

从“治未病”理念探讨病毒性心肌炎的分期防治

张军平¹, 周亚男²

(1. 天津中医药大学第一附属医院, 天津 300193 2. 天津中医药大学, 天津 300193)

摘 要: 随着疾病谱的变化, 病毒性疾病日益增多。病毒性心肌炎 (VMC) 成为常见的心脏病病种之一, VMC 的防治变的尤为重要。笔者将 VMC 的防治分成 3 个阶段: 未病阶段, 顾护正气, 阻邪外侵; 已病初期, 既病防变, 防止疾病的发展与传变; 已病后期, 防微杜渐, 防止病情反复发作而变生他病。通过对 VMC 各个阶段的防治, 减少患者扩张型心肌病、心律失常的发生, 保护心功能及改善其生活质量。

关键词: 治未病; 病毒性心肌炎; 分期防治

中图分类号: R542.21

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2010)02-0237-02

Discussion on Prevention and Treatment of Viral Myocarditis from the Theory of "Preventive Treatment"

ZHANG Jun-ping¹, ZHOU Ya-nan²

(1. The First Affiliated Hospital of Tianjin University of TCM, Tianjin 300193, China

2. Tianjin University of Traditional Chinese Medicine, Tianjin 300193, China)

Abstract Viral diseases are increasing as the change of disease spectrum. Because viral myocarditis is one of the common heart disease, the prevention and treatment is more and more important. The prevention and treatment of viral myocarditis is divided into three phases: first, protection vital-qi, prevent external pernicious influence; second, to prevent the development and transformation of the disease; third, prevent from repeating attack and leading to other disease at last. The purpose of the prevention is to reduce complications of dilated cardiomyopathy and arrhythmia, and then protect cardiac function and improve patients' quality of life.

Key words preventive treatment; viral myocarditis; prevention and treatment

病毒性心肌炎 (VMC) 指心肌本身的炎症病变。轻重变异很大, 可完全没有症状, 也可以猝死, 大多数患者经过适当治疗后能痊愈。其在各个年龄组均可发病, 从临床看来以儿童和 40 岁以下的成年人人居多^[1]。自 20 世纪末, 随着疾病谱的变化, 病毒肆虐, 病毒性疾病日益增多。VMC 成为继冠心病之后常见的心脏病病种之一, 进入 21 世纪其发病有进一步升高的趋势, VMC 的防治, 尤其是青少年 VMC 的防治, 变的尤为重要。

1 未病先防

“治未病”首先应该着眼于平素养护和调摄, 未雨绸缪, 积极采取措施, 防止疾病的发生^[2]。《黄帝内经》云: “圣人不治已病治未病, 不治已乱治未乱”。指在平时注意保养身体, 从培养正气, 提高机体抗邪能力和防止邪邪侵袭两个方面预防疾病的发生。

1.1 顾护正气, 阻邪外侵

约半数病毒性心肌炎患者发病前 1~3 周有病毒感染前驱症状, 然后出现心脏症状。病毒性心肌炎的预防主要

是病因预防, 防止病毒侵袭^[1]。

《素问·遗篇刺法论》云: “正气存内, 邪不可干”, 《素问·评热病论》云: “邪之所凑, 其气必虚”。正气旺盛, 则人体阴阳协调, 气血充盈, 脏腑经络功能正常, 卫外固密。说明正气的盈实是集体御邪的关键。对于一些容易患感冒的患者, 平时应加强体育锻炼, 增强自身抵抗力, 预防感冒, 必要时可应用一些扶正祛邪的中药, 以防止病毒侵害。

1.2 保护易感人群

VMC 患者以儿童和青年为多见, 此群体升学、工作的压力相对较大, 往往忽视对身体的保护和疾病的预防, 因此对此群体要重点防护, 使之形成健康的生活习惯。首先要适量运动, 经常不断的适度运动, 可以使心气充沛, 心有所主; 其次节制饮食, 仲景认为, 若饮食过寒过热, 或五味有所偏嗜, 均可损伤脾胃, 导致机体阴阳失调。饮食以清淡为主, 不可过食肥甘油腻辛辣过咸之品, 否则, 热毒内生, 损伤正气, 招致外邪; 另外, 要具有积极乐观的处事心怀和人生态度, 避免情绪有大的起伏。

1.3 季节性预防

《素问》云: “人以天地之气生, 四时之法成”。《金匱要略》云: “夫人禀五常, 因风气而生长, 风气虽能生万物, 亦能害万物”。自然界气候的变化, 必然影响人体, 因此顺应

收稿日期: 2009-09-15

基金项目: “十一五”国家科技支撑项目 (2007BAI20B073)

作者简介: 张军平 (1965-), 男, 教授、主任医师, 博士研究生导师, 博士, 主要从事中医临床科研工作。

四时,外慎邪灾,可防病于未然。穿着要随气候变化而相应增减,即所谓“适寒温”。

《素问·四气调神大论》详述了季节性预防养生。“春三月,此谓发陈……夜卧早起,广步于庭,被发缓形,以使志生”。也就是说春季人应当晚睡早起,多到户外散步;散步时解开头发,使情志舒畅。“夏三月,此为蕃秀……夜卧早起,无厌于日,使志无怒,使华英成秀,使气得泄,若所爱在外。”夏季,是万物繁盛壮美的季节。人应当晚睡早起,要使情志调和,使气色焕发光彩,使体内的阳气得到宣泄,就像把愉快的心情表现在外一样。“秋三月,此谓容平……早卧早起,与鸡俱兴,使志安宁,以缓秋刑,收敛神气,使秋气平,无外其志,使肺气清。”秋季,万物之容,至此平定。人应当早睡早起,须神志安宁,以缓肃杀之气,不要让情志向外越泄,用以使肺气保持肃清。“冬三月,此谓闭藏。水冰地坼,无扰乎阳,早卧晚起,必待日光,使志若伏若匿,若有私意,若已有得,去寒就温,无泄皮肤,使气亟夺”冬季,阳气伏藏。人不要扰动阳气,要早睡晚起,等到日光出现再起床;使情志藏匿,远离严寒,靠近温暖,不要让腠膜开启出汗而使阳气丧失^[3-4]。

2 既病防变

《黄帝内经》:“上工救其萌芽”。即疾病还处于萌芽状态时,就应该采取有效措施,积极治疗,防止疾病的发展与传变。心肌炎患者,如果病毒反复感染,极有可能进展为扩张性心肌病。见微知著,防微杜渐,将疾病消除在最初阶段。

积极治疗是对病毒性心肌炎急性期的最佳处置措施。患者应卧床休息,进食富含维生素及蛋白质的食物。今年来西医尚无治疗病毒性心肌炎的特效药,往往采用辅酶 Q10、肌苷片、维生素 C 等心肌营养药及对症治疗药,取得一定的效果。中医在治疗病毒性心肌炎急性期患者方面,也有较好的疗效。患者急性期往往出现咽喉红肿疼痛、全身倦怠乏力、心悸、胸闷、胸痛等症状,辨证为热毒侵心证,治以解毒护心,可用银翘散加减治疗;乏力、气短明显者,辨证为气阴两虚证,治以益气养阴,可用生脉散或合炙甘草汤加减^[5]。中药在抗病毒、调节免疫、改善心脏功能方面有一定的作用。另外,针对心律失常等并发症,中药也能随证加减治疗。

3 瘥后防复

3.1 防止病毒反复感染

病毒性心肌炎病情反复发作、迁延不愈可转化为扩张性心肌病而预后不良,据临床流行病学研究,在重症心肌炎中,大约有 25% 转为扩张性心肌病^[6]。所以,患者尤其注意防止病毒反复感染。中医认为 VMC 是由于邪毒侵心,痰瘀互结,耗气伤阴,心脉失养,所以在慢性期多出现气阴两虚证,表现为心悸,气短,乏力,潮热,盗汗,咽干,舌红少津,苔白,脉虚细弱或结代促^[7]。中药汤药及成药可改善患者气阴两虚证候,提高正气。患者尤其要保护上呼吸道,防止感染;另外,患者应节制饮食、劳逸适度、调和七情,避免热毒内生,耗伤气阴。

3.2 心律失常的防治

心律失常尤其是各型期前收缩常持续较长时间,并易

在感冒、劳累后期前收缩增多,也可以在 1 年后房室传导阻滞及各型期前收缩持续存在。

3.2.1 避免劳累 长时间的过度劳累,包括体力劳动、脑力劳动及房劳过度,能够使人发病。《素问·举痛论》言“劳则气耗”,心肌炎患者在慢性期气阴两虚较常见,故过度劳累加重病情。思虑劳神过度,则耗伤心血,损伤脾气,出现心神失养的心悸、失眠、多梦,诱发本病。

3.2.2 调节七情 心悸多由情志刺激和受惊恐而诱发,故心悸病人的精神调摄是非常重要的。《素问·举痛论》曰:“惊则气乱,惊则心无所倚,神无所归,虑无所定,故气乱矣。”患者应注意怡养精神,不可大喜、大悲、大惊,心境平静,避免外来刺激,避惊养神。另外,要具有积极乐观的处事心怀和人生态度,避免情绪抑郁。《黄帝内经》所言:“百病生于气”,精神抑郁,则易出现胸闷胁痛症状。

4 总 结

中医“治未病”理论是祖国医学理论体系中的重要组成部分,也是中医学的特色和优势,对当代中医预防学的研究具有很好的指导意义。对于病毒性心肌炎来说,运用中医“治未病”理论指导心肌炎患者康复,对缓解患者症状、调和精神大有裨益。使患者恢复工作学习能力及社交活动,达到其身体、心理、社会职能的康复。并使之形成健康的生活方式,预防其他疾病的发生。

参考文献

- [1] 叶任高,陆在英.内科学[M].北京:人民卫生出版社,2006 341-343
- [2] 王琦.中医治未病解读[M].北京:中国中医药出版社,2007
- [3] 李中梓.内经知要[M].北京:中国中医药出版社,1998
- [4] 彭锦.论《内经》四时养生[J].中国中医基础医学杂志,2006(11): 870-871
- [5] 白虎明,李仁堂.袁海波教授治疗病毒性心肌炎经验介绍[J].新中医,2009(3): 13-14
- [6] 杨英珍.病毒性心脏病[M].上海:上海科学技术出版社,2001
- [7] 张俊清,张军平.大气下陷与病毒性心肌炎的治疗[J].辽宁中医杂志,2009 36(3): 374-375

日专家称喝鸡汤可降血压

日本一项新研究表明,喝鸡汤可帮助高血压患者降低血压,因为鸡肉中所含的胶原蛋白有类似降血压药物 ACE(血管紧张素转化酶)抑制剂的作用。

据《今日美国报》网站报道,日本肉类加工公司开发中心的研究人员从鸡爪中提取胶原蛋白进行实验,检验它是否拥有与 ACE 抑制剂一样的功效。结果发现,鸡爪中有 4 种胶原蛋白有类似作用。

研究人员随后给患高血压的老鼠喂食了这些胶原蛋白,结果发现老鼠的血压明显下降。研究人员正在研究如何利用鸡肉所含的胶原蛋白来治疗高血压。

报道说,先前的研究已发现,鸡胸肉里所含胶原蛋白的数量不足以制成降血压食品和药物,但鸡腿和鸡爪中所含的胶原蛋白数量要多得多。 <http://www.cnki.net>