

秋季如何防范肺部疾病

金华艾克医院院长杨德志 :中医全程参与可发挥独特作用

中医认为 肺为娇脏,肺属金 ,秋季是养肺调肺的黄金时期。连日来 ,金华艾克医院院长杨德志的诊室里 ,因肺部疾病就诊患者明显增多。他介绍 ,过去肺肿瘤患者多为七八十岁的老人 ,大多与吸烟相关。如今 ,肺肿瘤患者中有不少是中青年。杨德志分析 ,竞争压力大、经常熬夜、饮食不规律及空气污染等因素 ,都是导致中青年患上肺肿瘤的重要原因。

杨德志提醒 ,一旦发现肺结节、肺肿瘤 ,尽早让中医参与全程治疗 ,充分发挥中医药的独特作用 ,往往能事半功倍。



孙氏中医大弟子、金华艾克医院院长杨德志门诊中

中医调理后 耄耋老人能下地种菜

2022年2月 ,83岁的陈爷爷在武义县第一人民医院体检时发现右肺上叶出现直径5厘米左右的占位性病变 ,相比6年前明显增大。他在CT引导下做了肺穿刺活检。一周后 ,病理报告确诊为右上肺腺癌。经基因检测后 ,他开始服用靶向药。

然而 ,陈爷爷服药后的反应超出预期。不到一个月 ,他的体重减轻了6公斤 ,咳嗽咳痰、胸闷气急的症状比原来更严重 ,肚子发胀、吃不下饭、睡不着觉 ,尤其对油腻食物感到恶心。同年6

月1日 ,看着老父亲日益憔悴 ,陈爷爷的儿子从武义带他来到金华艾克医院寻求帮助。

考虑到陈爷爷年事已高 ,杨德志针对性地开具药方。服药14天后 ,陈爷爷的身体状况明显好转 ,不仅能正常进食 ,精神状态也好了很多 ,还能慢慢在户外走动。病情稳定后 ,他继续坚持服用中药。同年9月 ,他复查发现肺部占位比5月份略有缩小 ,胸闷不适等现象基本消失 ,体重也增加了。

就这样 ,陈爷爷依靠中医治疗 ,断

断续续服药到去年9月。两年多来 ,病情一直保持稳定。

如今 ,86岁的陈爷爷不仅停了药 ,还能每天下地种菜 ,多次复查结果均显示正常。消息传开后 ,身边不少熟人纷纷向他打听治疗经历。得知金华艾克医院在中医治疗肿瘤方面有独到之处 ,有10多名肿瘤患者从武义专程赶赴金华就诊。这些患者中 ,有的不适合手术 ,有的放化疗结束后无法进行其他治疗 ,经过金华艾克医院的中医治疗 ,病情得到了控制。

多维度守护 远离肺部疾病困扰

入秋后 ,如何预防肺部疾病和肺肿瘤复发?杨德志给出以下建议:

调节情绪 ,释放压力。过大的工作和生活压力会损伤肺部。比如 ,职场人奔波忙碌、家庭主妇长期接触油烟或吸入二手烟等 ,都可能对肺部造成伤害。同时 ,秋季容易引发 悲秋 情绪 ,要学会调整心态 ,保持心情舒畅 ,避免长期处于焦虑、抑郁状态。

科学锻炼 ,注意保暖。秋冬季节早晨气温较低 ,建议太阳出来后再进行锻炼 ,强度不宜过大 ,避免大汗淋漓。锻炼后不要立即洗冷水澡或食用寒凉食物 ,以防痰湿不化 ,损伤肺功能 ,诱发咳嗽。同时 ,要注意保护肺部 门户 ,预防感冒 ,一旦感冒 ,病毒易侵犯肺脏 ,引发肺部疾病。

合理饮食 ,滋养肺腑。秋季可以适当食用生津的白色食物 ,如莲藕、白扁豆、百合、白木耳等。同时 ,肺虚者不宜食用过多辛辣食物 ,过于寒凉的食物也应避免。因为 ,苦寒食物易损伤津液 ,对肺部造成伤害。

中药调理 ,增强防护。秋季可适当增加滋阴养肺的药物用量。对于病情稳定、原本两天服用一帖中药的患者 ,建议改为一天一帖。中药不仅能提高免疫力 ,预防感冒 ,还能滋养肺腑 ,有效降低季节因素对病情的影响。

杨德志提醒 ,肺肿瘤早期症状隐匿 ,多数肺结节与肺肿瘤需通过体检才能发现 ,因此每年定期体检是早期排查肺部疾病的关键。除定期体检外 ,日常防护也至关重要 ,要多在空气清新环境中活动 ,减少肺部负担。一旦出现长期咳嗽、干咳不止或咳血等异常症状 ,务必第一时间就医检查 ,切勿拖延 ,以免延误病情。

融媒记者 胡颖

中药干预后 古稀老人病情稳定

今年71岁的郭大妈是嵊州人。去年4月 ,她咳嗽、咳痰严重 ,被当作感冒治疗后 ,症状并未缓解。5月 ,郭大妈前往嵊州市人民医院就诊 ,经拍片、气管镜病理活检 ,被确诊为右肺鳞癌 ,且已发生颅脑转移和淋巴结转移。随后 ,她又到省城医院做了检查 ,结果显示肺癌伴纵隔淋巴转移、两肺转移及脑转移。医生建议她进行化疗联合免疫治疗 ,但用药后 ,郭大妈出现了严重的不良反应。仅做了一次化疗 ,她就因无法承受副作用而放弃。

去年7月4日 ,郭大妈在家人陪伴下 ,来到金华艾克医院寻求中医帮助。她告诉杨德志 ,最近咳嗽频繁 ,前胸后背疼痛 ,头晕乏力 ,食欲不振 ,听力下降 ,夜间难以入睡。杨德志根据辨证论治原则 ,为她开具了以清肺消解方为主的中药 ,并根据具体症状酌情加减药物。

服用中药一个月后 ,郭大妈咳嗽减少 ,胸痛症状也有所减轻 ,自我感觉比之前好了很多。去年10月 ,经过3个月的中医治疗 ,她的体重增加了5公斤 ,

吃饭、大小便、睡眠都恢复了正常。随后 ,郭大妈到嵊州市人民医院进行CT复查 ,结果显示肺部肿瘤大小与6月份基本一致 ,没有增大 ,脑转移部位的肿瘤也保持稳定。看到这一结果 ,郭大妈挺开心 ,继续坚持服用中药。

今年3月 ,郭大妈再次复查时 ,检查结果显示右肺直径最大的肿瘤较之前缩小 ,其他结节大小基本未变 ,头部病灶情况稳定。如今 ,她依然坚持中医治疗 ,整体病情稳定 ,日常生活与正常人无异。

解郁为先 八字方法 守护肺部健康

经过30年临床实践 ,接诊40余万人次病人后 ,孙氏中医形成了一套完整的理、法、方、药治疗体系 ,总结为解郁、通络、软坚、排毒八个字。作为深得孙氏中医真传的大弟子 ,杨德志凭借精湛的医术 ,深受认可 ,不少外地患者专程赶到金华找他看病。

为何将 解郁 放在抗肿瘤治疗的首位?杨德志解释 ,每个人都会有忧郁情绪 ,但关键在于 度 。若忧郁情绪不断累积 ,就可能从量变引发质变。从中医角度来看 ,思则气结 ,怒则伤肝 ,惊则气乱 ,长期心情不佳会导致肝气郁结 ,久而久之气滞血瘀 ,积聚成块 ,最终形成肿瘤 ,肺肿瘤也不例外。

临床中发现 ,患有肺结节、肺肿瘤

的患者 ,脉象多为弦脉 ,这正是肝气郁结的表现 ,与生活、工作压力大密切相关。《黄帝内经》中提到 秋三月 ,此谓容平 ,容 即从容不迫 ,平 指心态平和。健康人在秋季能保持 容平 状态 ,而压力大的人 ,秋季易产生 悲秋 情绪 ,心情变得低落。

治病要治本 ,治本要求因 ,既然忧郁是肿瘤形成的重要因素 ,那么 解郁 就是治疗包括肺肿瘤在内所有肿瘤的第一把金钥匙 。因此 ,患者就诊时 ,医生会先与患者深入沟通 ,了解他们的内心困扰 ,给予安慰和疏导 ,帮助患者打开心结。只有患者心情放松 ,医生才能更精准地抓住疾病本质 ,制定针对性治疗方案 ,达到理想的治疗效果。

金华艾克医院针对不同类型的肺肿瘤 ,制定了多种基础方剂 ,为患者提供个性化治疗。例如 ,清肺消结汤 以清热解毒化痰药为主 ,主要适用于尚未手术、体内 火气 较旺、伴有咳痰症状的肺肿瘤患者。

此外 ,养肺消结汤 偏滋阴清肺 ,适合手术或放化疗后阴津耗损的患者 ,方剂中会加入养阴药材。杨德志强调 ,无论哪种肿瘤 ,中医药都能贯穿治疗全过程 ,其作用不可小觑。

我们医院始终坚持 祛邪为主、扶正为辅 的治疗原则 ,运用孙氏 八字方法 ,通过独特的专病专方验方 ,帮助肿瘤患者重获健康 ,拥抱美好生活。杨德志说。