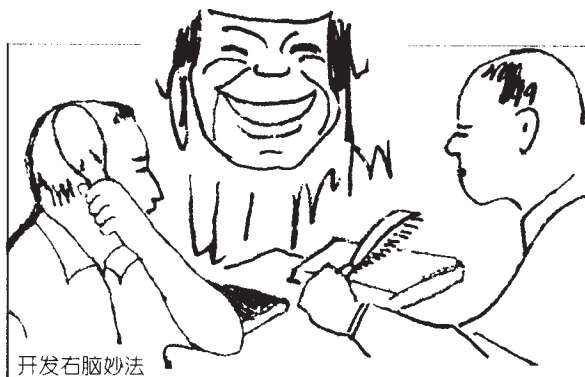


脑疲劳综合症的 自然疗法

郭立文

(哈慈科学技术研究院 哈尔滨 150046)

改革开放以来,紧张的工作把很多人累垮了,尤其经理人和政府官员超负荷的工作,多发脑疲劳综合症。主要表现为头晕、头痛、失眠、多梦、记忆力下降、疲劳等。大多数人开始注意自己的健康了,或者是吃一些保健药品等。实际上最有效的是自然疗法(我自己受益的疗法):每天用健脑降压梳梳头3~5次,每次梳完后,放松神经,做几次深呼吸,头脑立即清醒了许多,一个月后,头晕、头痛症状消失了。在我国古代苏东坡健身三法是:勤沐浴、勤扣齿、勤梳头。著名的儒学家面壁十年读史书过目不忘,受益于放松神经做深呼吸。朱熹说,我每天静坐放松半个时辰,几十年如一日。用健脑降压梳梳头是集中医经络学说与理疗按摩、放松疗法于一体,事半功倍,不防一试。



小肿块,质中,触痛,双乳皮肤灼热感,舌红苔微黄,脉弦数。诊断为双乳急性乳腺炎,给予五行针治疗。

治疗一次后,右乳乳汁排出通畅,疼痛肿块消失,左乳乳汁排出较通畅,乳块明显缩小变软,疼痛明显减轻。嘱观察有情况随诊。6月22日,患者家属来院述说,患者双乳经一次治疗后已痊愈,现一切正常。

病例3,魏××,女,29岁,1999年9月6日初诊。患者产后10月,左乳疼痛伴发热3天,恶寒、头痛、腰痛、乏力。在当地用氨苄、先锋、热可平等药物治疗无效。现发热38.6℃,舌红,脉数。检查:左乳上象限皮肤潮红,上象限,外象限可触及散在小肿块,质中,约2.5×2×1.5cm³大小,触痛明显。诊断为左乳急性乳腺炎,给予五行针治疗。

治疗一次后,挤出乳汁伴少许脓液,乳痛减轻,连续治疗3次后(每天一次),于9月13日复查,乳汁通畅,无痛,无肿块,痊愈。

体会

急性乳腺炎,即中医所称之乳痛的一种,常见于产后妇女,其发病机理,主要是肝气郁结,胃热壅滞,乳汁积滞,感受毒邪所致或产后血虚,感受外邪,以致湿热蕴结,气血凝滞而成。如朱丹溪曾指出:“窍不得通,而汁不得出”,失此不治则成乳痛。其临床表现常为乳房疼痛,起肿块,患处皮肤潮红,发热,有时伴全身恶寒,壮热,若不及时治疗,有时形成脓肿,乳痛更为剧烈,此时往往需切开引脓。我科用哈慈五行针治疗急性乳腺炎120例,116例痊愈,疗效甚佳,其中无效的4例,均因乳房已形成脓肿,以切开引流治疗告终。

根据痛则不通,通则不痛的机理,治疗乳腺炎的关键在于疏通,而用哈慈五行针治疗乳腺炎,正是充分体现了这一治疗原则。依据五行针有效点疗法,采用点、线、面结合的方法,在乳房周边

间隔布下N、S极针,形成磁力线网络,作用于乳房,起到疏通经络,消炎止痛的良好效果,内关穴布上一针,在于此穴虽远离乳房,但为手厥阴心包经之穴位,此经脉起于胸中……其支者循胸出胁……这样点、面结合,远近结合,以及五行针的点穴、针灸、拔罐、磁疗、敷药的综合作用,加之针后用轻按摩法按摩乳房,而达疏通患者胸肋之壅塞,使乳房部位之气血得以通畅,乳汁排出,乳腺炎得愈。

运用该法治疗乳腺炎的最大优点在于,它能起到针灸作用但又不刺入皮肤,无感染之虞,无创伤之痛,安全可靠,患者乐意接受。再者,当时就疗效显著,痊愈或明显减轻乳痛,很受患者欢迎。

注意:该法适用于急性乳腺炎未成脓期,若已化脓,当靠手术切开引脓治疗。本科治疗7例化脓患者时,有3例仅轻度化脓,并在治疗时逐渐排出,亦取得治愈疗效。另4例化脓较甚,治疗中又未能成功排出脓液,故治疗无效,最终行切开引脓手术疗法而愈。

(收稿:2001-01-28)