



第5版：农村与社区

上一版 < > 下一版



2010年2月11日 星期四
本报首页 | 版面导航 | 标题导航
☐ 上一期 下一期

< 上一篇 下一篇 > 放大 ⊕ 缩小 ⊖ 默认

伤食泄泻的治疗

□ 尚学瑞 河南省辉县市中医院

逢年过节，常会因贪吃而伤食，伤食会出现腹泻，中医称之为伤食泄泻。伤食泄泻的一般症状是腹痛肠鸣，泻下粪便臭秽，泻后腹痛减轻，伴有脘腹胀满，暖腐酸臭，食欲不振等，舌苔垢浊或厚腻，脉滑实。中医认为，饮食过量，停滞不化，或恣食肥甘，湿热内蕴，或过食生冷不洁之物，均可损伤脾胃，导致脾胃运化失职，升降失调，清浊不分，从而发生泄泻。伤食泄泻的治疗可选用以下方法。

单验方 对各种肉类伤食，可嚼食山楂片、山楂糕；对鱼肉伤食，可选生姜10克，紫苏10克，水煎浓汁服；鸡蛋伤食，可选白醋1汤匙，加入米汤服，或豆或10克煎汁频服；面食所伤，可取生姜3片，加入适量米酒中，加热服，或饮炖萝卜汁；腹胀、厌食甚者，可取陈皮5克、生姜3片，加适量红糖，沸水冲泡代茶饮；儿童伤食，可选山楂炭12克、青皮6克，煎汤，加红糖适量服。若腹部胀痛甚，可配合外治法：取紫苏60克，煎汤，用毛巾浸后拧干，热敷并用顺时针推按腹部等。

中成药 常用的有山楂丸，适用于伤食泄泻较轻，伴食欲不振，脘腹胀闷者；保和丸，适用于食积停滞、泄泻伴脘腹胀满，暖腐酸臭，食欲不振者；木香槟榔丸，适用于伤食泄泻较重，伴脘腹胀痛者；枳实导滞丸，适用于伤食泄泻泻，伴脘腹痞闷疼痛，小便黄少，舌苔黄腻，脉沉有力者。其他药物还有健胃消食片、楂曲平胃合剂、消积丸、六味安消胶囊等。

病程长者可选中草药剂，基本方：焦山楂、神曲、茯苓各15克，莱菔子、半夏、陈皮、连翘各10克，鸡内金（研碎冲服）3克。伤肉食者，山楂用30克；伤面食者，加麦芽15克；腹胀疼甚者，加木香6克，青皮、枳实各10克。

需要说明的是，伤食泄泻属实证，不宜止泻或单纯止泻。中医治疗的原则是消食导滞，运脾祛湿，治疗初期或许反而加重泄泻，这正是中医的“通因通用”之法。

< 上一篇 下一篇 > 放大 ⊕ 缩小 ⊖ 默认

国内统一刊号：CN11-0153 邮发代号：1-140(国内) D-1138(国外)
地址：中国北京市朝阳区北沙滩甲四号 邮编：100192 电话：64854537
传真：64854537 mail:cntcm@263.net.cn 广告热线：64853366
Copyright 本网站内容版权所有，未经许可禁止转载， All Rights Resened