

中医“治未病”思想在慢性阻塞性肺疾病防治中的应用

徐婷贞 骆仙芳 夏永良
(浙江省中医院 浙江 杭州 310006)

摘要:慢性阻塞性肺疾病(COPD)是全球性发病率和死亡率都较高的重要呼吸系统疾病,而且因其病情反复发作,并呈进行性加重,给社会和家庭带来沉重的疾病负担,因此如何预防COPD的发生、发展,已成为一个重要的公共卫生问题。中医“治未病”思想在COPD的应用,就是要做到“未病先防,欲病救萌,既病防变,瘥后调摄,防其复发”。未病先防,就是要调养结合,注意养生;欲病救萌,就是要增强体质,预防呼吸道反复感染,戒烟,改善生活环境,避免接触COPD危险因素,治疗COPD相关疾病,预防COPD的发生;既病防变,就是要根据病情程度采取相应的治疗措施,防止其发展、传变;瘥后调摄,就是在COPD稳定期做好治疗和调理,巩固疗效,防止复发。

关键词:慢性阻塞性肺疾病;治未病;未病先防;既病防变;瘥后调摄

中图分类号:R259.63

文献标识码:A

文章编号:1673-7717(2009)11-2448-03

The Application of the Theory of "Preventive Treatment of Disease" on Treating and Preventing Chronic Obstructive Pulmonary Diseases

XU Ting-zhen, LUO Xian-fang, XIA Yong-liang

(Zhejiang Hospital of Traditional Chinese Medicine, Hangzhou 310006, Zhejiang, China)

Abstract:Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is an important respiratory disease that has high global morbidity and mortality rates. And the repeated attack and progressive severe disease results in an heavy burden for the society and family, therefore, how to prevent the Occurrence and Development of COPD becomes an important public health problem. The application of TCM theory of "preventive treatment of disease" on COPD is "prevention before disease onset, rescuing disease in its germination, preventing disease from exacerbating, regulating after disease cure, and prevention disease recurrence". Prevention before disease onset means combining regulating and nourishing, as well as paying attention on health preservation; rescuing disease in its germination means strengthening physique, preventing the repeated infection of respiratory tract, quitting smoking, and improvement of living environment, preventing exposed to risk factors of COPD, treating related diseases of COPD, prevention the occurrence of COPD; preventing disease from exacerbating means taking corresponding therapeutic measures based on the severities of disease to prevent its development and transmission; regulating after disease cure means treatment and regulation at stationary phase of COPD to consolidate its efficacy and prevent its recurrence.

Key words:chronic obstructive pulmonary disease; preventive treatment of disease; prevention before disease onset; preventing disease from exacerbating; regulating after disease cure

慢性阻塞性肺疾病(Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)是一种全球性发病率和死亡率较高的重要呼吸系统疾病,并且其发病率和死亡率呈不断上升的趋势。1990年全球有4400万人患COPD,2001年世界卫生组织估计全球COPD的患病率是1013/10万。目前COPD居世界当前死因第4位,估计在2020年将成为第3位死因。在我国,COPD同样是严重危害人民群众健康的慢性呼吸系统疾病,40岁以上人群患病率达8.2%。由于COPD发病

机制复杂,病情反复发作,进行性加重,肺功能可逆程度较小,最终会引起患者不同程度的丧失劳动能力和生活自理能力,给患者、家庭和社会带来沉重的经济负担。因此,如何预防COPD的发生、发展,已成为一个重要的公共卫生问题。

中医“治未病”的思想就是预防疾病的发生和发展,防患于未然。“治未病”一词首见于《内经》,《素问·四气调神大论篇》所言:“是故圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也……夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸钺,不亦晚乎!”。何谓“未病”、“治未病”历代医家有多种见解。如《医宗金鉴》云:“未病,未然之病也”,此谓防患于未然为治未病。黄树曾指出:“未

收稿日期:2009-06-07

作者简介:徐婷贞(1975-),女,浙江杭州人,主治医师,硕士,主要从事中医药对呼吸系统疾病的防治工作。

病,病将作也”此谓防欲作为治未病。目前比较一致的“治未病”思想就是“未病先防,既病防变”,这里的“未病”既是指“无病”的健康状态,也包括了欲作而未发的“欲病”状态,而“既病”即“已病”。因此笔者认为“治未病”思想在COPD防治中的应用,包括以下4方面内容:未病先防、欲病救萌、既病防变、瘥后调摄,防其复发。

1 未病先防——调养结合 注意养生

未病先防,就是强调在无病的情况下,重视养生调摄的方法,保持身体健康,防止疾病的发生。“未病先防”包括祛除影响健康的因素和主动养生、锻炼。影响健康的因素包括外因和内因。外因包括环境、工作压力、人际关系、家庭或社会负担等;内因包括自身抗病能力、健康意识(主动和不主动)、不良生活方式、感情挫折等。通过各种养生保健手段是可以起到“未病先防”作用的。中医养生保健方法是很丰富的,如四时养生法、锻炼养生法、怡神养生法、起居养生法、饮食养生法、气功养生法、固精养生法、药膳养生法等等,具体应用我们主张因人、因地、因时而采取相应的养生方法,并提倡综合性养生方法。

2 欲病救萌——把握先机 防微杜渐

欲病是介于健康与疾病之间的一种特殊状态。COPD欲病态是指有反复咳嗽、咳痰史,无呼吸困难,肺功能检查正常,但有体质的偏颇、反复呼吸道感染史及COPD危险因素的接触史。对于此类患者主要是预防COPD病理因素的生成和最终导致COPD的发生和反复。中医认为“正气存内,邪不可干”,这里的“正气”涵盖了人体的免疫平衡状态,而“邪气”则是指致COPD发病的危险因素,包括吸烟、空气污染、职业性粉尘和化学物质以及外感六淫等。这些因素均可导致机体免疫失衡,引起慢性炎症。因此,在预防COPD的生成和发展方面,要从扶正固本、避免各种危险因素以及积极治疗相关疾病入手。

(1)扶正固本。提高机体的抗病能力。研究表明反复呼吸道感染是COPD发病的一个重要因素,如何扶正固本,提高机体的抗病能力是预防COPD发生的一个重要环节。目前中医药在这方面有着独特的优势。临床证实扶正类中药如补气、养血、滋阴、温阳等中药均可调节细胞免疫功能,如何应用这些药物来增强免疫力,辨证施治是关键。我们可以根据不同的体质予以辨证施治。如气虚质平时服用四君子汤、补中益气汤等培补元气;痰湿质予参苓白术散、三子养亲汤等健脾利湿化痰;对特禀质予玉屏风散、过敏煎等益气固表,养血消风,可在季节交替前半个月开始服用。另外还可以按体质辨识结果针对个人分别选用不同的冬令膏方,或应用针灸、穴位贴敷等纠正机体失衡,改善体质,提高机体的抗病能力。

此外,积极锻炼身体,增强体质,亦是提高机体抗病能力的重要方法。不同的体质可选用不同的锻炼方式。如气虚质可选用一些比较柔缓的传统健身功法,适合气功和太极拳、太极剑、八段锦等进行锻炼。痰湿质者,形体多肥胖,身重易倦,故应根据自己的具体情况循序渐进,长期坚持运动锻炼,如散步、慢跑、乒乓球、羽毛球、网球、游泳、武术,以及适合自己的各种舞蹈。特禀质的形成与先天禀赋有关,可练“六字诀”中的“吹”字功,以调养先天,培补肾精肾气。

(2)避免与COPD有关的各种危险因素,主动追求健康生活方式。众所周知,吸烟、职业性接触和空气污染是COPD重要的发病因素,其中吸烟是最主要的危险因素。吸烟包括主动吸烟和被动吸烟,吸烟能使支气管上皮纤毛变短、不规则,纤毛运动发生障碍,降低局部抵抗力,削弱肺泡吞噬细胞的吞噬、灭菌作用,又能引起支气管痉挛,增加气道阻力,诱导炎症并直接损害肺脏,从而导致COPD的发生,因此戒烟和避免被动吸烟同样重要。另外还须避免或防止粉尘、烟雾及有害气体吸入,避免或防止接触有害化学物质,改善居住环境,保持室内空气流通、清新,养成良好的起居饮食习惯,纠正不良的生活习惯。正如《黄帝内经》提倡的“法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄作劳”,即提出人应当顺应四时环境,适当锻炼身体,饮食定时定量,起居作息有规律,劳动工作有限度,房事也要节制。这样,就能保持形体健康,精神充沛,活到自然所赋予的寿限。所谓“虚邪贼风,避之有时,恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”。

(3)积极治疗相关疾病,防止病情进展。COPD与慢性支气管炎、肺气肿、哮喘等密切相关。当慢性支气管炎、肺气肿、哮喘患者肺功能检查出现气流受限,并且不能完全可逆时,则就成为COPD或合并COPD,故须针对“欲病之人”出现的COPD相关疾病症状表现,尽早介入干预,延缓病程进展,防止或减少COPD的发生。对于有COPD相关疾病的患者我们除了积极治疗原发疾病外,还可以采用“冬病夏治”、“冬令膏方”和“穴位贴敷”,通过药物与经络的双重作用,调理脏腑阴阳,疏通经络气血,达到减轻或治愈疾病的目的,从而预防发生或合并COPD。

3 既病防变——已病早治 防其传变

已病就是已出现疾病。COPD已病态就是不仅有咳嗽、咳痰、呼吸困难等临床症状,而且肺功能检查已存在不完全可逆的气流受限。中医认为,COPD的病因病机是以外感六淫为主要诱因;肺脾肾虚损,痰浊、血瘀为本病内在病机病理变化,病机特点本虚标实,本虚以肺脾肾虚为主,标实以痰饮夹瘀为主;痰、瘀、虚三者是COPD缠绵迁延、反复发作的根本原因,其临床证型随着病情的进展有相应的变化,主要有痰浊壅肺、痰热郁肺、肺络瘀阻、痰蒙神窍、阳虚水泛、肺气虚弱、脾肺亏虚、肺肾气虚等八大证型。对于已患有COPD的患者,应根据其病情程度及临床证型的不同,采取相应的治疗措施。

(1)轻度患者。轻度患者是指仅有咳嗽、咳痰史但无呼吸困难、肺功能检查处于Ⅰ级的COPD患者。这类患者我们可以中医治疗为主,根据患者的实际情况进行中医药和针灸穴位的辨证施治,以及冬令膏方的服用。同时对患者进行COPD基础知识的宣教和康复指导,并倡导患者进行适当的体育锻炼,选择适合自己的锻炼方式,提高机体的抗病能力,减少呼吸道感染,预防COPD的反复发作,延缓病情的进展。

(2)中度患者。中度患者除存在咳嗽、咳痰外,还有呼吸困难,尤其是在活动后,肺功能检查处于Ⅱ级的COPD患者。这一级别的患者在急性加重期须根据病情给予相应的中西医结合治疗措施,尽快控制症状以缩短急性期病程。

中医药在急性期的应用主要还是辨证施治,痰热郁肺者予以清肺化痰,施以清金化痰汤加减;痰浊壅肺者予以健脾益气化痰,施以三子养亲汤加减;肾阳虚弱,痰瘀互结者以温肾化饮逐瘀法,痰饮丸加减等。另外,也可以应用中草药针剂如痰热清注射液,以及中药雾化吸入等。“急则治其标,缓则治其本”,COPD 稳定期的治疗要提倡个体化的治疗,遵照整体化的原则,以达到改善症状、提高生活质量、延缓病情进展。在稳定期,可治以健脾、补肺、温肾纳气、益气养阴、活血化痰法,研究表明长期服用别直参、西洋参、冬虫夏草、蛤蚧、川贝母、三七等能明显提高患者机体的免疫功能,改善微循环,提高血氧饱和度,稳定心肺功能,减少复发。冬季如病情稳定还可采用冬令调治的方法,服用膏滋药。

(3) 重度患者。重度患者为肺功能处于Ⅲ级和Ⅳ级,不仅有反复咳嗽、咳痰、呼吸困难,生活质量明显下降,急性发作时可以危及生命,这时患者多伴有低氧、二氧化碳潴留、肺动脉高压、心功能不全等。此期的患者急性加重时除了应用广谱抗生素以及扩张支气管的药物外,往往还会应用激素,重者则予以无创或有创通气。激素无论是口服还是静脉给药都会有一定的不良反应如血糖的升高、胃肠道溃疡、骨质疏松、免疫力低下、水钠潴留、继发霉菌的感染等。如何使激素应用的量效达到最优化,并减少其不良反应,这是临床医师最需要考虑的问题。临床研究表明中药对于这些不良反应有很好的防治作用。如激素治疗期,中药以滋补肾阴为主对抗柯兴氏征样副作用;激素减量期,中药阴阳双补、气血并调,使激素递减顺利;激素小剂量维持至停用期,中药以温补肾阳为主,减少激素依赖。另外,对于使用激素后引起的水钠潴留,中药有很好的调节作用,使用温肾健脾的方法可改善患者机体的水钠代谢紊乱。这些都给临床激素的使用提供保驾作用,减少了患者因应用激素出现的不良反应及激素减量后出现的反跳作用而加重疾病负担。此外,使用无创通气的部分患者会出现口咽干燥、腹部胀气的感觉,从而降低了无创通气的耐受性影响治疗效果,这时运用培土生金法,给患者浓煎汤药口服及芒硝敷脐,使患者症状减轻,耐受性增加,帮助患者更好地与医生配合,完成整套的治疗措施。广谱抗生素的使用在COPD 重度患者中比较普遍,但其长期和大量的应用会造成肠道菌群紊乱,甚至发生相关性肠炎。此时西医的止泻、消炎疗效不佳,而应用中药的清热解毒制剂和益气健脾制剂,可以使肠道内环境改善,症状减轻。

4 瘥后调摄 防其复发

COPD 患者稳定期的治疗很重要,在2007年版全球倡议中就提出了个体化的治疗,这与中医的“辨证施治,因人施治”的精髓相符,而且中医药在COPD“瘥后调摄”中有着很显著的优势作用。中医药在康复期的作用,主要体现在增加免疫力、调节机体内环境平衡、益气健脾化痰、清热解毒、活血化痰等诸多方面。具体可采取以下措施:教育与督促患者戒烟,避免或防止粉尘、烟雾及有害气体吸入;防寒保暖,避免受凉,预防感冒。此外可进行康复治疗(呼吸操、步行、慢跑、登梯、太极拳等)、家庭氧疗、药物足浴、针灸、穴位按摩、穴位贴敷及中医辨证施治等。中医药的应用根据“缓则治其本”的原则,以培补元气为主,分别从肺脾

肾着手:肺气虚者予补肺固表,方用玉屏风散或补肺汤加减;脾虚者健脾化痰,方用六君子汤加减;肾虚者补肾纳气,偏阳虚者用肾气丸,偏阴虚者用六味地黄汤加减。通过补益肺气、健脾补肾等治疗,能起到巩固疗效,增强机体抵抗力,防止疾病复发的作用。本院对于COPD 稳定期患者提倡冬病夏治:肺肾气(阳)虚者用夏治一号(黄芪、菟丝子、紫石英、重楼、莪术、川芎等制成冲剂);气虚痰湿者用夏治二号(党参、苍术、胆南星、黄芩、野荞麦根、桑白皮、川芎、赤芍制成冲剂);气阴两虚者用夏治三号(南沙参、石斛、黄精、黄芩、桑白皮、黄芪、赤芍、莪术制成口服液)。于每年6月20日-9月20日用药为1个疗程,以预防当年冬季和次年春季的急性发作。而在冬季则采用冬令调治的方法,服用膏滋药。膏滋药是按个体症状不同,进行辨证论治,立法组方,常采用补肺、益肾、健脾、活血、清肺祛痰之法,配用鹿角胶、龟板胶、阿胶、冰糖、黄酒制成膏剂,于冬至到春分之间服用。经过多年临床应用证实,凡经连续数载冬病夏治与冬令调治,平时注意调摄,能稳定病情,减少COPD 的急性发作,延缓病情的发展。

综上所述,“治未病”在COPD 的防治中发挥着很重要的作用,可以使急性期缩短、稳定期延长、改善患者对治疗的依从性,提高患者的生活质量,降低患者的疾病负担。COPD 的防治关键在于防范COPD 的发生,已病时掌握COPD 早期诊断的方法,从而早治疗,防止其发展和传变,并注意预防复发。中医“治未病”思想贯穿于COPD 防治的全过程,在COPD 防治中具有重要的意义。

参考文献

- [1] 洪蕾, 沈华. 中医“治未病”的理论研究[J]. 中国中医基础医学杂志, 2007, 13(2): 92-94.
- [2] 王思成. 中医治未病溯源、内涵与应用浅析[J]. 世界中医药, 2008, 3(1): 43-45.
- [3] 梅晓云. “欲病”探索[J]. 河北中医, 2001, 23(6): 471-472.

美研究人员称核磁共振耽误乳腺癌治疗

美国研究人员日前说,女性乳腺癌患者接受核磁共振成像(MRI)检查往往会延误治疗达数周之久,与只接受乳房X光检查者相比,接受MRI检查的患者最终切除乳房的风险更大。

位于费城的福克斯·蔡斯癌症中心研究人员理查德·布莱谢尔在向美国临床肿瘤学会乳腺癌研讨会提交的一份报告中说:“MRI可能不如我们想象中那么好。”

布莱谢尔的研究表明,接受MRI检查者比其他患者开始接受治疗时间通常晚3周,且MRI误检率较高,误导一些没有患乳腺癌者接受乳房切除术。

布莱谢尔和同事研究了577名乳腺癌患者的检查记录后发现,130名患者在肿瘤切除手术前曾接受MRI检查,其中27.7%的人切除乳房,相比之下,没有接受MRI检查者中,接受乳房切除手术者约为19.5%。

据统计,全球每年有大约120万人罹患乳腺癌,50万人因此死亡。