

80后“老中医”，巧用经方治疑难杂症



6月6日上午，南京市大光路社区卫生服务中心的体检中心人头攒动，副主任中医师孙康正在检查室帮忙。“孙医生你今天坐诊啊？”体检间隙，不少老患者见到孙康，都想找他看看。虽然今天并不是门诊日，但面对着着急的老人，孙康稍有空闲时，也是有问必答。现代快报记者了解到，这名中医师年纪并不大，是一名80后，粉丝却不少，他出生于三代中医世家，深受熏陶，用经方解决了许多患者的疑难杂症，因此也常被称上一句“老中医”。

现代快报+记者 梅书华 文/摄



孙康(右)为患者耐心解读检查报告

慢性腹泻二十年，七服中药改善症状

拉肚子这件事，不仅会导致腹痛，那种“说来就来”的感觉更是令人抓狂。58岁的陈女士(化姓)慢性腹泻近二十年，只要一受凉，或者吃了生冷刺激的食物，就会频发拉肚子，严重时，一天要跑5、6趟厕所。她为此跑了多家医院，诊断结果显示为肠易激综合征，但治疗效果一直不太理想。

“我退休好几年了，因为这个毛病，都不敢出去旅游。”陈女士常常羡慕身边的姐妹能够游山玩水，但自己出门后，常常因为环境和饮食的改变而引发腹泻，景区打卡变成厕所打卡。去年，她经朋友推荐，找到了孙康，准备试一试中医疗法。经过问诊，她带着七服药回了家。

半年后，陈女士再次来到中心，却不是看病，而是送来了一面锦旗。原来，陈女士在服用了七服药之后，发现自己腹泻的频率有所降低，半年来，她陆续尝试了一些以往不敢吃的食物，肠道“坚强”了许多。孙康介绍，中医认为肝郁脾虚是肠易激综合征发病的重要病机，多用疏肝解郁、健脾行气药，再根据患者其他症状具体辨证处方，

便能有所见效。

心慌胸闷查出房颤，经方助“心安”

近年来，王先生偶尔会出现心慌胸闷的情况，但心电图检查并没有发现问题。最近，心慌的感觉又一次找上了他，同时伴有气短，他有些紧张，便做了24小时动态心电图，终于抓住了凶手——房颤。原来，王先生房颤的发作呈阵发性，过会儿又会自行恢复，所以做普通检测时，如果刚好赶上发病结束，便无法测出。

孙康介绍，房颤即心房颤动，是临床常见的心律失常，但并不是小事。房颤患者的心跳频率往往快而且不规则，房颤时由于心房丧失收缩功能，血液易在心房内淤滞而形成血栓，如果血栓脱落则可随着血液至全身各处，从而导致栓塞，也就大家常说的中风。

“从中医上来说，房颤归属于‘心悸’。”孙康告诉记者，实际上，关于这一疾病，两千多年前的中医古文便有所记载，历代医家不断完善补充，留下许多疗效确切的经典名方。孙康以经典名方为基础，针对王先生的症状增减药物，开出了药方。治疗两个月以来，王先生的

心慌暂未复发。

“十问”开方，中医三世经验传承

许多人觉得中医就是把脉、看舌苔，实际上，中医诊疗讲究“望闻问切”，其中的“问诊”不可忽视。古人将问诊的经验总结为《十问歌》，即一问寒热二问汗，三问头身四问便。五问饮食六问胸腹，七聋八渴俱当辨。九问旧病十问因，再兼服药参机变。孙康将“十问”贯彻到日常诊疗中，以此获得更真实的病情。

“中医有个理念，叫异病同治，同病异治。不同的病为什么用药一样，同样的病治疗方式却完全不同，这是因为个体有差异，问诊，便能问出一个人的寒热虚实。”孙康介绍。从医11年以来，他总结出了自己的问诊方式，从患者的胃口，到睡眠质量、大便性状，还有月经状况等，都要问个通透，在了解患者体质后再开方。

孙康告诉记者，他家三代人都是中医，一直钻研经典名方，相互交流。除了消化系统、呼吸系统等常见疾病，他也擅长解决疑难杂症。每周一、三、五，他的门诊上常常排着队，有住在周边的老患者来调理身体，也有外地的患者慕名前来。

南京市中医院 推出青少年脊柱侧弯专病门诊

近日，记者从南京市中医院获悉，该院推出了青少年脊柱侧弯专病门诊和运动处方门诊，由南京市名中医杭柏亚主任中医师、运动处方师孙舒雅副主任医师坐诊，通过中西医结合、体卫融合的诊疗方法为孩子及家长们排忧解难。

通讯员 莫禹凡 张明 现代快报+记者 刘峻

脊柱也被称为人体的健康支柱，也被称为人的“第二生命线”。根据中华预防医学会脊柱疾病预防与控制委员会流调数据，结合权威杂志、国内专家共识，预计目前我国中小学生发生脊柱侧弯人数已经超过500万，并且还在以每年30万左右的速度递增。脊柱侧弯，已成为严重影响我国儿童和青少年健康的疾病。

脊柱侧弯是指脊柱的一个或多个节段向侧方弯曲并伴有椎体旋转的三维脊柱畸形。脊柱侧弯通常在横断位上伴有脊柱的旋转，矢状面上伴有后凸或前凸的增加或减少，它是一种症状，可由多种疾病引起。脊柱侧弯因早期无明显症状，不易被察觉，但病情可在青少年生长突增期内迅速恶化，不仅会导致脊柱畸形，还会产生高低肩、漏斗胸、剃刀背、躯干偏移、腰线不对称、骨盆倾斜、长短腿、扁平足等外观畸形，严重者还会使心肺功能受损，最终导致呼吸衰竭，危及生命。

因此，从发病年龄和预防角度来说，近年来学界提出了“早发性脊柱侧弯”概念，即0—10岁年龄段少儿的脊柱侧弯，了解它的

成因和分型对于治疗有很大意义。如果混淆病因，经过手术矫形，外观虽然变直了，手术区域融合成一体了，但是孩子的前方还在发育，是不平衡的，就会再次诱发畸形。所以对于0—10岁未发育成熟的孩子来说，要重视青少年脊柱侧弯的早期筛查。

2021年9月，教育部、国家发展改革委、财政部、国家卫生健康委与市场监管总局等五部门联合发布《关于全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作的意见》，将脊柱健康检查纳入中小学生学习体检项目。2022年5月26日印发的《省体育局关于体系化建设运动促进健康机构试点工作的通知》，要求各试点单位大力开展青少年脊柱健康项目。

南京市中医院作为南京市体育医院，密切关注“青少年脊柱健康”，将中小学脊柱侧弯宣教、筛查、治疗作为体卫融合的重要内容，在南京市体育局、秦淮区教育局的支持和关注下，将民生实事做到实处。在预防方面，南京市中医院(南京市体育医院)已启动秦淮区中小学脊柱侧弯宣教和早期筛查活动，活动得到了师生的欢迎和认可。

南京泰康仙林鼓楼医院 开设中西医结合肺病专病门诊

呼吸系统疾病是临床常见疾病，主要累及鼻腔、咽、喉、气管、支气管和肺。常见临床症状有咳嗽、咳痰，胸闷气短，严重者可出现呼吸困难，呼吸衰竭甚至生命危险。近日，南京泰康仙林鼓楼医院开设中西医结合肺病专病门诊，患者挂一次号，便可获得中医与西医的联合诊疗方案以及膳食调养建议。

通讯员 唐晓 现代快报+记者 刘峻

中医对呼吸系统疾病的研究历史悠久，医圣张仲景所著《伤寒杂病论》就有近一半内容讲述呼吸系统疾病的病症和处置方法，后世学者更在前人的基础上不断发展创新，积累了很多独到的见解和丰富的经验。

在2019年国家中医药管理局发布的95个中医优势病种的中，就包括支气管炎、毛细支气管炎、肺炎、支原体肺炎、支气管扩张症、小儿急性扁桃体炎，以及在肺系疾病缓解期出现的多汗症、失眠、神经性尿频、植物神经功能紊乱以及化疗后贫血、白细胞、血小板减少等问题。

呼吸系统疾病，中医常用的治疗方法分为内治法和外治法。内治法以中草药为主，中成药、膏方为辅，根据患者不同的体质，不同的病情进行辨证论治，个体化治疗。外治法包括了针刺、艾灸、穴位贴敷、中药熏蒸、拔罐疗法、穴位注射、穴位埋线、沐足疗法、砭石疗法、中药离子导入等，配合肺康复锻炼及饮食调养。

而随着科技的发展，现代诊断学也有了长足进步。血常规、

痰培养、胸部X光片CT、支气管镜、碘油造影、病理活检、同位素检查及肺功能检测等检测手段不断成熟，现代医学对于呼吸系统疾病的诊断有了更多的检测方法和评估手段，对于指导用药提供了更为详细的数据。在治疗方面，随着药物的不断迭代，对于很多的呼吸系统疾病有了更多的解决方法。

泰康仙林鼓楼医院呼吸内科集医疗、教学、科研于一体的专科，对于肺部感染性疾病、气道阻塞性疾病、肺部肿瘤疾病、肺循环疾病、弥漫性的肺部疾病、胸膜疾病、呼吸系统危重症的诊治有丰富的经验，可开展肺功能、FENO、内镜下三、四级手术等多项技术。

为了汇集中西医治疗肺病优势，泰康仙林鼓楼医院结合呼吸科、中医科优质医疗资源，针对支气管炎、肺炎、哮喘、慢性阻塞性肺疾病、肺心病、肺结核以及肺部肿瘤等呼吸系统疾病，在门诊一楼开设了中西医结合肺病专病门诊，帮助患者更全面地诊疗。患者可以通过线上预约和现场挂号的方式就诊。

检查时，身体不好能少抽点血吗？

提到抽血，很多人都觉得基础又常见，但其中小细节，常常被大家忽略，导致结果不准、白跑一趟、反复抽血。抽血前究竟要不要空腹呢？身体状况不好能不能少抽点血？……针对大家这些常常会有疑问，近日，现代快报记者采访了南京市第二医院检验检测中心技师章维维。

通讯员 朱诺 现代快报+记者 任红娟

问题1：医生，抽血前我要不要空腹啊？

要不要空腹——关于空腹抽血的问题，可以在开检查单时咨询下医生，因为并不是所有的项目都需要空腹，如果不确定的情况下最好是空腹。

正常情况下空腹抽血会在上午完成，最佳时间是在早上7点半—8点半，最迟不宜超过10点。空腹到下午一般不建议抽血检验，因为空腹太久了可能会影响检测结果的准确性，所以不建议下午进行空腹抽血。

空腹时间不是越长越好，大约8~12小时。如果空腹时间很长，体内的激素会发生变化，也会对抽血结果造成一定影响。如果一早来抽血的话，最好晚上9点后就不要吃东西了。但也不能不吃晚餐，保持正常的饮食习惯即可，不要太油腻。吃得油腻，血就会变色(脂血)，非常影响检测结果。

能不能喝水——我们说抽血前可以少量地喝一点点水，但其他检查项目，比如胃肠镜检查、腹部B超(肝胆胰脾)等，是严格禁食禁水的。因此不能以偏概全，不确定的内容一定要问清楚，以免白跑一趟。

问题2：医生，我有糖尿病、高血压是不是连药都不能吃啊？

长期服用的药是可以吃的，比如降压药、降糖药、抗凝药等，用少量的白开水送服，真的只能喝一点点，牛奶咖啡都不行，只能是白开水。

问题3：医生，我本身就身体不好能不能少抽点血啊？

不要怕，那一点点血不会影响到身体状况。正常人的血量大概在

4000ml—5000ml，每次抽血每管基本在2ml—3ml，对身体影响非常小。

问题4：医生，为什么我每次抽血都会淤青啊？

因为抽完血没有正确按压，就会出现“青紫”。一般情况下抽完血应该2~3指按压持续3~5分钟，同时放松上捋的衣袖，以帮助止血。切勿揉搓穿刺部位，也不能因为皮肤表层看似未出血，就停止按压，这些举措都会使血液渗至皮下造成淤青。

如已发生淤青，可以局部热毛巾每晚热敷，慢慢就会消散，如果出现了疼痛可以适量地服用一些活血化瘀的药物。此外，中老年人或凝血功能异常的人，应延长按压时间。

问题5：医生，为什么我的血是黑色的，电视里都是红色的，我是不是血有问题啊？

其实这是正常的，抽血抽的是静脉血，含氧量低，只是看起来是黑色，加水稀释以后就是红色啦，而电视里的血都是动脉血，含氧量高，压力也高，所以你们看到的镜头就是鲜红色的了。