

在药物选择方面，可以选择决明子、菟丝子、枸杞子、桑葚等药物为主要成分的七子降压丸进行治疗，该药物具有清泻肝火、滋补肝肾的疗效，患者服用后效果明显。

1.4 阴阳两虚型高血压

该类型患者的主要症状表现为头痛、头晕、畏寒以及浑身酸痛，部分患者还存在尿频、气短以及心悸等症状。导致该疾病发病的主要原因为患者长时间阴虚阳亢，进而导致阴阳两虚。中医学治疗该疾病需要遵循调补内脏、平衡阴阳的原则，在药物选择方面，可以使用补肾降浊汤进行治疗，该药物的主要成分包括地黄、山药、赤芍以及陈皮等，具有清热化痰、降浊养肝的疗效。

1.5 血脉瘀阻型高血压

该类型患者的主要症状表现为腹痛、气短、心悸及胸闷等，并且观察患者舌苔发现其舌苔呈暗紫色，舌苔较薄。对于该疾病需要使用血府逐瘀汤进行治疗，该药物的主要成分包括桃花、牛膝、赤芍、地黄及夏枯草等，具有引血归脉、行气化痰的作用。

2 中医其他治疗方法

中医学认为大部分高血压患者均存在经络阻滞的问题，

因此针灸治疗也是一种有效的方法，有助于改善患者的症状。针灸是中医主要治疗方法之一，具有平衡阴阳、调和五脏的作用，并且针刺和艾灸的针对性极强。因此可以结合患者高血压症型合理选择穴位进行治疗，常用的穴位为曲池穴、太冲穴、阳陵泉穴等。除针灸治疗外，推拿治疗也具有一定的效果。通过按、揉、拿、捏等多种方式帮助患者缓解症状。联合推拿和针灸治疗效果理想。例如清肝经推拿有助于缓解患者的不良情绪，具有镇静作用；补脾经具有调和脾胃，化积和中的效果。

除此之外，高血压的发病同患者的情志关系密切，日常生活中进行调理和保养十分重要。首先需要放缓生活节奏，保证休息。其次需要做到戒烟戒酒，加强对血压的控制。最后，情志会引发肝火上扰，导致症状加重，所以需要合理调节心态，避免不良情绪的出现。

综上所述，中医治疗高血压效果明显，并且已经得到了广泛的认可，在治疗的过程中需要结合患者症型、病情及身体情况选择最合适的中药方剂，同时还可以辅以针灸、推拿及情志护理进行治疗，对于改善患者康复，减少并发症发生风险具有重要意义。

老年人三个部位容易骨折

陈小建

四川现代医院骨科 610000

【中图分类号】R681

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2021) 01-080-02

老年人之所以容易发生骨折，主要是因为大多数老年人有骨质疏松的现象，而中老年女性在更年期后，更是会使体内的雌激素水平下降，从而就更容易发生骨质疏松。骨已经不够强壮结实了，所以受到一点轻微的外力就会发生骨折。所以老年人一定要经常到骨科检查，清楚自己的骨质的情况，并询问医生吃什么药来预防或者治疗。在治疗的时候也一定要定期的进行复诊，平时饮食上，吃点补钙、补维生素以及有营养的东西。

最容易发生骨折的部位

椎体骨折

主要发生在腰椎以及胸腰等处的椎体上，在骨质疏松这种疾病发生时最先累及的就是脊柱的椎体，骨质疏松会让在体内起支撑作用的骨小梁的数量变少，或者是质量变得脆弱，导致患者腰背痛、腹痛驼背、畸形等，这种情况，只要一受到外力，就立马会发生形态上的变化然后导致骨折。

在90年代初期，我们国家就已经从国外引进了椎体成型技术来应用于椎体压缩性骨折的治疗，这属于是一种微创手术，主要应用于早期、多个椎体、较陈旧的骨折以及不完全的椎体压缩骨折，作用效果非常的明显，

腕部骨折

在老年人身上属于最常见的现象，当人们在摔倒的时候，第一反应就是用手来支撑我们的身体，这个时候，我们身体上的所有重力全部作用在手掌上了，因为身体上的所有重力全部集中在了前臂远端的桡骨上，从而发生了骨折，而手腕部也是在伸直受力的时候导致了骨折，主要是远端向手背侧移，从侧面来看手腕，呈现的就是锅铲样的一种畸形。

针对这种骨折，不用手术治疗也可以受到满意的效果，其方法就是在局部麻醉下来牵引复位，手腕部的骨折或者偏位需要固定一个月就可以去除了，在去除固定之后，要进行2-3个月的功能锻炼，慢慢的就会恢复至正常了。

髌部骨折

因为髌关节是连接下肢以及躯干的部位，是很脆弱的，很容易发生骨折的，主要是股骨粗隆和股骨颈处发生的骨折。

股骨颈骨折

这是骨折部位中最难以愈合的部位，股骨颈处的骨折愈合时间需要3个月以上，还有的患者可能就不会愈合，而直接发生了股骨头坏死的现象。像这种骨折的人应该选择进行人工股骨头置换或者是全髌关节置换术来进行治疗。

预防骨折

骨折的最根本的原因就是骨质疏松，与其预防骨折不如来预防骨质疏松，在日常的生活中，我们可以通过饮食，多吃一些含钙丰富的食物，除了补充这些可以增加营养的食物意外，还应该进行适量的运动，来帮助强身健体，没事儿多晒一下太阳，促进一下钙在体内的吸收。

骨折的最直接的原因就是摔倒，尤其是老年人在日常生活中更应该避免摔倒，以防止会发生骨折，主要的方法是：老年人居住的卧室的温度应该是在18℃左右，不要太热也不要太冷。而且在这种环境下穿的衣物会比较少，动作也会轻便一些；老年人的卧室里面物品摆放一定要整齐，尽量不要太杂乱；只要有老年人的生活就应该将生活环境以及生活用品摆放好，桌椅一定要稳当；还有就是地板和鞋子都要防滑得，最好是不要穿那种拖鞋，因为拖鞋会容易绊脚；

楼道以及比较暗得地方都要按好灯，地面上也要干燥，不要有水，或者别的杂乱得东西；洗浴得地方以及方便的地方要设置扶手或者是可以依靠的稳固的东西来预防老人摔倒。

怎样判断老年人是否发生骨折

询问病人有没有外出，中间有没有受到外力的碰撞以及有没有摔倒等，一些轻微的力量也会造成严重的骨折。

观察局部是否有疼痛感和肿胀的表现以及活动是否受到限制，有的病人在受伤或者骨折之后并没有出现明显的症状，而是在2-3天之后，才会出现明显的症状，甚至受伤部位的皮肤会出现青紫的现象。

还有就是观察患者走路的形态，有的患者骨折之后会走路有些畸形，这种现象出现就一定是骨折了，但是有的明显有的不明显，比如说髌关节骨折时会表现出肢体缩短和脚部外翻的现象；前臂骨折从侧面看就会出现餐叉样的形状。

老年人发生骨折后该如何处理

1. 发生骨折时，病人和家属首先不要惊慌。
2. 不要随意去牵拉骨折的部位，避免伤害到血管以及神经。
3. 出现骨折时应该用夹板进行固定。
4. 早发现早治疗，及时送患者到医院进行相关检查。

长期吃药冠心病患者会耐药吗？

陈海兰

成都市双流区第一人民医院 610200

【中图分类号】R541.4

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2021) 01-081-01

冠心病的全称是冠状动脉粥样硬化性心脏病，主要与冠状动脉血管有关系，冠状动脉粥样硬化或痉挛使管腔狭窄或完全闭塞，因为冠状动脉是与心脏的供血有关的。如果冠状动脉里面出现了斑块，也就是冠状动脉出现了狭窄，会引起血流不畅、心肌缺血等一系列的疾病，表现为胸闷气短、憋气、胸痛、压榨样的濒死感等，这种现象临床上称为冠心病，也是大家所说的心肌缺血。最严重的冠心病也就是心肌梗死，严重时它会直接导致心脏骤停，所以说冠心病是一个值得人们重视的疾病。

现今临床上将冠心病分为：无症状型的心肌缺血、稳定型的心绞痛、缺血性心肌病、急性冠脉综合症以及猝死这几种临床的表现。

冠心病目前是全球致死量及严重导致残疾的疾病之一，经研究发现90%的心肌梗死都是由于几个可控制而且可以预测的因素引发的：血脂出现异常、吸烟喝酒、糖尿病、高血压、腹型肥胖、心理社会因素、每日蔬菜和水果摄入不足、缺乏锻炼及缺少适量乙醇摄入；如果一个同时具备以上所有因素的人，那么这个人的患病风险就会上升到三百多倍。

冠心病主要的治疗是什么呢？想要控制冠心病就要控制冠状动脉粥样硬化的斑块，来防止冠状动脉血管变狭窄，目前的办法就是严格控制胆固醇在一个水平的范围内，还有就是加强自身的运动，增强自身的免疫力，控制饮食要保持清淡还要有营养。

在治疗冠心病的时候，主要服用的药物，一是控制冠状动脉进一步发生硬化以及产生斑块而引起狭窄的进展，另一方面服用药物是来缓解心绞痛、改善心肌供血，调节心肌功能等。在改善这些症状的同时，也在减少心梗或者缺血性心肌病的发生和发展的进程，如果已经出现心梗或者缺血性心肌病的情况，应该同样先使用药物来控制疾病，改善预后，来延缓疾病的发展。

所以对于冠心病的人来说，在不同的表现阶段就服用不同的药物来进行相应的治疗改善症状。那么可能最想知道就是，因为冠心病的病人可能需要长期甚至终生使用药物，那这些药物会不会让我们的身体产生耐药性呢？

治疗冠心病的主要药物

1、阿司匹林以及他汀类药物

这两种药物都是预防心梗、脑梗的药，他汀类药物具有调节血脂、减少动脉硬化进程的作用，也是冠心病的基础用药。阿司匹林具有抵抗血小板凝集、减少斑块破裂而造成血小板凝集从而形成血栓的几率，心血管病的一级预防和二级预防的基础用药是长期服用低剂量的阿司匹林。他汀类的药物主要是通过抑制胆固醇在肝脏的合成，然后使脂蛋白胆固醇和总胆固醇的密度降低。而冠心病的患者应该对症下药合理的使用他汀类的药物，或者与其他的降脂药联合使用，把胆固醇控制在1.8以下就可以算是水平达标了，胆固醇达标会大大减少心血管疾病的风险并且也有助于舒缓冠状动脉硬化和狭窄。这两种药物同样也不会产生耐药性。

2、 β 受体阻滞剂和钙通道阻滞药物

这两种药物都是冠心病病人经常会使用的药物，主要是洛尔类以及地平类的药物，且它们都有降压的作用同时又有着治疗心绞痛。如果同时患有这两种症状那么服用这两类药物除了能降低血压同时还可以改善心绞痛、调节心肌缺血和缺氧，并能有效的延缓疾病的继续发展改善心肌功能。如果心绞痛较严重的患者也可以两种药物联合使用，两者联合使用还可以抑制地平类药物单独使用而引起的心动过速的症状。从这两种药物的作用机制以及临床应用来看，长期服用是不会产生耐药性的。

3、普利类和沙坦类药物

普利或沙坦类药物既也是对高血压患者有效的降压药物，同时还可以改善蛋白尿、肾损害等。这两种药物对于冠心病的患者来说可以改善心肌功能，治疗心衰，合并左心室功能不全的冠心病高危病人，也是治疗心衰的金三角药物之一。普利类的药物效果可能更好一些，如果对普利类的药物不耐受的话可以选择沙坦类的药物，同样这两种药物长期服用也是不会产生耐药性的，但需警惕在严重肾功能不全时使用，需在心血管医生的指导下服用。

从以上举例出来的几种针对冠心病治疗时可以选择的药物来看，目前治疗冠心病的药物大都不会产生耐药性。