

血管通了,为何还浑身难受?

中医药全程护航PCI围手术期,让康复更安心

本报记者 晏飞

前不久,70多岁的李先生因冠心病接受了冠状动脉支架植入术(PCI),堵塞的血管被顺利开通,家人都松了口气。可是,李先生术后胸闷、气短却仍反复发作,稍微活动就乏力,晚上睡不着,白天焦虑不安。虽然按时吃抗血小板药,但症状就是不见好。经人介绍,他来到徐州市中医院心血管科二病区,向科主任张庆主任中医师求助。

张庆详细问诊后发现,李先生不仅胸闷气短,还伴有舌暗有瘀斑、脉细涩等体征,这是典型的气虚血瘀之象。他告诉李先生,支架手术解决了血管“堵”的问题,但手术本身作为“金刃损伤”,会耗伤气血、扰动心神,加上患者原本心气不足、血行不畅,导致术后出现气虚血瘀、心神失养的种种不适。从中医角度看,这属于“气虚血瘀”兼“肝气郁结”证,光靠西药抗血小板、调脂远远不够,需要中医药全程调理,从根本上改善体质。

中医药全程介入

术前、术中、术后各有妙用

张庆介绍,PCI虽是冠心病血运重建的核心手段,能快速开通大血管、挽救缺血心肌,但手术无法改善患者气虚、气滞、痰浊等内在病机。中医药的介入不应只局限于术后,而应贯穿围手术期全程。术前,以益气活血、化痰通络为法,可改善心肌缺血、稳定斑块、减轻炎症反应,为手术创造更好条件;术中配合益气养阴中药,能保护血管内皮、减少再灌注损伤,预防无复流、慢血流现象;术后则针对不同证型精准施治,缓解不适、促进康复。

辨证施治

一人一方,破解术后难题

针对李先生气虚血瘀、肝气郁结的病机,张庆以疏肝理气、活血通络、益气安神为法,

本期专家 张庆

医学博士,主任中医师,徐州市中医院心血管科二病区主任,心内科冠脉亚学科带头人。长期从事中西医结合防治心血管疾病临床与研究,主攻冠心病诊疗,熟练开展复杂冠脉介入治疗(PCI),在冠脉介入围手术期中西医协同管理方面特色鲜明。尤其擅长调理心血管疾病伴发的失眠、焦虑、抑郁等情志问题,形成独特诊疗体系,疗效显著。



精心组方:柴胡、枳壳疏肝解郁,调畅气机;丹参、川芎、红花活血化瘀,通利心脉;黄芪、党参益气扶正,改善乏力;酸枣仁、夜交藤宁心安神,缓解失眠焦虑。

服药两周后,李先生胸闷气短明显减轻,乏力感消失,睡眠香甜,焦虑情绪也平复了。他感慨:“没想到中药这么灵,感觉整个人都通透了,走路也有劲了。”

张庆解释,PCI术后常见证型多样,临床以气虚血瘀证最为多见,约占六成以上。此外,肝气郁结证常伴焦虑失眠,痰浊闭阻证多见胸闷痰多,气阴两虚证则有心悸盗汗。只有辨证精准、一人一方,才能从根本上解决问题。科室针对不同证型制定了规范化诊疗方案,同时结合患者个体差异灵活调整,确保疗效最大化。

中西医协同

1+1>2,守护“心”健康

张庆介绍,临床实践证明,中医药在PCI围手术期具有独特优势。一是快速缓解胸闷、气短、失眠、焦虑等术后不适,提升生活质量;二是保护心肌,减轻缺血再灌注损伤,改善心脏功能;三是抑制血管内膜增生,降低支架内再狭窄风险,减少不良心血管事件;四是整体调理,兼顾气血、脏腑、情志,实现身心同调。

张庆强调,西医解决“血管”问题,中医调理“体质”问题,二者协同,才能标本兼治。

康复期间,张庆还指导李先生注意生活调护。饮食清淡,少食肥甘厚味;适当活动,以散步、太极拳为宜;保持情绪舒畅,避免过度思虑。如今,李先生恢复了往日的精神头,每天规律作息,逢人便说:“支架通了心不慌,中药调理人更安。”

张庆提醒冠心病患者,支架手术不是终点,术后康复同样重要。如有不适,应及时就医,在医生指导下接受中西医结合治疗,让康复之路走得稳稳、更安心。

春季踏青,“一把鼻涕一把泪”?

徐矿总医院专家详解“防、护、治”三步法对抗过敏

本报记者 晏飞

春风送暖,百花争艳,正是踏青好时节。然而,对于花粉过敏人群而言,这却是一年中最难熬的日子,鼻痒难忍、喷嚏连天、泪流满面,甚至半夜被憋醒。连日来,徐州多家医院耳鼻喉科和皮肤科门诊量明显攀升,其中花粉过敏患者占了相当比例。花粉过敏到底该怎么防?怎么治?

比感冒还难受
过敏季真难熬

“一天用掉三包纸巾,鼻子被揉得通红,两侧都磨破了皮。”近日,在徐矿总医院耳鼻喉科诊室,62岁的赵先生(化名)向科主任樊可成主任医师诉说自己的遭遇。半个月前,赵先生踏青回来后开始打喷嚏、流鼻涕,起初以为是普通感冒,吃了几天感冒药却不见好转,症状反而越来越重,还出现眼睛红痒、喉咙发紧的情况。

樊可成介绍,春季花粉过敏的“元凶”通常是那些依靠风力传播花粉的树木,例如柏树、杨树、柳树等,而非人们通常以为的桃花、梨花等色彩鲜艳的虫媒花。这些风媒花的花粉颗粒轻盈、数量多,能随风飘散数公里,甚至钻进室内,让人防不胜防。徐州本地近期杨柳絮纷飞,絮本身虽无毒,却容易携带花粉、灰尘等,成为过敏原的“载体”。

那么,花粉过敏和普通感冒到底怎么区分?樊可成指出,两者虽然症状相似,但本质完全不同。感冒多由病毒感染引起,一般3至7天可自行缓解,常伴有发热、头痛、全身酸痛等症状,鼻涕初期为清水样,后期可能转为黄脓涕。而花粉过敏则表现为反复发作的鼻痒、连续打喷嚏、大量清水样鼻涕,眼睛也会痒、红、流泪,症状持续长达数周,每年同一季节准时“报到”。“如果发现自己春季一出门就中招,吃药后虽然有所缓解但反复发作,那就很可能是过敏了,建议及时就医排查。”

科学防护

把花粉挡在门外

如何面对来势汹汹的花粉过敏,樊可成给出科学建议。

第一步是主动“躲避”过敏原。花粉浓度较高的时段一般在晴天的上午10点至下午5点,这段

本期专家 樊可成

徐州矿务集团总医院耳鼻喉科主任、主任医师。江苏省研究性医学会眩晕专业委员会委员,江苏省康复医学会耳鼻喉头颈外科康复专业委员会委员,徐州医学会耳鼻咽喉头颈外科专业委员会副主委,徐州市听力学会副理事长。



时间应尽量减少户外活动。若必须外出,可选择清晨、傍晚或雨后出行,此时空气湿度较高,花粉浓度大幅降低。同时,建议市民关注花粉浓度预报,提前做好应对准备。

第二步是做好物理防护。外出时应佩戴密封性好的口罩,必要时搭配护目镜,穿长袖衣裤,佩戴帽子,减少皮肤和头发的暴露。回家后及时洗手、洗脸、漱口,用生理盐水或海盐水鼻腔喷雾冲洗鼻腔,清除附着在黏膜上的花粉,并立即更换外衣,避免将过敏原带入室内。居家方面,花粉高发期尽量关闭门窗,使用空气净化器过滤室内花粉。

樊可成特别提醒:“花粉过敏在症状轻微时正是早期干预的最佳时机。如果放任不管,绝大多数患者会逐渐走向症状加重的状态,可能向下呼吸道发展,诱发哮喘,甚至引发鼻窦炎、中耳炎等并发症。”

规范用药很关键
脱敏治疗可“治本”

如果已经出现了过敏症状,该如何治疗?樊可成介绍,花粉过敏的治疗应遵循标准化、规范化路径。对于轻症患者,可遵医嘱使用口服抗组胺药缓解鼻痒、打喷嚏等症状,同时配合鼻用激素喷雾。许多患者对“激素”二字心存顾虑,但实际上鼻喷激素属于局部用药,直接作用于鼻腔黏膜,全身吸收率很低,规范用药非常安全,也不会产生长期依赖。眼部症状明显的患者,可使用抗过敏滴眼液缓解眼痒、流泪。

需要强调的是,药物治疗应在医生指导下进行,切勿自行滥用血管收缩类鼻喷剂,长期使用反而可能导致药物性鼻炎。对于症状持续且中重度影响生活质量的患者,樊可成建议在花粉季结束后到医院进行脱敏治疗。脱敏疗法通过长期规律摄入所过敏的花粉提取物,逐步提高机体耐受性,是目前唯一可能“治本”的治疗手段。此外,对于重症患者,近年来也有生物制剂等新型治疗选择。

秒懂体检报告

健康原来如此简单

徐州矿务集团总医院联办

加入「徐报·乐年团」参与各项活动
①扫描二维码添加「徐报·乐年团」小助手微信
②咨询电话:0516-85698208
③投稿邮箱:2083507344@qq.com

