

一扎就灵？针灸被神化了

——访中国中医科学院针灸医院主任医师房繄恭

现在中医针灸疗法越来越受人们青睐,有的老百姓把它神化了,觉得什么病都能治,一有病就要去扎两针,认为针灸能解决人体所有不适,甚至到街头美容店、保健店扎针。中国中医科学院针灸医院主任医师房繄恭表示,针灸疗法安全、效果显著,但也并不是适合所有疾病、所有人群。它具有严格的技术操作规范和适宜病症人群,人们对其认识上多有误区。

针灸疗法并非百病皆治

“现在很多人把针灸神化了,觉得什么病都管用。事实上,责任不仅仅在老百姓,与有些中医专家在科普过程中把针灸过度拔高也有一定关系。”房繄恭表示不赞成这种方式。针灸能治疗的适应症的确很广泛,包括内科、外科、妇科、儿科等均有涉猎,但也不是说百无禁忌、均能显效。“中医针灸科普,多讲些共性的东西,少讲个案,不能过于突出个别疗效显著的个案拔高针灸疗效,误导受众。”他说。

房繄恭介绍,上世纪80年代世界卫生组织发布了43种针灸适应病症,当然这远远涵盖了针灸可以治疗的优势病种范围。近几年,国内权威专家对针灸治疗病种进行了概括,大概有400多种,也不能说覆盖所有疾病。而且从针灸在临床上的运



用来看,这些疾病治疗效果并不都是一样的,有高有低,目前临床应用最广泛的应该属于疼痛类疾病,还有神经类疾病。另外,有一些中西医共同面对的临床疑难病症,采用针灸治疗也取得了满意的临床效果,如卵巢早衰、多囊卵巢综合征造成的不孕,针灸可提高试管婴儿成功率等。

专业医生才有资质针灸操作

社会上经常报道说针灸治疗有风险,尤其是国外有不少这样的报道。在房繄恭看来,所谓的针灸损伤和不良反应,不是针灸疗法本身的问题,很大程度上是和针灸的施术者操作不当有关。比如说气胸,按照针灸的特点,熟悉解剖学知识,手法娴熟的话,是不会出现气胸现象的。而引起这种情况的,可能是操作者针刺的深度和角度掌握不好所造成的。

房繄恭介绍,针灸的每个穴位都具有严格的针刺深度和方向要求,并且同一个穴位的针刺深度也会随患者高矮胖瘦做相应改变,不能一概而论。针灸治疗需要在正规医疗机构,由具有针灸医师资格的专业医生来进行操作。房繄恭表示:“只要严格按照操作规范进行针灸治疗,是不存在风险的。出现不良反应就归罪到针灸疗法身上,这是一种不科学的态度,也是不客观的。”就像有些手术治疗已经发展很成熟了,但同样的疾病不同的医生出来的效果不一样,甚至截然不同,这是人为因素造成的。

“针感”能反映患者病情

有的老百姓惧怕针灸,就是因为惧怕所谓的“扎针疼痛”。其实疼痛不是针灸过程的正常感觉。针灸的疼痛感主要是针刺穿皮肤瞬间所产生的,因为人体的皮肤具

有丰富的疼痛感受器,针灸的疼痛轻重与医生的手法熟练与否有很大关系。如果针灸医生的取穴准确、手法熟练,疼痛感就会非常轻微或者几乎感觉不到。

是否针灸大夫的手法熟练了就没有疼痛感觉了呢?房繄恭表示,针刺治疗时一般会有酸麻胀痛的感觉,这是针灸的正常反应,一般称为“针感”或者“得气”。可能有的患者刚开始针灸时没有感觉,而在后面治疗过程中越扎越疼。房繄恭表示,这是因为刚开始治疗时患者的病情比较重,从中医的角度来讲就是病人体虚、经络不通、气血不足,所以针感不明显。随着治疗的推进,患者经脉通畅,气血充实了,酸麻胀痛的针感就慢慢出来了,从患者的角度就会感觉到“越扎越疼”了。

房繄恭解释,大夫在扎针的时候,对于患者是否经络不通、气血不足是有感觉的。针刺时,若手下感觉比较空虚,则患者气血不足。气血较为通畅的,扎针时手感就会比较沉实。中医把这种现象叫为“得气”。有患者针刺过后,皮肤或许会出现青紫。房繄恭表示,一般情况下,取针时要求大夫手法熟练,并对针孔进行按压。由于毛细血管遍布人体全身,针刺过程中想要完全避免刺中血管,也是难以做到的,取针过程中就有可能出现皮肤青紫情况,这属于针灸治疗过程中的正常现象,患者不用担心,几天时间就会自然吸收恢复。

北京商报记者 夏姗姗

科室主任

老年腰腿痛宜用中医非药物疗法

——访北京医院按摩推拿科副主任医师李忠龙

对于老年人而言,往往患有很多系统慢性疾病,“如果腰肌劳损、腰间盘突出等腰腿痛的疾病发作,要首先考虑中医非药物疗法,这种疗法简便易廉,而且和其他慢性疾病用药不会造成冲突”。北京医院按摩推拿科副主任医师李忠龙表示。

有的老年人受凉或者劳累了,慢性腰肌劳损很容易发作。“发作之后会出现疼痛加重、活动受限等症状,经过保暖处理之后症状会有缓解。”李忠龙表示,这种慢性疾病发作对于西医而言没有特效药,往往是给患者开些活血化瘀、补肾温阳的中成药。

“老年人这种疾病的发作,是肌肉长期疲劳所致,用针灸加按摩疗法会好些。比如说,可以在足三里、肾俞等穴位进行针灸。针灸可以不选择在

腰痛的局部,可在背部、颈部等部位进行针灸,疏通腰部周围的经络来缓解腰痛。腰骶椎起点在颈部,按摩的范围要大一些。另外,可以加些发挥性比较好的膏药。

谈到慢性腰肌劳损的预防,李忠龙建议,春天风邪多,要注意保暖,老年人少坐、多动。可以适当运动,快走、游泳、做简单的健身操。坐姿要正确,仰卧时双膝下边放软枕头。

老年人的腰间盘突出急性发作,轻易不要动手术。有位老年患者下肢麻木,西医诊断为腰间盘突出、腰椎僵直活动受限。“这个时候针灸不要急于扎病变部位,病变部位非常疼痛,病人可能很难承受,可以在后膝用针、按摩印堂等。用中医的非药物疗法治疗腰椎疾病,疗效快的一次能迅速缓解,自己能下床,一般而言,针

灸按摩3-5次,疼痛麻木症状能消失。西医治疗这种疼痛性骨骼疾病,往往是用止痛药、肌松剂,疗效不如中医的这些非药物疗法。“而且老年人往往患有很多系统慢性疾病,还吃些降压药等,用中医非药物疗法,可以避免用药冲突,还可以避免肝肾受损伤等。老年人腰腿痛可多选择中医非药物疗法。”李忠龙认为。

北京商报记者 刘亚力

李忠龙,毕业于北京中医药大学,北京医院针灸按摩推拿科副主任医师,为按摩大师杨清山第三代传人,擅长腰间盘突出、颈间盘突出、腰肌劳损等多种骨骼疾病的针灸按摩治疗。

· 医政信息 ·

北京:医院应无条件救治急重患者

据近日颁布的《关于建立北京市疾病应急救助制度的实施意见》,北京市各级各类医疗机构应积极承担应急救治义务,对急重危伤、需要急救的患者无条件救治,不得以任何理由拒绝、推诿或拖延。同时,将设市疾病应急救助基金,对确无医疗费支付能力的急重危伤患者予以补助。

西苑医院举办禁毒防艾健康讲堂

3月9日、11日上午,为配合北京市卫计委开展的禁毒防艾宣传工作,中国中医科学院西苑医院举办禁毒防艾健康大讲堂。本次讲座采用通俗易懂与临床相结合的方式,突出中医辨证思维,体现中医理念。同时,该院健康教育科印制了3.5万多张宣传材料,并在微博上宣传核心知识等。

北京商报记者 夏姗姗/整理

· 医疗资讯 ·

■ 北大人民医院讲解哮喘预防监测方法

3月11日14时,北京大学人民医院讲解哮喘的预防和监测方法。地点:医院门诊楼五层报告厅。

■ 西苑医院举办冠心病预防健康讲座

3月12日9时,中国中医科学院西苑医院心血管科科普冠心病预防知识。地点:医院门诊楼大厅仲景广场。

■ 北京朝阳医院科普糖尿病饮食治疗

3月13日14时,北京朝阳医院内分泌科举办糖尿病饮食治疗健康讲座。地点:医院北门F楼一层西侧会议室。

■ 北京回龙观医院宣讲隔代教育和亲子关系

3月13日14时,北京回龙观医院宣讲隔代教育和亲子关系。地点:医院二号病房楼五楼电教室。

北京商报记者 夏姗姗/整理

岐黄话廊

药价虚高导致劣药驱逐良药

中国中药协会副会长吴飞驰表示:“药价虚高是新医改的难题,国家发改委多次降价,结果造成了大量的劣药驱良药、高价药驱逐低价药的恶果。”

吴飞驰表示,对经济学来说,药价虚高不是个准确的概念,任何一种价格只要成交就是真实的价格,不管高低均有原因、支撑因素。药品市场和其他所有产品市场一样有高、中、

低三种价格的产品,至于消费者选用什么产品是消费者的事;然而,由于药品的特殊性,病人用什么药品,医生具有相当的权威,尤其在医院,基本上是医生决定病人用什么药品。当前的情况是有的医院、有的医生愿意用高价药品,不愿意用低价药。医生所用高价药不是虚高,是实实在在的高。

由于高价药包含了医院、医生的利益,强制药品降价,就必然造成大量

降价药品被弃用、被淘汰,严重扭曲市场,造成大量劣药驱逐良药。“我记得有个疗效很好的头孢类药物,市场价格大概是10元,后来降价到1.23元,结果这个廉价药消失了,取而代之的是另一头孢品类,售价39元。高价药把廉价药驱逐出了市场。”新医改由政府指导,指的是政府按照市场规律来指导,让医和药按照市场规律来进行资源配置。北京商报记者 刘亚力