

关闭乳腺癌的“致命要害”

许多乳腺癌都是用化疗和放疗进行治疗,这会杀死癌细胞。然而,一些乳腺癌细胞能够从这种损失中恢复过来,继续生长,扩散到身体的其他部位,这是许多乳腺癌患者不治身亡的主要原因。最近,英国纽卡斯尔大学的一个领先研究团队发现,乳腺癌细胞中大量存在两种蛋白质,当去除后,癌细胞将停止生长。“我们迫切需要找到更好的治疗方法,阻止所有癌细胞脚步,并确保它们在治疗后不能找到一种方法来存活。”研究者说。

可根据脉象制定养生方案

(上接B01版)

本报记者 李钢

“号脉”也能像做CT一样准

虽然现代化的检查手段日新月异,齐向东仍然坚信“号脉”具有自己独特的优势:“通过脉诊出的脉象,可以客观地反映疾病的发生、发展及变化的每个细节和内在的机制。”

齐向东说,脉诊可以帮助诊断者分辨患者的阴阳、体质、个性等,例如个性急躁则脉疾数,脉搏来驶去息。齐向东以自己常碰到的失眠患者为例说,通过这种脉诊分辨出患者的个性,就有助于

找到患者失眠的原因,然后对症下药。

脉诊除了传统的优势,其实也可以做到精确辨别病变的位置、大小等。齐向东分析,不同的致病因素侵袭人体的不同部位,引起不同的病证。一般来说,外邪多侵袭人体之表,引起表证,然后由表入里;情志内伤,饮食不节,劳逸失度则易直接损伤脏腑精气,病变在里。

不同的致病因素作用人

体后,首先会导致机体整体功能状态的紊乱,然后会在一定部位突出显现,如脏腑、经络、五官九窍、四肢百骸以及气血津液等。通过不同的脉象,脉诊者可以找到确切的病位,甚至像肿瘤的大小都能诊断出来。

据悉,当代的脉诊研究者已经把传统脉诊进行了深化,将定位推向了微观脉法,对解剖脏器组织定位更为准确。

山东省中医药研究院脉

学研究所金伟开创的“金氏脉学”,甚至被描述为“号脉如做全身CT一般”。1998年,在德国举行的中西医学术研讨会上,美国生物医学工程学会主席、国际流变学学会副主席Y.C.Hung教授对脉诊表示轻蔑。金伟为其号脉后,提醒他去医院做检查,因为他的左肾上有个2cm×3cm的纤维瘤。这是该专家之前自己都不知道的信息,经验证确凿,引起他的巨大震惊。

号脉可“防疾病于未然”

除了诊断病情,在中医专家看来,脉诊更能做到“防疾病于未然”,指导人们制定适合自己的工作和生活模式。

齐向东说,现代许多疾病与人们的生活习惯和心理状态具有密切的关系,如高血压、糖尿病等与饮食结构、体力活动有关;肿瘤类疾病与心理情志有密切的关系。

脉象具有评定疾病前期机体内环境紊乱的作用,能够及时发现一些疾病的基础因素,以此为根据从而及早采取相应的措施,切断疾病的发生过程,防止疾病的发生。

齐向东举例说,许多躯体疾病在发病前就会表现出相应的脉象特征,如脉搏“长”“刚”者为患高血压的前兆;脉内内容物“稠”,表明患者有高血脂症的倾向,这是因为若血脂增高,血液中脂质成分增加,血液粘稠度增加,则脉表现为稠。根据这些特征就可以追问出患者的家族性遗传病史。

齐向东说,通过脉诊可以分辨出不同的体质,进而就可以制定符合自己的饮食运动方案。

不同体质人群的养生方案

	阳虚质	阴虚质
脉象	当手指下压脉管,脉搏反作用于手指无力(弱),且指下感觉寒凉(寒),即为阳虚。	当手指下压脉管,指下感觉有明显热感(热),左尺脉枯涩感(枯)即为阴虚。
总体特征	阳气不足,以畏寒怕冷、手足不温等虚寒表现为主要特征。	阴液亏少,以口燥咽干、手足心热等虚热表现为主要特征。
形体特征	肌肉松软不实。	形体偏瘦。
常见表现	平素畏冷,手足不温,喜热饮食,精神不振,舌淡胖嫩,脉沉迟。	手足心热,口燥咽干,鼻微干,喜冷饮,大便干燥,舌红少津,脉细数。
发病倾向	易患饮、水肿、泄泻等病;感邪易从寒化。	易患虚劳、失精、不寐等病;感邪易从热化。
对外界环境适应能力	耐热不耐寒;易感风、寒、湿邪。	耐冬不耐夏;不耐受暑、热、燥邪。
环境起居调摄	冬避寒就温,春夏培补阳气,多日光浴。夏不露宿室外,眠不宜吹电扇,避免在树荫、水亭及风大的过道久停,注重足、背部及丹田部位的保暖。	夏应避暑,多去海边高山。秋冬要养阴,居室应安静。不熬夜,不剧烈运动,不在高温下工作。
体育锻炼	动则生阳,体育锻炼天天1至2次。宜舒缓柔和,如散步、慢跑、太极拳、五禽戏、八段锦等。	宜选动静结合项目,如太极拳、八段锦等。控制出汗量,及时补水。
精神调适	这类人常情绪不佳,肝阳虚者善恐,心阳虚者善悲。应保持沉静内敛,消除不良情绪。	循《内经》“恬澹虚无”、“精神内守”之法,养成冷静沉着的习惯。对非原则性问题,少与人争,少参加争胜败的文娱活动。
饮食调理	宜食温阳食品如羊肉、狗肉、鹿肉、鸡肉,少吃西瓜等生冷食物。“春夏养阳”,夏日三伏每伏食附子粥或羊肉附子汤一次。平时可用当归生姜羊肉汤、韭菜炒胡桃仁。	多食梨、百合、银耳、木瓜、菠菜、无花果、冰糖、茼蒿等甘凉滋润食物,喝沙参粥、百合粥、枸杞粥、桑葚粥、山药粥。少吃葱、姜、蒜、椒等辛辣燥烈品。

医人说医·中医

冬补膏方 补虚疗疾

山东省中医院教授 博导 赵泉霖

随着秋天最后一个节气——霜降的到来,秋天也要结束了,四季轮回到了冬季。冬季气候寒冷、万物凋零,自然界的动植物也进入蛰伏状态。顺应“春生、夏长、秋收、冬藏”的四季特点,人体也进入了代谢缓慢、能量储存的阶段,此谓“冬藏”。

冬季是一年中进补的最佳时节,此时进补,有利于把精华物质储存体内,从而增强机体的抗病能力。故民谚有“三九补一冬,来年无病痛”之说。

传统医学在防治疾病和养生保健中有独特魅力,膏方更是突出体现了传统医学的文化和精华。膏方多为调补之剂,有补虚扶弱、延年益寿、防病治病之功效,在江浙沪一带最为盛行,近年来在

北方地区也日益受欢迎。

膏方通常是由专业医生根据病人的体质、疾病性质,按照君臣佐使原则,选择单味药或多味药配合组成方剂,并将方中的中药饮片经多次煎煮,滤汁去渣,加热浓缩,再加入某些辅料,如红糖、冰糖、蜂蜜等收膏,而制成的一种比较稠厚的半流质或半固体剂。

膏方的适用人群很广泛,可根据男、女、老、幼不同年龄阶段的生理特点进行辨证调补。主要适用于慢性病人、亚健康人群、病久体弱者,如高血压、糖尿病、冠心病、气管炎等慢性疾病。大病后、产后、手术后、放化疗后的病人也可用膏方调养滋补。中医在配制膏方时,通过辨其虚实,论其体质,损其有

余,补其不足,以调和气血、平衡阴阳,进而达到防病治病、强身健体之效。

膏方调补四季皆宜,以冬季最佳。“冬三月,此谓闭藏”,按“天人合一”理论,冬季是及时进补,最为易补得进的大好时机,最佳时间是以冬至起五、十天,即头九到六九这段时间左右。冬季内服滋补膏方,强壮身体,民间有“冬令进补,春来打虎”的俗语。

膏方宜每天早晚服用,初次服用从半调羹开始,一周后逐渐增至一调羹,一天两次,开水冲服。

膏方不单纯是“补”,也是一项综合治疗方案。我曾接诊过一位男性患者,七十八岁,被诊断为“风湿性关节炎”,关节酸痛十余年,夏季皮肤常有红斑,红肿热痛,

经久不愈。舌头颜色淡,舌苔薄且白,切脉发现脉象细弱。证属痛痹,所以,我以祛风化湿、补肾通络的膏方为其调理。

膏方中包含熟地黄300g、赤白芍各200g、当归180g、川芎180g、桑寄生300g、杜仲300g、狗脊150g、续断150g、伸筋草200g、木瓜200g、威灵仙180g、鸡血藤200g、党参180g、炒白术180g、茯苓150g、红花120g、桃仁90g、炙甘草60g,辅以阿胶200g、鹿角胶200g制成膏剂。每日早晚冲服,服用一冬季后,关节酸痛等症明显减轻了。

当下正是膏方调理的好时节,若想要膏方进补的人群,可找有经验的中医医师因人而异地辨证选药配方,凭医师的处方定制膏方。

头条链接

让公众了解脉诊 “自己摸明白”

尽管“号脉”拥有许多独特优势,但现在会“号脉”的专家却并不多。

齐向东表示,纵览当前国内外脉诊的应用状况,能够真正掌握并应用这项技术的医者甚少,这门前后传承两千年的技术正处于濒临失传的窘境。相信很多患者也都会有这样的感受,到中医院就诊,能通过脉诊确定病情的专家越来越少。

“其实,号脉是项技能,中医最基本的技能,并不神秘,更不玄奥,通过一定的训练,一般人都能掌握。”齐向东说,但是由于古书里对各种脉象的描述,多是文学化的语言,缺少客观性的描述,这为传承带来了困难。

更让中医专家们感到痛心的是,如今中医从业人员素质参差不齐,甚至是鱼龙混杂,社会上不少人打着中医的旗号,损害了中医的权威。

为了能让更多的人享受到中医脉诊的好处,如今,齐向东正尝试用现代技术解读这部人体的交响巨著。

脉搏已经可以通过仪器、压力传感器、血流B超等现代仪器部分读取不同频率的谐波,并感受到不同的特征。“我们正在对脉象进行客观化研究,以期把脉诊这项瑰宝更好地传承下去。”

北京军区总医院等机构的研究资料也显示,脉诊的现代化研究主要集中在脉象的客观化描述上,是在脉象仪描绘出的脉图基础上,通过对脉图的系统分析、定型与鉴别,及脉图的生理病理机制的探讨,结合脉诊经验丰富的中医指感诊断,进行特征参数分析,以寻求脉象的客观化判断标准。

现在,齐向东总结的简约化脉象,已经非常易于掌握、接受、普及和推广。下一步他所在的山东中医药大学脉学研究中心将进一步进行脉学客观化研究。在齐向东心中有个美好的愿望,那就是公众都能了解脉诊,应用脉诊,甚至可以做到“自己摸明白”的程度,以便让脉诊成为公众自身保健的基本技能。

本报记者 李钢

省医师协会

综合介入医师分会成立

10月19日,山东省医师协会综合介入医师分会在济南成立,来自全省各地的200余名医师参会。分会的成立将为介入医师搭建发展交流的平台,提高山东省综合介入诊疗的规范化水平。

山东大学第二医院介入医学科主任李玉亮当选为分会第一届委员会主任委员。

(刘斌 王厚江)