

很多人都有过头晕目眩的经历。“头晕,70%是耳鼻喉科的毛病,还有30%是与脑病科有关系。”南京市中医院脑病科主任中医师王敬卿说,很多人去看眩晕,往往不知道看什么科室。医院刚刚成立了眩晕多专业一体化诊疗平台,整合科室资源,让患者少跑腿。

通讯员 李珊 现代快报/ZAKER南京记者 刘峻



# 眩晕、头晕、晕厥,这是三种不同的病

## 市中医院眩晕多专业一体化诊疗平台成立

### 眩晕,闭上眼睛还感觉晕

王奶奶78岁,早晨起床天旋地转,闭上眼睛还觉得自己晕。她心想,在家躺几天就能缓解了。谁知道,过了3天,症状完全没有减轻。起床、躺下,每个瞬间都是煎熬。一天晚上,突然耳鸣不止,赶紧送往医院。王敬卿联

系了眩晕多专业一体化的团队,给王奶奶制订诊疗方案。治疗方案中,融入了针灸、耳压、汤药等中医治疗方案,一周后,王奶奶病情好转出院了。

专家告诉记者,王奶奶这是典型的眩晕疾病。

### 一图告诉你,这是不同的病

眩晕、头晕、晕厥,可是不同的病

#### 眩晕

在发作时感到自身或者周围环境物体旋转或摇动的一种主观感觉障碍,感到天旋地转或周围景物左右摆动、上下浮动,两眼紧闭,双手握床,唯恐从床上摔下来,伴恶心呕吐,严重时口吐苦水,腹痛腹泻,面色苍白出冷汗等。

#### 头晕

主要感觉是在行立坐卧等运动或视物之中间歇性地出现自身摇晃不稳的一种感觉。头昏表现为头昏沉沉和不清醒,不伴有视物旋转,多由全身性疾病或神经症等疾病所引起。感冒时,就可能有头昏的病症。头晕与眩晕是有区别的。眩晕是一种运动错觉或幻觉,以倾倒的感觉为主,或感到自身晃动、景物旋转,发作时,患者睁眼时感觉周围物体在旋转,闭眼后感觉自身在旋转,常伴有恶心、呕吐、出冷汗、心率过快、血压升高,甚至伴有便意频繁等。

#### 晕厥

为大脑一过性缺血、缺氧引起的短暂的意识丧失,突然摔倒,而后很快恢复清醒,对晕厥不可忽视,应及时救治。晕厥发生的最基本原因是暂时性脑供血不足,所以了解一些脑血流量的有关问题,对于进一步认识晕厥是有益的。

### 导致眩晕的疾病

- 1 内耳病变,即我们常说的眩晕症。此疾病反复发作会引起听力下降,还有伴眩晕的突发性耳聋、良性阵发性位置性眩晕(耳石症)、炎症、药物中毒、外伤、循环不良等,这些需要及时诊治。
- 2 听神经的损伤,如神经炎、带状疱疹、听骨骨折、听神经瘤等。
- 3 神经中枢的损伤,主要是慢性脑供血不足、脑出血、脑梗塞等。
- 4 视器官的病变,如眼肌麻痹、屈光异常等。
- 5 颈部的病变,例如,颈肌性、颈椎病、颈动脉窦综合征、颈后部交感神经综合征等。
- 6 心身性、高空性眩晕。
- 7 精神神经性,精神病、神经官能症等。
- 8 全身性的疾病,如高血压、低血压、直立性调节障碍、动脉硬化、糖尿病、高脂血症、贫血、植物神经紊乱、更年期综合征等。还有其他部位的病变,比如鼻部疾病、齿科疾病等均可导致眩晕。

### 中西医结合的平台优势

眩晕患者有时呕吐、耳鸣、行走或站立不稳等,前来就诊的时候因为症状比较急,常常辗转于急诊科、神经内科、骨科、五官科及心内科、消化科等。眩晕多专业一体化诊疗平台打破了以治疗手段分科的体制,联合多个专业专家,为病人提供一站式服务,简化就医流程。

眩晕多专业一体化诊疗平台,开展“眩晕之家”VIP半日门诊,及时识别及理清眩晕病因,并给予多专业的个性化防治方案。定期开展“眩晕之家”的沙龙诊疗,每次对10-15人进行系统规范的指导。

南京市中医院脑病科主任中医师王敬卿说,本期门诊在周四下午,有5个名额,以脑病科为主的群集多专业专家诊疗模式进行。沙龙的流程是:8:00医护人员就绪;8:05“眩晕系列讲座”开始(医疗和护理各讲解一个议题;宣讲后内容可滚动播放);9:05专业医护人员开始诊疗。诊疗结束后每位患者都可得到个性化诊疗方案和“眩晕之家”免费咨询回访等信息。

### 平常可以这么预防眩晕

南京市中医院神经内科主任中医师虞鹤鸣介绍,其实眩晕,中医有风、痰、虚、瘀的不同解读角度。我们也会根据不同的症型给予不同的调理解药。如“色、香、味”的特色介绍。

**色:**普洱配菊花和陈皮,组成三宝止晕茶。首先取菊花、陈皮、普洱各5克,用沸水冲泡饮用。橙、绿、黄搭配颜色好。

**香:**汉武帝药枕止眩晕。武帝东巡泰山下,见老翁背上有白光高数尺。汉武帝感到奇怪,询问了老人家之后,了解老翁是使用一种药枕,每天容光焕发。

**在家也可制作药枕:**夏枯草250g,野菊花250g,红花100g,薄荷200g,冬桑叶、辛夷各50克;把它们冲洗后晒干,挑去枝干;半个月晒一次,以防长虫;三个月换药;此外,如果睡眠不好,可以加入檀香末或合欢皮;如果头疼,可加入川芎;

**味:**气血亏虚型可饮用人参大枣茶。人参六片、红枣三枚,加水煎煮。阴虚阳亢的人可饮用石斛菊花茶。石斛三根、菊花六朵,按照这样的配比来饮用。

# 80岁老中医,一服膏药缓解痛风



从今天(3月13日)开始,80岁的老中医沙孝银开始在南京红花社区卫生服务中心坐诊。沙老有个绝活,一服自制膏药,能够缓解疼痛,特别是痛风患者。医院负责人告诉记者,沙医生在别的医院坐诊,一天至少要看60人以上,很多粉丝,都是颠簸两个多小时路程过来看病。南京秦淮区正在打造特色中医文化,基层公众能够在社区医院,享受到中医的便捷治疗。

现代快报/ZAKER南京记者 刘峻



老中医沙孝银坐诊 医院供图

### “粉丝”络绎不绝,膏药减轻了疼痛

郭师傅是沙孝银一个忠实粉丝,以前每周都要坐公交车一个小时,找沙老看病。郭师傅60岁,痛风却有着10年的历史了,每次痛风发作的时候,左手腕关节红肿、僵硬,手指不能弯曲,感觉有无数枚小针在刺着皮肤里层,疼痛难忍。郭师傅说,第一次来看门诊,也是没有办法的办法了,常用的秋水仙碱、消炎痛等痛风常用的镇痛、治疗药物,全都用过了,虽然也有一些效果,但总是反复发作。

“第一次来贴膏药的时候,几十分钟后,红肿就消散了,疼痛减少了,手腕能自由活动了。”郭师傅说,从去年1月到12月,总

共反复发作了6-7次,每次复发的位置不一样,有的是在膝关节,有的是在脚趾关节处。经过治疗后,一个明显的效果就是,一次比一次疼痛减轻。今年1月6日,又一次发作的时候,手腕关节微微有点肿,皮肤颜色正常了,只有轻微疼痛了。

### 中医膏药,有着独特的魅力

痛风是由于长期嘌呤代谢紊乱导致的疾病。临床上因病程长短不同,除有高尿酸血症外,可表现为慢性关节炎、痛风石、关节畸形、慢性间质性肾炎和尿酸性尿路结石等的表现。最典型的表现是足大脚趾关节夜间突然出现红肿热痛,如刀割般剧烈疼痛。痛风可谓“富贵病”之一,除

有遗传倾向外,不良的生活习惯是引发痛风的重要因素。尤其经常摄入高嘌呤饮食容易导致痛风的发生,通俗地说,“吃得太太多、太好”是得痛风的重要原因。

西医治疗一般以镇痛和抗炎药为主,中医认为痛风性关节炎属“痹证”范畴。病因病机多为湿浊瘀结,中医对痛风也有熏蒸、针灸等各种疗法。

沙孝银告诉记者,其实中医的外用膏药,也有独特的优势,比如不用服药,使用方便,甚至不需要其他治疗配合。最明显的优势,就是见效快,有的患者15分钟疼痛就能减轻,可以行走。

### 生活方式也要改变

沙孝银说,痛风是“重男轻

女”的疾病,约95%的痛风发生在男性,而且肥胖患者痛风发病率高。60%以上痛风的发病高峰年龄为40~55岁,但近年来痛风的发病越来越年轻化。究其原因与年轻人的不良生活方式有很大的关系,如摄入过多富含嘌呤的食物、缺乏运动、生活不规律等,尤其是这些不良的生活方式引起年轻人中肥胖人群的增多,而肥胖会引发多种代谢性疾病,包括高尿酸血症甚至痛风的发生。

除了药物治疗外,他提醒说,也要管住自己的嘴,避免过多食用含嘌呤高的食物,如动物内脏、海鲜、菠菜、豆类、香菇及肉汤等。同时需戒烟限酒,增加水果、蔬菜的摄入。

### 迈皋桥社区卫生服务中心实践教学基地 医校联姻 培养优秀卫生人才

快报讯(通讯员 姚磊 记者 任红娟)3月9日,江苏联合职业技术学院南京卫生分院第一家社区实践教学基地正式落户迈皋桥社区卫生服务中心。

江苏联合职业技术学院南京卫生分院是一所百年老校,每年为各级医疗机构培养和输送大量优秀的卫生人才。迈皋桥社区卫生服务中心重点服务对象是迈皋桥街道15万居民。以前学校培养的学生都是面向省市大医院,临床实践教学也一直以三级医院为主,但是随着国家卫生方针的调整,人民健康公共卫生得到越来越多的关注,随着新一轮医改的深化,明确了基层为重点,预防为主,中西医并重,人民健康共建共享的方向。

迈皋桥街道潘尚俊主任说:“街道负责基层医疗机构的基础和功能建设,但是服务能力和服务内涵的建设还需要和大医院、专业院校合作,齐抓共建,希望和专业学院的牵手能让前学生做到知行合一,也能拓展和提升基层医疗机构的服务。”

在街道领导及区卫计局领导的见证下,江苏联合职业技术学院南京卫生分院史献平校长和迈皋桥社区卫生服务中心吴强主任签署了“教学实践基地”协议书,并举行了揭牌仪式。希望学校和社区卫生服务中心的牵手,在学生人才培养和社区服务能力的提升上开辟出一条阳光大道,越走越好。