

中西医结合调脾胃

◎南江县中医医院急诊科 董知容

脾胃虚弱是指脾胃气虚，脾胃的受纳运化功能出现减退，导致身体出现一系列不适的症状，中西医结合治疗效果较好。

症状表现

1. 腹泻

脾胃虚弱的患者容易有腹泻现象，具体表现为大便不成形，较为黏腻，形似溏泥，排便次数可稍有增多，还会出现排不尽的感觉。

2. 面色萎黄

由于患者的脾胃运化功能减退，对于食物的营养不能很好地消化吸收，长时间下去患者可能会因为营养摄入不足而出现面色发黄、黯淡无光等症状。

3. 神疲倦怠

由于饮食和排泄异常，患者得不到充足的营养供应，容易出现注意力不集中、易疲劳、懒言少语等现象。

4. 形体消瘦

脾胃虚弱者不能很好吸收食物中的营养物质，能量消耗量大于摄入量，所以容易出现形体消瘦现象。

病因揭秘

脾胃虚弱的常见病因有先天禀赋不足、饮食不规律、久病不愈等。

1. 先天禀赋不足

如果父母身体素质较差，有脾胃虚弱的现象，则孩子也可能存在此类现象。

2. 饮食不规律

经常暴饮暴食或者过饱过饥，饮食无规律；经常摄入生冷、油腻食物等都可能引起脾胃虚弱。

3. 久病不愈

久病不愈者由于活动减少，脾

胃运化功能也会减弱，加上药物的刺激，则可能会导致脾胃虚弱。

具体治法

1. 西药治疗结合中医按摩

在脾胃虚弱的调治中，西医经常会用到各种药物，如促胃肠动力药、胃黏膜保护剂、益生菌、消化酶等。其中，促胃肠动力药可以有效促进患者胃肠道蠕动能力，有助于患者腹胀改善；胃黏膜保护剂主要是对患者的胃黏膜进行保护，减少胃酸分泌，降低胃酸对胃肠道造成的刺激；益生菌有助于调节患者肠道菌群，改善肠道环境；消化酶则是帮助患者消化食物，促进患者消化功能的改善。

调理脾胃虚弱时，可在西药治疗基础上，增加中医按摩治疗内容。依据中医经络学说，选取穴位，对患者进行推拿按摩，以此更好地调理脾胃。在实际中可以通过揉腹、摩脾、按揉足三里等针对性手法调理脾胃虚弱，其中揉腹有助于改善患者的胃肠蠕动能力，提升患者消化能力；摩脾具有健脾和胃的作用；按揉足三里能提高患者的免疫力，调理患者脾胃。

西药治疗与中医按摩的结合在调理脾胃虚弱方面具有良好优势，西药可以针对脾胃虚弱的各种症状进行控制缓解；中医按摩则可以从根本上对患者的脾胃功能进行调理，促进患者身体免疫力的提升。中西医结合实现了标本兼治，从多

个途径来改善脾胃虚弱症状，增强了治疗有效性。同时，若长期单纯依赖西药治疗，可能会出现胃肠道不适、肝肾功能损害等副作用。而中医按摩有助于更好地控制西药使用量，从而降低药物副作用。

2. 西药治疗结合中医拔罐

调理脾胃虚弱时，还可以在西药治疗的基础上，结合中医拔罐进行治疗。中医拔罐主要是对经络、腧穴进行刺激，从而更好地对脏腑做出调理。脾胃虚弱者接受中医拔罐疗法后，可促进脾胃运化功能提升，增强食欲，有助于缓解消化不良症状。如在患者使用消化酶治疗的同时，通过拔罐对脾胃经穴进行刺激，促进患者脾胃功能的提高。对患者进行中医拔罐治疗时，需要综合患者的体质、症状，选择适宜穴位，如脾俞、中脘、足三里等，促进患者脾胃功能的提高。进行中医拔罐治疗时，每次时间控制在20~30分钟，每周可进行2~3次。

3. 西医治疗结合饮食调理

在调理脾胃虚弱时，还应该做好饮食调理。常言道，脾胃有三怕，即生、冷、撑。冷饮、生蔬菜等食物均会对脾胃造成损害。同时，脾胃还“惧怕”过度饱食，若平时饮食饥饱不均，经常饥一顿、饱一顿，会给脾胃带来极大损伤。因此，在调理脾胃时，需格外注重饮食的合理调整。脾胃虚弱患者可吃一些有益脾胃的食物，如山药、红枣、薏苡仁。山药不仅能起到美容养颜的作用，还可以很好的保养身体，能平补脾胃，与其他滋补食物相比较，山药具有不燥不热、滋而不腻的特点，可以很好地补益肺气，弥补气血亏损。红枣具有益气补血、补脾健胃的功效，对脾胃虚弱、气血不足的患者来说，红枣属于较适宜的饮食补品，红枣还可以与山药配合，烹饪山药红枣粥，能增强患者食欲，补益患者脾胃。☺