相关,患者情志不舒则肝失条达,郁久化热,灼伤阴血而致面部气血失和而发病。故治宜疏肝理气,活血化瘀,中和气血。逍遥丸疏肝解郁,专于肝郁血虚之症;当归片既能补血,又能活血,故有和血之功,为血瘀要药。二药相伍,一气一血,既疗气滞,又治血瘀,气血兼顾,配伍治疗黄褐斑相得益彰。

中药内服+外敷法

中医学认为,黄褐斑的发生多由于肾阴不足,肾水不能上承,或肝郁气结、肝失条达,郁久化热,灼伤阴血,致使颜面气血失和而发病。黄褐斑患者常出现月经不调、腰膝酸软等肾阴不足之证,或表现出性格抑郁、情志不畅、急躁易怒等肝气不舒症状。

中药内服法可根据六味地黄丸、逍遥丸、五白散化裁治疗。基本方为生熟地、赤白芍、山药、丹参、元胡、柴胡、川楝子、僵蚕、白蒺藜、白芷、白芨、白薇。若兼见肾

水不足,加女贞子、枸杞等;兼见月经不调,加当归、益母草、泽兰;情志不畅者重用香附、元胡、川楝子。外治法主要是采用中药面膜治疗。具体方法为先洁面,磨砂去死皮,按摩10-15分钟,然后将中药面膜(内含赤芍、丹参、桃仁、红花、白芨、僵蚕、白丁香等活血化瘀、增白祛斑药物)加乳剂基质配成霜剂敷于面部5分钟,再上石膏粉成膜敷面部30分钟。然后去膜,清洗面部。



弱视最好在3-5岁前治疗

弱视是指眼科检查无器质性病变,而最佳矫正视力低于相应年龄段的正常值,或双眼视力相差两行以上。

弱视是一种严重危害儿童视功能的眼病,常伴屈光不正和斜视。如果弱视没有被及时发现和治疗,会导致患儿视力低下,影响视功能的发展,还会导致融合消失,缺乏立体视,将来无法从事精细工作或需正常立体视觉的工作。弱视如能得到及时治疗,患儿大部分是可以治愈的。弱视治疗最好在3-5岁以前进行,如到10岁以后再进行治疗,效果甚微,因此早期发现弱视尤为重要。

3岁以上的儿童绝大多数已可配合视力检查,因此每隔半年需带孩子检查一次视力,一旦发现视力异常要及时带孩子就诊。平时家长要注意观察孩子看东西时的姿势,如出现歪头视物、斜视、眯眼、看物凑得很近等,要及时带孩子到医院检查。

穿刺活检会加快癌细胞扩散吗

我老伴今年66岁,她最近因腹痛去医院检查,B超发现肝脏长有一个肿块,医生为排除肝癌可能,建议她做个穿刺活检。请问,如果真的是肝癌,活检会加快癌细胞扩散吗?

读者 罗先生

罗先生:

“活检”是通过手术或器械从病变部位取下一小块或全部组织,做病理切片或细胞涂片,再在显微镜下进行细胞学检查,是目前临床上确诊疾病的惟一“金标准”。对于恶性肿瘤来说,有不同的病理类型,它们的恶性程度不同,治疗方法不同,预后也不同。如果不做“活检”,大多数肿瘤不能明确诊断,也无法确定病理类型,从而无法制定出最合理的治疗方案。而目前还没有其它手段可以代替病理切片或细胞涂片。

很多人担心癌细胞会因穿刺而扩散,其实,即使不做活检,癌细胞也照样会扩散或转移。随着CT、B超、MRI等影像技术的发展和成熟,在它们的导引下,可以非常准确地将活检针直接送至病灶,一般不会损伤周围组织器官,也不会加快癌细胞的扩散或转移。

读者来信



医学研究表明,发生老年性口干的老人,大多存在脏腑功能紊乱。在治疗原发病的同时采用中医辨证施治,可标本兼治,有效缓解症状。

肾阴亏虚型:患者表现为口干且喜欢饮水,但不影响进食,尿多,腰膝酸软,常常伴有心烦头昏,舌红苔薄,舌乳头萎缩,脉细数。治宜滋阴补肾,可选用六味地黄丸调治。

脾胃虚弱型:患者表现为口干但并不想喝水,或只喝少量热水,食量减少,消化欠佳,红苔黄腻,脉实有力等。治宜清热降火,可选用黄连上清丸调治。

阴虚火旺型:患者表现为口渴且饮水量多,失眠多梦,大便干燥,小便黄,手足心热,脉细数,舌红苔黄燥等。治宜滋阴降火,可选用知柏地黄丸调治。

脾胃实热型:患者表现为口渴想多喝水,且喜欢冷饮,尿黄,大便干燥,脾气急躁,心烦失眠,舌淡红,脉缓弱等。治宜温补脾胃,可选用补中益气丸调治。

老人口干 四型辨治

听说过肾结石、胆结石、尿道结石,很少有人知道的是口腔的唾液腺里也会出现结石。唾液腺结石又叫涎腺结石,是常见的口腔疾病之一。人体有三对涎腺,耳垂下的腮腺、舌下的舌下腺、颌下的颌下腺,均开口在口腔,它们分泌唾液滋润口腔。一旦导管堵塞,唾液不能分泌进口腔,引起干燥,腺体肿胀、疼痛、发炎。结石最“青睐”的涎腺是颌下腺,涎腺结石的形成一般与异物、炎症、各种原因造成的唾液滞留等有关,也与无机盐新陈代谢紊乱有关。当涎腺结石体积较小时,没有阻塞唾液流入口腔的通道,可不发生任何症状,涎腺结石可能从导管口自行排出。时间长了,涎腺结石体积增大,出现阻塞症状。进食时,唾液分泌旺盛,唾液的通道被涎腺结石阻塞,速度变慢,分泌不断增加,从而导致腺体压力增高,腺体肿大、胀痛。

口腔肿胀 结石惹祸

细小结石可服药物促其自行排出,并发生炎症时给予抗生素控制感染。结石较大,且位于导管的前、中段者,应从口内纵行剖开导管,摘除结石;颌下腺腺体结石不能从口内剖开取石者,应作颌下腺摘除术。

夏季防爆胎 注意这六点

夏季,车辆时常发生爆胎问题,轻者会使车辆失去正常的行驶状态,造成偏驶,严重的会出现车辆完全失控、甩尾、掉头。如果爆胎发生在高速公路上,则很可能导致车毁人亡的惨剧发生,所以平日里一定要保养好车胎,注意这六点:

胎压不足。轮胎胎压不足易使轮胎侧壁弯曲折断而发生爆裂。

胎压过高。胎压过高可使轮胎的缺陷处(如以前损伤的部位)发生爆裂,在天气炎热的夏天,这样的情形比较多见。

车辆超载。车辆超载对于轮胎的危害不言而喻,尤其是常常在高速公路上看到一些大货车超载,这时轮胎更易发生爆胎事故。

高速路上握稳方向盘。车辆在高速行驶时,轮胎若与路面上的锐利石头或其他尖锐物体摩擦而导致漏气,会发生爆胎。驾驶员应双手握稳方向盘,尽量避免驶过异物,避开深坑。

轮胎不应超期使用。所有轮胎都应在其使用寿命范围内使用,及时更换超过使用寿命或已经严重磨损的轮胎。

将车辆停在阴凉处。在烈日炎炎的夏日里,如果需要长时间停放车辆,最好是将车辆停放在阴凉的地方,以免轮胎在烈日下暴晒。

教你一招



第二步,切完以后将这些碎薄荷叶放入罐子中,稍微压一压。

第三步,向装有薄荷叶的罐子里面倒入浓度为95%的酒精液体进行浸泡。

第四步,盖住瓶盖,浸泡一周。

第五步,将泡好的溶液倒入喷壶,加水稀释使用。水和溶液的比例为3:1。这样一瓶天然的空气清新剂就做好了。

巧制空气清新剂

就能够被喷洒挥发出来,从而达到清新空气的作用。

制作方法

第一步,将新鲜的薄荷叶洗净控干,切成碎末。