

# 针灸推拿可治疗疑难杂症

专访青岛市海慈医疗集团针灸推拿康复科副主任毛德刚

本刊记者 朱夏雅南



## 针灸推拿科疾病易被误诊

家住徐州路的张老太,已经70岁了,突然感觉腹痛难忍,被送到医院急诊科。经过全面检查,排除了各种能引起急腹症的疾病,仍然找不到引起腹痛的原因。因为老人还感觉腰背部不适,她随后来到海慈医院针推拿康复科门诊。毛德刚接诊后,经过详细的询问和检查,认为所有的症状都来源于腰背部的关节位置异常,也就是俗话说的“错位”。充分放松腰背部的肌肉后,他给老人作了整复手法。果然,不但腰背部的不适得到缓解,老人的腹痛也很快消失得无影无踪。

毛德刚介绍,现在很多针灸推拿科的疾病容易被误以为内科疾病。有许多脊柱相关

性疾病和疼痛性疾病的病人,往往是经过许多科室的检查甚至治疗,最后才来到针灸推拿科的。所以,对于一些有长期头晕、头痛甚至心慌、胸闷等内科症状的患者,如果经过了详细的诊查,排除了严重的内科疾患,而且治疗没有明显效果时,一定要警惕,这很有可能就是脊柱相关性疾病,而且推拿的疗效往往非常好。

## 微笑服务让治疗事半功倍

15日下午,记者在海慈医院针灸推拿康复科见到毛德刚副主任时,他正在给患者推拿,20多平方米的诊室里摆了3张推拿床,躺着、坐着、等着的患者却有六七名。毛德刚一边给患者推拿,一边跟患者聊天,忙活得满头

大汗。进修医生小吕说,平时毛老师对他们很严格,不仅教给他们推拿、针灸、拔罐的技术,而且教会他们如何跟患者相处。首先要和患者交朋友,将心比心为患者着想。患者心情舒畅有利于病情康复,起到事半功倍的效果。

徐女士陪她的母亲来找毛德刚副主任看腰椎间盘突出时,通过聊天毛德刚发现徐女士患有严重的肩周炎。毛德刚副主任为她进行了推拿治疗,没几天徐女士的病情就有了明显好转。徐女士说,每次来找毛医生推拿,不仅把病治好了,而且心情也会变得舒畅。在她看来,针灸推拿康复科就是个大家庭,科室里的学生们就像她“干儿子”一样亲切。



毛德刚副主任照片。

# 大风寒冷天气 面瘫患者增多

本刊记者 朱夏雅南



岛城进入寒冷的冬季以来,几次强冷空气的造访,天气变化无常,让人猝不及防,外邪会趁虚而入,人容易生病或是旧病复发。中医所说的外邪,就是老人们常说的“贼风”。这几天岛城各大医院就诊的患者中不少市民因为季节变化疏于防范,患面瘫的患者也明显增多。

45岁的张先生夜晚睡觉前洗完澡,头发没干就上床睡觉了,早晨起来感到面部不对劲,

一照镜子嘴角歪斜吓了一跳,家人赶紧陪着他来到青岛市海慈医疗集团就诊。针灸推拿康复科的接诊医生诊断为面神经炎也称面瘫,给予应用抗病毒药物及配合针灸治疗,经过针灸治疗后,张先生的症状有明显减轻。在青岛市海慈医疗集团针灸推拿康复科看到,来这里治疗的面瘫患者还真不在少数,有老人,中年人还有刚上学的孩子,发病原因大都是受凉劳累后,抵抗力下降,病毒乘虚而入侵犯机体,诱发疾病的发生。

据针灸推拿康复科主任刘立安博士介绍,随着严寒大风天气的到来,近日来接诊的面瘫患者较以前增加了不少,每天都能接诊10余名。冬季是面瘫的高发期,也有很多年轻人频发面瘫,除了天气原因以外,与不规律生活,精



神压力大也有较大关系。由于年轻人身体素质较好,一般面瘫不像老年人一样嘴角歪斜,症状以头痛为主,会与初期感冒症状混淆,由此耽误了最佳治疗时间。而且如果治疗不及时还可能留下后遗症:面部痉挛、眼角、嘴角会不由自主地抽动等。因此,医生建议一旦出现不适症状,请及时就医,不要因为工作拖延。

近日,岛城气温骤降,市民出行时可戴口罩防寒。一旦出

现症状也不要过于焦急,应该立即去就医。专家提醒,冬季天气寒冷,气温变化大,如果不注意防范,身体抵抗力下降,或出汗后吹凉风,劳累了不注意休息,人体免疫机能降低的时候,空气中的细菌、病菌就会趁虚而入,使得人们的咽炎、气管炎、过敏性疾病发作。另一方面,人们要加强锻炼,适当进行耐寒训练可以增强人们身体的抵抗能力。

## 冬季糖尿病患者 难逃皮肤瘙痒

据了解,糖尿病皮肤病变是糖尿病主要并发症之一,其中糖尿病皮肤瘙痒症的发病率高达30%以上,而寒冷的冬季发病率甚至能飙升到最高值。医生在临床上曾发现有90%糖尿病患者出现皮肤病。专家表示:除此以外,患者还应注意脚部是否出现了龟裂现象,那很可能是糖尿病足先兆,而且也在冬季多发。

糖尿病皮肤瘙痒症以及糖尿病足的根本原因是血糖升高,外加冬季气候干燥、寒冷,血管收缩病变,所以出现该病。血糖升高引起皮肤抵抗力下降,同时皮肤腺体分泌的体液中含糖量升高,形成了细菌或真菌孳生的温床,血糖升高还会引起周围神经感觉障碍,植物神经紊乱,皮肤汗液分泌减少,皮肤干燥引起瘙痒。此外,血糖升高还会侵害局部血管,造成血管闭塞,引起皮肤脂质渐进性坏死等。所以,冬季很多糖尿病患者难以逃脱皮肤瘙痒。



## 上班也能塑造完美身材

本刊记者 朱夏雅南

目前,很多白领晚上熬夜赶文案,第二天早上上班一点精神都没有。抽空做个简单的瑜伽动作可起到振奋精神的效果。双手合十向上举,吸气向上,眼睛向上看。吐气,肩膀向下沉。这个动作能调整呼吸、甩去疲劳,调动起全身的能量。

马上要会见重要客户,很多人觉得全身的肌肉都僵了,大脑一片空白。此时,双腿与肩同宽站立,脚尖向内,十指交叉,身体前弯,拉伸肩膀,俯身,用头尽量贴近地面。保持呼吸。抬头,然后慢慢起来。这个动作在头下触地面的瞬间,可以让血液和氧气充斥大脑,帮你保持大脑清醒。它还可以充分拉伸肩膀和肌肉,让全身充分得到放松。

由于长期的伏案工作,人们往往会感到肩和颈椎都很僵硬,腰腹的赘肉也越来越多。吸气,右手轻轻按压头部,向左转,然后换手反方向再做一次,可缓解颈部疲劳。另外一个动作,吸气双臂弯曲,左肘在上右肘在下,双手于体前环绕手心相对,抬肘沉肩。这个动作不仅能美化手臂,同时还可以拉伸上背部的肌肉。

## 眼目昏花 多用枸杞子泡水喝

本刊记者 朱夏雅南

枸杞子性平味甘,具有养阴补血、滋补肝肾、益精明目的功效,常用于治疗肝肾虚损、精血不足所致的腰膝酸软、头晕、耳鸣、遗精等症,对肝肾不足、精血不能上济于目所致的眼目昏花、视力减退等症疗效尤佳。

现代药理研究表明,枸杞含有胡萝卜素、甜菜碱、维生素A、维生素B1、维生素B2、维生素C和钙、磷、铁等成分,具有增强白细胞活性、抑制脂肪在肝细胞内沉积、促进肝细胞新生的作用,对慢性肝炎、中心性视网膜炎、视神经萎缩等疗效显著,还可降

血压、降血糖、降血脂。

枸杞子泡水是除了干嚼以外最简单的食用方法,泡水喝时要注意,枸杞不能与绿茶同服。除此之外,枸杞可以煲汤熬粥,也可以泡酒。将100克枸杞子加入500毫升酒中,密封浸泡7日即可喝,具有养肝明目、滋阴补肾的作用。银耳10克,枸杞子、冰糖各30克。将银耳用清水泡发,撕碎洗净;枸杞子用清水洗净浸泡3分钟后,与银耳、冰糖共放入锅内,加适量清水;将锅置武火上煮沸后再改用小火煎煮,至银耳熟烂即可,枸杞银耳汤可养护肝脏。

## 孕妇常用复印机 可致早产

本刊记者 朱夏雅南

据了解,由于工作环境污染而导致的早产越来越多。研究发现在复印室工作的准妈妈,比其他办公室人员更易发生早产,在此提醒准妈妈们一定要多“防着点”。

专家表示,近年,由于生活节奏加快压力大,年轻人吸烟、酗酒增多,加上滥用药物等,早产儿发生率一直呈上升趋势,且早产儿多发生于年轻妈妈。尤其需要注意的是,因不明原因污染、X光污染、工作环境污染而导致的孕妇早产越来越多,比如在复印室工作的准妈妈,比其他办公室人员更易发

生早产。

孕妇妊娠28周以后,38周以前,胎儿尚未成熟而生产的,叫做孕妇早产。早产一直是新生儿最主要的死亡和致病原因,并且可以导致后遗症。专家提醒,孕妇应认识早产的征兆,如有未满孕周“见红”并伴有规律宫缩、规律性的下腹痛、腰背酸痛、阴道有温水样东西流出等异常情况,应尽早去医院检查。医生会判断孕妇是否先兆早产,并决定进一步的处理,尽量减少早产的发生或使早产造成的危害降至最低程度,尽量保证孕妇及腹中宝宝的健康。