

如何利用针灸治疗急性乳腺炎

林 琅¹ 朱建军² 唐丽萍¹ 宋 琰³ 通讯作者

1 四川省妇幼保健院乳腺甲状腺科 610000 2 成都武侯区簇桥卫生服务中心 610000

3 成都市锦江守正堂中医诊所针灸推拿中心 610000

【中图分类号】R271.44

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 06-072-02

乳腺炎这一疾病相信广大女性都有所了解,这一疾病也是初为产妇的女性最为常见的一种病症。当女性患上了这一疾病,早期疾病发作时,患者会感到乳房十分的疼痛与肿胀,而且用手摸还会感觉乳房内有肿块,不仅乳房的表明红肿、发热,同时一些哺乳期产妇还不能给宝宝喂奶,严重的急性乳腺炎患者还需要进行手术治疗。如果患病人员没能及时的接受治疗,任由病情随意发展,那么她的症状会越来越严重。对于急性乳腺炎,在治疗上的方法有许多,有中医治疗,也要西医治疗,中医治疗通常都是采取针灸的方法,从治疗的效果上来看,可以明显的改善急性乳腺炎患者的不适感、疼痛感。那么,本篇文章中,就为大家介绍一下急性乳腺炎的引起病因、主要症状表现以及针灸治疗的优势与方法,希望能够为大家带来一些启示。

急性乳腺炎病因你了解吗?

文章先从急性乳腺炎的发病原因讲起,一般情况下急性乳腺炎的发生都与哺乳期女性的乳汁淤积相关,而导致女性乳汁淤积的原因也比较多,有先天性乳头内陷、乳头在发育上不佳或者是乳头过小等,这些都会哺乳期女性的乳管排乳情况不佳。有时产妇在喂奶时,如果乳汁较多或者是孩子的吸乳比较少,一旦每一次的乳汁都没能排空,不仅使乳管的开头处于堵塞的情况,也直接为细菌的繁殖与扩散提供了良好条件。上面提到了细菌侵入会导致急性乳腺炎的发生,而致使细菌感染的因素,主要有两点,一点为细菌在女性乳头的破损处进入,然后沿着淋巴管逐步进入到了乳腺小叶间的纤维脂肪组织,进而导致化脓性感染的发生。另一点为细菌从乳管进入,然后逆行来到了女性的乳腺小叶,之后在之前所淤积的乳汁里面慢慢繁殖,最终导致乳管炎的发生,让急性乳腺炎成为了事实。上面提到的内容都是细菌性乳腺炎的发病原因,而下面所介绍的内容为急性非细菌性乳腺炎的诱发因素。

急性非细菌性乳腺炎,这一疾病的发生和女性内分泌功能失调相关,这时乳房会出现炎性病变。该疾病的诱发因素有以下几点:第一,机体本身的抵抗能力降低,有时精神压力过重、营养不良或者是过于疲劳,这时抗感染能力便会有所削弱,并且还容易引发菌群失调。

介绍完了急性乳腺炎的发病因素,下面大家要了解一下急性乳腺炎的症状表现,一旦发觉自己有以下症状,要立刻去医院进行检查。

急性乳腺炎症状表现知多少!

急性乳腺炎的主要症状表现为乳房红肿以及热痛,同时患者还会伴有发热、口渴、恶寒、便秘等。患病一侧的乳房触摸起来会感受到乳块,且还存在压痛,患侧的腋下还存在淋巴结肿大,查血的话,白细胞有所升高,这些都是急性乳腺炎的表现,需要及时的对症处理。而具体的症状表现如以下:

首先,此种疾病的早期症状为,患者时常发烧,通常其体温处于 37℃,甚至体温还会高达 39℃。并且,患者还可能会

感觉到冷,发生乳房皮肤刺痛、发红的情况。

其次,此种疾病在脓肿形成阶段,绝大多数的表现为发烧,且还会持续的严重起来,从而发生皮肤滚烫、微红的情况,局部甚至还会感到烫手,主要表现为乳房下陷。

此外,此种疾病在脓肿溃破期,其主要的症状表现为局部的脓肿出现破坏,且溃破之后,患者的伤口处会长期流脓。局部脓肿溃破,溃破以后有长时间伤口流脓。

针灸治疗急性乳腺炎优势有哪些?

采用中医疗法进行急性乳腺炎,其在治疗优势上有许多,较为适用于早期发病的急性乳腺炎患者,且这一时期患者的乳腺组织炎症还没有加深,采取针灸治疗且不会影响到乳汁分泌,不像某类药物会直接进入患者的乳汁当中,进而让其哺乳遭受不良影响。另外,利用针灸进行急性乳腺炎的治疗,其所造成的副作用也没有太多,痊愈的过程也比较短暂。通常情况下,会在患者的肝胆经选择穴位进行针灸,进而达到疏通乳腺、梳理肝气的效果。并且,在治疗急性乳腺炎时,通常会在双乳处放上几个火罐,之后在患者的肩膀处选择穴位扎针,针灸过一段时间,患者的炎症便会有明显的减轻。对于针灸而言,将其用于急性乳腺炎患者当中,效果最为明显。需要注意一点,针灸进行急性乳腺炎治疗时,一旦要注重患处的清洁,以免其出现细菌上的感染。此外,针灸治疗的同时,配合药物治疗,其见效会更快。

针灸治疗乳腺炎的具体方法

先为大家介绍一些基本治疗,治疗原则为如果患者处于患病初期,这时主要治疗的原则为针刺,方法为:溃脓期间要进行补益气血、针灸并用,补发或平补平泻。选择患者的膻中、乳根,都处于患者的乳房局部,膻中为气之会穴,乳根属于胃经,针刺能够起到宽胸理气的效果,且还能够消除患者患病之处的气血阻滞情况。而对于邻近乳房的期门,其也属于肝之募穴,有着疏肝理气、化滞消肿的效果。

对于气滞热壅的患者,可以选择太冲、合谷、曲池等穴位,以此起到宽胸理气、效果。而对于正虚状况,要取患者三阴交、胃俞、足三里,这能够起到扶正祛邪的效果。而对于乳房胀痛的患者,要加少泽、足临等穴位,然后起到通乳止痛的效果。在具体操作时,要从膻中朝着患者患病一侧的乳房横刺。同时,还需从乳根处朝上刺进患者的乳房底部,针刺时不可以深刺、直刺,防止患者的内脏遭受损伤。而在针刺肩井时,不可以直接向下深刺,防止患者的肺尖遭受损伤,针尖要朝前或者是向着后方刺入。对于病情发展比较严重的患者,每一天应当接受两次针灸。

除了上面内容,还有其他疗法,具体内容为以下:1.挑治:在患者的脊柱两旁或者是肩胛骨下部找到压不褪色的淤血点,之后使用三棱针将其挑破,让少量的血液流出来。如果患者的背部淤血点并不明显,这时可以在患侧的膏肓穴两横指处

(下转第 73 页)

高血脂知识科普来了 如何防治看这里!

邓晓琼

绵阳市中医医院 621000

【中图分类号】R589

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 06-073-01

高血脂, 也称之为高脂血症, 是指血液中甘油三酯 (TG) 或总胆固醇 (TC)、低密度脂蛋白胆固醇 (LDL-C) 升高, 高密度脂蛋白胆固醇 (HDL-C) 降低。随着现在社会发展越来越迅速, 人们生活水平也逐渐提升, 高脂血症发病率也逐年上升, 患病率会随着年龄的增长而增高。由于脂肪摄入过多或代谢过程和脂蛋白合成异常均可导致高脂血症的发病, 一般情况没有明显症状, 但是长期高脂血症会导致糖尿病、动脉粥样硬化、冠心病等疾病的发生, 严重影响了现代人们的生活质量以及生存质量。

1 高血脂的临床症状

目前, 我国成人由于生活习惯以及生活方式其血脂异常总体患病率高达 40%, 其主要原因是由于饮食不规律、缺乏锻炼、不良生活习惯等各项原因所导致的, 早期临床症状相对不明显, 长期处于高血脂的患者可能存在异常的局限性皮肤隆起, 包括眼睑周围、掌心、四肢等, 均可能出现黄色瘤; 由于其动脉粥样硬化所导致的脑力、体力衰退、肥胖等临床表现, 不仅影响美观, 同时也影响患者的生活质量。

2 高血脂的三大误区

有些人认为, 高血脂其主要致病原因之一是肥胖, 因此只有胖子才会得高血脂, 其实不然, 实际上, 不仅仅是胖子, 瘦子也是容易患上此疾病的人群, 导致高血脂的主要原因不仅仅是摄入的脂肪过多, 更多的是脂代谢异常所导致的, 因此就算是瘦子, 若脂代谢异常也容易导致高血脂的发生。那么若想防止高血脂, 饮食上肯定需要进行控制, 在饮食上多加注意, 饮食以无油最好, 其实这种方式也是不可取的, 一点儿油都不带, 这种想法过于极端同时也过于片面, 适当的油脂可满足人体所需的脂肪酸, 促进人体吸收有益物质, 具有积极作用。还有人认为, 胆固醇会导致心血管疾病, 因此摄入胆固醇越低越好, 但他们并不知道胆固醇也是维持人体健康的重要物质, 胆固醇可帮助血脂代谢, 因此高血脂患者也应当适量摄入胆固醇而非摄入越低越好。

3 如何防治

1) 日常饮食

在日常生活中, 饮食占用我们一半的时间, 很多疾病是吃出来的, 但是很多疾病也是可以通过吃来进行预防, 高血脂其主要引发原因就是饮食不当, 因此在日常生活中需进行合理科学的饮食, 合理的饮食有助于改善脂质代谢同时有利于

身体的健康, 减少高血脂、高血压的发生。限制胆固醇的摄入并非完全不食, 尽量食用富含维生素的食物, 如玉米、萝卜、蔬菜、水果等, 同时需遵守低脂肪低胆固醇高蛋白质的原则, 防止高血脂的发生。

2) 按摩降血脂

中医, 是我国传统医学, 其理论体系是经过长期临床实践证实的, 推拿按摩, 有助于疏通经络、调节气血的作用, 在日常生活中按摩对人体的消化系统、内分泌、代谢等均有调节作用, 这也是为何有传言说推拿按摩可以帮助减肥的原因, 按摩有利于促进新陈代谢、消除多余脂肪, 加快脂肪利用, 减少血脂的沉积作用。

3) 中药浴足法

中医认为, 人体各个器官的生理信息都有有效的反应在人的脚底, 刺激脚底可以达到和针灸一样的效果, 在日常生活中进行适当的泡脚, 可以促进代谢, 同时注意温度适中, 每次以 30 ~ 40 分钟为宜, 饭后不要进行, 可在睡前进行, 还可以有效促进睡眠, 改善失眠等症状。

4) 运动

适当的运动, 不仅可提高身体素质, 还可预防各类疾病的发生。在日常生活中, 虽然工作量很大, 身心疲倦, 但还是需要在下班后, 抽空进行锻炼, 锻炼形式可多种多样。可选择饭后散步, 不仅有助于消化, 还可以预防血栓。加强锻炼, 可以有效提高人体身体素质, 提高免疫力, 促进血液循环。在周末与家人朋友一起参与活动, 如爬山、打球等。

4 结语

随着社会经济水平的不断进步与发展, 人们的生活方式以及生活压力都发生了巨大的变化, 高强度的工作压力造成很多人都处于“亚健康”的生活状态, 高脂高油高盐的食物使得更多的人胆固醇含量增高, 越来越多的人患有高血脂, 高血脂一般情况无任何症状, 但是却有很多隐患, 如糖尿病、心肌梗死等并发症, 严重影响了人们的健康。长期的高脂血症会导致糖尿病、动脉粥样硬化、冠心病等疾病的发生。治疗高脂血症一般情况需采取药物治疗配合良好生活方式。增加锻炼, 提高身体素质, 必要时可采用按摩、足浴等形式, 缓解身体不适, 预防疾病的同时也提高自身免疫力。一旦发生相关症状需尽快前往医院听取医生的建议积极治疗, 早日恢复健康。

(上接第 72 页)

挑治。2. 刺络拔罐: 早期选取患者的大椎、第 4 胸椎夹脊以及患侧乳根, 之后在所选取的穴位处应用三棱针点刺, 让其出血, 然后加拔火罐, 每天进行一次。3. 耳针: 取患者内分泌、乳腺、胸椎、肾上腺, 进行毫针浅刺, 之后捻转数分钟, 并把针留置 20 到 30 分钟, 每日一次。

相信通过上述内容的讲解, 广大朋友们已经知晓了针灸治

疗急性乳腺炎的优势、方法, 也从中得出了针灸在治疗中不仅见效快, 同时所引发的副作用也比较少。因此, 对于早期急性乳腺炎患者来讲, 建议其接受针灸治疗。并且, 在治疗的过程中, 患者们最好多吃一些水果与蔬菜, 从而起到补充维生素的效果。但是, 饮食过程中, 不要吃一些刺激性较强的食物, 做到饮食多样化。相信这样, 急性乳腺炎患者能够更快的恢复身体上的健康。