

中医防治老年性痴呆主要方法

周临东 (新加坡中医学报, 新加坡 319522)

摘要: 介绍中医防治老年性痴呆主要方法: 内治法、外治法(针灸、推拿、敷贴)、导引及其他方法。

关键词: 中医学; 老年性痴呆; 防治方法

Main Methods of Preventing and Treating Alzheimer's Disease Using Traditional Chinese Medicine

ZHOU Lin-dong (Singapore College of Traditional Chinese Medicine, Singapore 319522)

ABSTRACT: Introduce the main methods of using Traditional Chinese Medicine to prevent and treat Alzheimer's disease: internal treatment, external treatment (acupuncture, Tuina, application), Daoyin and other methods.

KEYWORDS: Traditional Chinese Medicine; Alzheimer's disease; prevention and treatment methods

老年性痴呆(dementia in the elderly)主要包括阿尔茨海默病(Alzheimer disease, AD)、血管性痴呆(Vascular dementia, VD)、混合性痴呆和其他类型痴呆,如颅内感染、酒精依赖、外伤等引起的痴呆等。中医认为本病的形成以内因为主,多由于年迈体虚、七情内伤、久病耗损等原因导致气血不足,肾精亏耗、脑髓失养,或气滞、痰浊、血瘀痹阻脑络而成。其病位在脑,与心肝脾肾功能失调密切相关。

1 内治法

辨证要点: 辨别虚实与主病之脏腑。本虚者,辨明阳气亏虚,还是阴精衰少;标实者,辨明是痰浊或痰火为病,还是瘀血为患。本虚标实,虚实夹杂者,应分清主次,并注意结合脏腑辨证,详辨主要受病之脏腑。

治疗原则: 虚者补之,实者泻之。因而补虚益损,解郁散结是其治疗大法。同时在使用药上应重视血肉有情之品的应用,以填精补髓。

常规证治

(1) 髓海不足证

症状: 智能减退,记忆力和计算力明显减退,头晕耳鸣,懈怠思卧,齿枯发焦,腰酸骨软,步行艰难,舌瘦色淡,苔薄白,脉沉细弱。

治法: 补肾益髓,填精养神。

方药: 七福饮加减。方中重用熟地以滋阴补肾,以补先天之本;人参、白术、炙甘草益气健脾,用以强壮后天之本;当归养血补肝;远志、杏仁宣窍化痰。

(2) 脾肾两虚证

症状: 表情呆滞,沉默寡言,记忆减退,失认失算,口齿含糊,词不达意,伴气短懒言,肌肉萎缩,食少纳呆,口涎外溢,腰膝酸软,或四肢不温,腹痛喜按,泄泻,舌质淡白,舌体胖大,苔白,或舌红,苔少或无苔,脉沉细弱。

治法: 补肾健脾,益气生精。

方药: 还少丹加减。方中熟地、枸杞子、山萸肉滋阴补肾;肉苁蓉、巴戟天、小茴香温补肾阳;杜仲、怀牛膝、楮实子补益肝肾;人参、茯苓、山药、大枣益气健脾而补后天;远志、五味子、石菖蒲养心安神开窍。如见气短乏力较著,甚至肌肉萎缩,可配伍紫河车、阿胶、川断、杜仲、鸡血藤、何首乌、黄芪等以益气养血。

(3) 痰浊蒙窍证

症状: 表情呆钝,智力衰退,或哭笑无常,喃喃自语,或终日无语,伴不思饮食,脘腹胀满,痞满不适,口吐涎沫,头重如裹,舌质淡,苔白腻,脉滑。

治法: 健脾化痰,豁痰开窍。

方药: 洗心汤加减。方中人参、甘草益气;半夏、陈皮健脾化痰;附子协助参、草以助阳气,正气健旺则痰浊可除;茯神、酸枣仁宁心安神;石菖蒲芳香开窍;神曲和胃。脾气亏虚明显者,可加党参、黄芪、白术、山药、麦芽、砂仁等健脾益气之品,以截生痰之源。若痰浊壅塞较著,重用陈皮、半夏,配伍胆南星、莱菔子、佩兰、白豆蔻、全瓜蒌、贝母等豁痰理气之品。若痰郁久化火,蒙蔽清窍,扰动心神,宜用涤痰汤涤痰开窍,并加黄芩、黄连、竹沥以增强清化热痰之力。

(4) 瘀血内阻证

症状：表情迟钝，言语不利，善忘，易惊恐，或思维异常，行为古怪，伴肌肤甲错，口干不欲饮，双目暗晦，舌质暗或有瘀点瘀斑，脉细涩。

治法：活血化瘀，开窍醒脑。

方药：通窍活血汤加减。方中麝香芳香开窍，并活血散结通络；桃仁、红花、赤芍、川芎活血化瘀；大枣、葱白、生姜散达升腾，使行血之品能上达巅顶，外彻肌肤。常加石菖蒲、郁金开窍醒脑。如久病气血不足，加党参、黄芪、熟地、当归以补益气血。瘀血日久，瘀血不去，新血不生，血虚明显者，可加当归、鸡血藤、三七以养血活血。瘀血日久，郁而化热，症见头痛、呕恶，舌红苔黄等，加丹参、丹皮、夏枯草、竹茹等清热凉血、清肝和胃之品。

(5) 心肝火旺证

症状：急躁易怒，善忘，言行颠倒，伴眩晕头痛，面红目赤，心烦失眠，口干咽燥，口臭生疮，尿黄便秘，舌红苔黄，脉弦数。

治法：清热泻火，安神定志。

方药：黄连解毒汤加减。方中黄连清泻心火；黄芩、栀子清泻肝火；生地黄、麦冬、五味子滋阴安神；柴胡、薄荷疏肝解郁；石菖蒲、远志、合欢皮养心安神。大便秘结者，加大黄、麻仁以通下便结；眩晕头痛甚者，加天麻、钩藤、石决明平肝熄风；失眠多梦者，加酸枣仁、柏子仁、夜交藤以加强养心安神之功。若心火偏旺者可用牛黄清心丸。

2 外治法

2.1 针灸

治则：补肾益精，化痰通络。

(1) 体针

主穴：四神聪、神庭、风池、本神、合谷、悬钟、百会。

配穴：髓海不足加命门、涌泉；脾肾两虚加肾俞、足三里；痰浊阻窍加公孙、丰隆、中脘；瘀血内阻加委中、膈俞。心肝火旺加太冲、心俞。

方义：脑为元神之府，本方主要选用局部腧穴四神聪、神庭、本神，重在醒神开窍，风池疏通头部气血，活血通络；用合谷以疏通阳明之气血，用髓之会悬钟以补髓养脑。

操作：四神聪刺向百会；百会加灸；四神聪、神庭、百会、风池可用电针，平补平泻。

(2) 头针：选顶中线、顶颞前斜线、顶颞后斜线。将2寸长毫针刺入帽状腱膜下，快速行针，使局部有热感。可以增加电针刺刺激，留针5min，隔

日1次，10次为1疗程。注意如果增加电针刺刺激，必须严格监护。

(3) 耳针：选神门、肾、脑点、交感、心、枕等穴。用0.5寸毫针，每次选用2-3穴（双侧取穴），每日1次，20次为1疗程，或将王不留行用胶布固定在相应穴位上，每日按压数次。

(4) 灸法：隔姜灸取大椎穴：每次灸3-5分钟，隔日一次，10次为1个疗程，间隔5天再继续第2个疗程，一般灸3-4个疗程。取涌泉穴、足三里：用艾条熏蒸，左右交替，每次30分钟。

(5) 拔罐：背俞穴，先将火罐扣在大椎穴上，在背部督脉循行部位来回缓慢推移3次，将罐留拔于大椎穴上，从左右肾俞向上至大杼穴来回缓慢推移3次，将罐留于肾俞穴上，可以背部反复走罐至局部皮肤潮红为度。最后留罐10分钟。

2.2 推拿（两步八法）

治则：醒脑开窍，补髓养脑。

取穴：印堂、太阳、神庭、上星、囟会、前顶、百会、四神聪等。

推拿八法：一指禅、双手抹、拿五经、侧扫散、拿肩井、轻叩击、指摩法、掌摩法。

具体操作：第一步仰卧位，于印堂至神庭、印堂至太阳，依次施以一指禅推法，再依次施以双手抹法，各往返50-60遍。第二步坐位或者俯卧位，头顶部施以拿五经、侧扫散、指摩法。肩背部施以拿肩井、掌摩法、轻叩击。

2.3 敷贴（药枕）

(1) 神枕方（元·忽思慧《饮膳正要》）：

组成：川芎、当归、白芷、辛夷、杜衡、白术、藁本、木兰、蜀椒、肉桂、干姜、防风、白薇、荆实、柏实、秦椒、细辛、皂角、款冬花、桔梗、人参、飞廉、薏苡仁、麋芜、乌头、附子、矾石、藜芦、白衡、半夏、茛菪、肉苁蓉各30g，制成药枕睡之。

功效：聪耳明目，补气填髓，扶正活血，防治老年性痴呆。

(2) 健康药枕（经验方）

组成：杭菊花500g，荷叶、草决明各300g，绿茶500g，青箱子200g，红花、辛夷花各100g。制成药枕睡之。

功效：清心宁神，清脑明目，活血通络，开窍醒神。

下接39页.....

【作用功效】清热化痰，消癭散结。

【临床疗效】秦双红等^[3]此方治疗甲状腺结节30例，治疗组痊愈2例，显效12例，有效14例，无效2例，总有效率达93.33%。

(7) 散结通络方

【药物组成】柴胡、陈皮、厚朴、川楝子、郁金、川芎、浙贝母、莪术、穿山甲各10g，夏枯草、玄参各15g。

【适用病症】甲状腺结节，属气滞痰结血瘀证者。

【作用功效】理气化痰，软坚散结，活血通络。

【临床疗效】廖丹平^[4]此方治疗甲状腺结节60例，治疗组有效率高高于左甲状腺素钠片，且可明显改善结节最大直径、中医证候积分及恶变高危因素积分。

(8) 消癭散结方

【药物组成】柴胡6g，白术、茯苓、当归、赤芍、郁金各10g，麦芽12g、丹参、浙贝母各10g，全瓜蒌15g，夏枯草6g，玄参15g。

【适用病症】甲状腺结节，属阴虚痰火瘀结证者。

【作用功效】疏肝化痰，理气活血，滋养阴

血，消癭散结。

【临床疗效】马淑芳^[5]以此方治疗甲状腺结节27例，总有效率高达88.89%，高于夏枯草颗粒组的65.38%。

参考文献

- [1] 杜丽坤,许志妍,王冰梅,等.贝牡菝消丸治疗结节性甲状腺肿的临床疗效观察[J].世界中医药,2016,11(7):1254-1256.
- [2] 裴莹.化痰消癭汤治疗甲状腺结节(气郁痰阻型)临床疗效观察[D].长春:长春中医药大学,2019.
- [3] 秦双红,余臣祖,康学东,等.五味消癭汤治疗良性甲状腺结节(痰热郁结型)临床研究[J].中医临床研究,2019,11(20):73-76.
- [4] 廖丹平.散结通络方治疗气滞痰结血瘀型甲状腺结节临床观察[J].四川中医,2017,35(9):88-90.
- [5] 马淑芳.消癭散结方治疗良性单纯性甲状腺结节阴虚痰火瘀结证的临床研究[D].北京:北京中医药大学,2019:28-39.

我院邀请李赛美教授做系列学术报告

我院名医大讲堂邀请广州中医药大学李赛美教授于5月14、28日和6月11日通过线上方式，为新加坡中医师做了精彩的学术报告。她的讲解深入浅出，具体生动，并以统计数据支持疗效，听讲的中医师们一致认为获益匪浅。

上接43页.....

2.4 导引（运动疗法）

(1) 基本运动：①放松性项目：散步、太极拳、放松体操等。对于老年痴呆患者，此类项目最为常用。②力量性项目：实心球、沙袋或哑铃及各种肌力练习器等。特别适用于神经精神症状比较严重、运动功能消退并不严重的患者。③耐力性项目：行走、健身跑、球类运动等。此类项目如果在开放性场合进行，即使轻度患者，也必须要求有陪护人员在场。注意：组织老年痴呆患者进行运动时，一定要掌握好运动强度。

(2) 特异运动：①旋转拇指和自我握手：让拇指相对作各自180度旋转。旋转时必须让拇指的指尖尽量对合，各自旋转1-2分钟即可。然后左右手掌对握，一手拇指要有意识地用劲抓住对手的小鱼际肌。紧握3秒钟后双手分开。左右相互紧握10-20次。②手指交叉：把双手手指交叉地扭在一起。一只手拇指在上交叉一会儿后，再换成另一只手拇指在上，按照口令“右上、左上、右上、左上”，反复进行10-20次。③手指搭桥：不对称的手指逐步对接。

2.5 其他方法

(1) 音乐疗法：音乐疗法是一种使用音乐和乐器来改善患者病情的治疗方法。能刺激人的各种感觉，对脑波、血流、激素分泌等都会产生影响。根据病情变化，亢奋者用舒缓曲、抑郁者用进行曲，尽量采用经典、或者熟悉的传统音乐。

(2) 环境改造：①消除台阶；②厕所改建，采用坐式便桶，厕所的墙壁上安装把手；③安装呼叫装置，厕所、厨房、浴室、床旁安装呼叫器，有意外情况时可以呼叫求助；④厕所、厨房、卧室悬挂标牌，巩固阅读能力，还可以避免迷失方向；⑤注意日常使用物品的安全性能，以免伤及患者。

(3) 家庭及服务人员的培养教育：①培养耐心，并持之以恒，要有尊老怜病的基本心态；②服务人员宁缺毋滥，看护者素质低劣往往导致老年人精神抑郁、焦虑等，导致老年性痴呆病情加重；③让家庭成员及服务人员掌握一些常用、简单的康复方法及技术，每天指导患者按要求进行训练。