



**中醫藥為愛滋病患者提供新選擇**  
**四年八百例症狀改善有效率近八成**

12月8日，在全國中醫藥治療愛滋病工作會議上，國家衛生計生委副主任、國家中醫藥管理局局長王國強介紹，中醫藥治療為不適合、尤其是不能耐受抗病毒治療的愛滋病患者提供了新的選擇，中醫藥治療可以降低染艾者機會性感染發病率，增強和穩定機體免疫功能。

王國強指出，中醫藥治療愛滋病的臨床救治體系、人才隊伍體系、臨床科研體系、技術標準體系、組織管理體系進一步健全，中醫藥治療愛滋病試點項目的救治規模不斷擴大，已有2.6萬名愛滋病病毒感染者和病人接受了中醫藥免費治療。

會議提供的一組數據表明\*，中醫藥近年在治療愛滋病方面廣泛開展臨床研發協作，研究發現中醫藥治療愛滋病具有四大優勢：

第一，中醫藥可以延緩愛滋病病毒感染者進入發病期。國家「十一五」科技重大專項對1200例病毒感染者採用中醫治療的研究結果顯示，接受中醫藥治療與未接受中醫藥治療相比，中醫組發病期延緩4年，發病率降低7.6%。

第二，中醫藥可以降低病死率。經過對448例愛滋病病人8年死亡率的影響研究結果顯示，中醫治療組比自然對照組8年病死率下降11.5%。

第三，中醫藥可以增強和穩定機體免疫功能，從而降低患者機會性感染發病率。

第四，中醫藥改善症狀體徵。接受治療4年以上的802例患者的症狀體徵改善有效率達78.1%。

(\*中醫藥近年在治療愛滋病方面廣泛開展臨床研發協作，在「973」計劃、國家科技支撐計劃、傳染病防治重大科技專項、國家自然科學基金等專項研究。)

## 八段錦進內地校園

八段錦動作簡單，動靜結合，能夠柔筋健骨、養氣壯力，不僅有助強身健體，還可以幫助學生養成靜心習慣，提高學習效率，受到校園師生歡迎。

圖為浙江金華一間中學利用體育課時間，教授學生練習八段錦。

八段錦，是一種優秀的中國傳統保健氣功。八段錦健身氣功形成於12世紀，後在歷代流傳中形成許多練法和風格各具特色的流派，它動作簡單易行，功效顯著。古人把這套動作比喻為「錦」，意為動作舒展優美，如錦綵般優美、柔順，又因為功法共為八段，每段一個動作，故名為「八段錦」。整套動作柔和連綿，滑利流暢；有鬆有緊，動靜相兼；氣機流暢，骨正筋柔。

八段錦和五禽戲、太極拳等，都是中國民間廣為流傳的健身方法。1982年6月28日，中國衛生部、教育部和當時的國家體育委員會發出通知，把八段錦等中國傳統健身法作為在醫學類大學中推廣的「保健體育課」的內容之一。2003年中國國家體育總局把重新編排後的八段錦等健身法作為「健身氣功」的內容向全國推廣。



## 糖尿病足

### 試試中藥足浴

**糖**尿病患者若足部出現麻木刺痛、遇冷疼痛加重的症狀，在醫院被確診為糖尿病足。中醫建議採取中藥泡腳方法治療，效果十分顯著。

糖尿病足表現為皮膚乾燥，彈性差，皮色變暗，肢體麻木，感覺差，逐漸出現刺痛，長時間行走後腿痛，逐漸發展到休息也痛，動脈搏動減弱或消失，嚴重的引起皮膚潰爛，感染化膿，甚至壞死，當出現抬高下肢時足部皮膚蒼白，下肢下垂時呈紫紅色，足部發涼，足背動脈搏動減弱等早期症狀時，應及時治療及預防。

據河南省中醫院內分泌科季聚良博士介紹，中藥足浴屬於傳統療法的外治法之一，具有擴張局部血管、改善血液黏稠度、緩解肌肉痙攣等作用。中藥足浴是在糖尿病飲食、藥物、運動等治療的基礎上的一種糖尿病足治療方法。通過中藥煎劑浸泡足部及下肢，使足部及下肢的皮膚在磁場作用下通透性增加，同時通過溫水薰洗刺激下肢及足部的多個穴位及經絡，以調整人體氣血陰陽平衡，達到治療疾病，養身保健的目的。臨床研究發現，糖尿病患者若經常進行中藥足浴，不僅能有效地防治糖尿病足，還可預防其他糖尿病併發症。同時，要注意水溫不要過高。

方藥用艾葉20克，蘇木10克，生甘草10克，紅花10克，沒藥10克，草烏（製）10克，川芎10克，透骨草30克，伸筋草15克，將上藥水煎熬汁，適當溫度時泡洗雙足，每日1次，每次1劑，此方有溫經通絡、活血止痛作用。



中藥保健 DIY

# 涼血止血防治內痔

## 槐花米煲豬大腸

提供：李醫師選用自民間驗方

主治：大便下血，或便中帶血，有助預防內痔出血。

**驗例：**病患大便出血，時愈時發，纏綿多月，前來求診。診其脈肝腎兩候皆沉濡而弱，舌絳無苔，臉色萎黃，雖無他症，已屬陰虧已極。由於大便經常失血，正接受西藥補針注射，因此囑其食用此湯以治療便血。10天以後，便血漸少痊愈。

**按語：**槐花米，是豆科植物槐樹的花蕾內種子。性味苦、微寒，入肺、大腸經，有涼血止血功效，多用於便血、血痢、痔血、崩漏、咯血等症。《大明本草》：「治五痔，心痛，眼赤，殺腹臍蟲及皮膚風熱，腸風瀉血，赤白痢，並炒研服」；又據《本草綱目》說：「炒香頻嚼，治失音及喉癆。又療吐血，崩中漏下」；根據現代藥理，槐花所含芸香甙是具有增強毛細血管抵抗力的維他命，可改善血管壁的脆弱性，對高血壓患者，有防止腦血管破裂的功效。豬大腸性味甘、微寒、無毒。入大腸經。功能治便血，血痢、痔瘡、脫肛等症。《本草綱目》說：「潤腸治燥，調血肅臟毒」。《奇效良方》：「治療瘻下血。豬腸一條，洗淨，晾乾。槐花炒，為末，填入腸內，兩頭紮定，米醋煮爛，搗和，丸如梧桐子大。每服五十九。食前當歸酒下」。綜合古今論據，加上民間驗驗，槐花米煲豬大腸湯治療大便下血及預防內痔出血，確實有效。李醫師指出如果治效不著，大多由於相沿只用槐花米30g，功力似嫌不足。故分量方面須用至45g，持續飲用方能見效。



材料	槐花米45g，豬大腸1條（約350g）
製法	先將豬大腸內反，漂洗潔淨，略用粗鹽輕擦內壁以關去糞穢味。連同槐花米放入瓦湯煲裡。注入約3000ml清水，文火煲2~3h，約煲為600ml湯液，加鹽調味，候用。
食法	每日飲湯2次，每次飲約300ml。腸肉可吃可吃。以5日為1療程。

## 豬大腸

豬腸是用於輸送和消化食物的，有很強的韌性，還有適量的脂肪。根據豬腸的功能可分為大腸、小腸和腸頭，它們的脂肪含量是不同的，小腸最瘦，腸頭最肥。

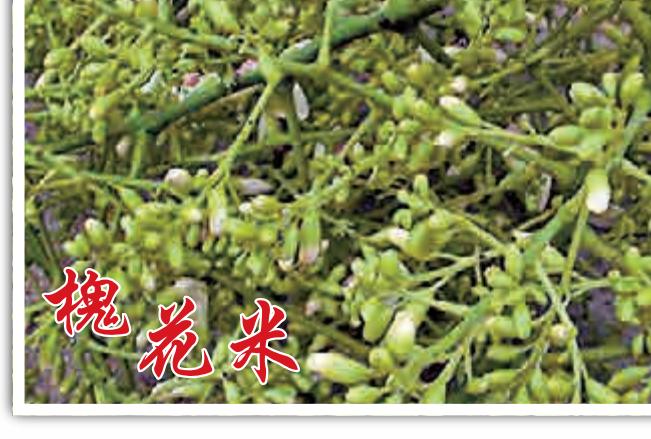
豬大腸性寒，味甘；有潤腸，去下焦風熱，止小便數的作用。豬大腸有潤腸治燥、補虛、止渴止血的功效，也是中醫上治療便血、痔瘡、脫肛等人體大腸疾病的常用之物。用豬大腸治療大腸病變，有潤腸治燥，調血肅臟毒的作用，古代醫家常用於痔瘡、大便出血或血痢。

如《仁齋直指方》和《奇效良方》中的豬臟丸，《本草蒙筌》中的連殼丸等，皆是用於治療直腸病變的名方，其中均用到豬大腸與黃連、枳殼和糯米做成丸藥服用。

將豬大腸與槐花一起治療痔瘡，並非沒有依據。《癥治準繩》中有治療痔瘡下血的方子，就是以槐花和豬大腸製成。再加上蜜棗和豬瘦肉的滋陰潤燥、益氣生津作用，能起到清熱毒、通便祕、止便血、療痔瘡的良好功效，對於痔瘡患者是合適的。

### 食用豬大腸適合的人群：

大腸病變，如痔瘡、便血、脫肛



槐米為豆科植物槐的花蕾，槐米別名白槐、槐花、槐米、槐籽。

功效涼血止血，清肝瀉火，有降低血壓、預防中風、涼血止血、抗炎作用，花（槐花）涼血止血；果實（槐角）清熱瀉火。

槐米性微寒，味苦。用於便血、痔血、血痢、崩漏、吐血、衄血、肝熱目赤、頭痛眩暈。

槐花能治療痔瘡，是因為它本身所具有的清熱瀉火、涼血止血的作用，尤其擅長治療身體下部出血。而這些作用，古代醫書上早有記載「槐花涼大腸，治療漏」。清代的《本草易讀》言其，能「治五種痔瘡，解一切血癥。」

槐米用於出血屬於血熱的病症，可配合地榆治療下部出血如便血、尿血、痔血，配合仙鶴草、白茅根治療上部出血如咯血、衄血等。

槐米能降低血壓，預防中風：槐花所含的芸香甙（蘆丁）是具有增強毛細血管抵抗力的維生素，可增強血管壁彈性，提高毛細血管的韌性，對高血壓患者有防止腦血管破裂的功效，可預防中風；槐米有抗炎作用：大鼠實驗發炎過程有明顯的抑制作用。

槐米煎劑浸泡足部及下肢，使足部及下肢的皮膚在磁場作用下通透性增加，同時通過溫水薰洗刺激下肢及足部的多個穴位及經絡，以調整人體氣血陰陽平衡，達到治療疾病，養身保健的目的。

爲了探索中醫藥防治愛滋病的有效途徑，2004年，中國國家中醫藥管理局、原衛生部和財政部在中國五省聯合實施中醫藥治療愛滋病試點項目，由中央財政安排專項資金，為愛滋病感染者和病人提供免費中醫藥治療。

作爲愛滋病「重災區」，河南省在2004年成爲首批中醫藥治療愛滋病試點項目省份之一。

日前，記者在跟隨中國國家中醫藥管理局到河南實地調研該項目進展情況時，見到了一群人在河南開封尉氏縣朱村的村口修建新房。

「我怎麼都想不到，得愛滋病十多年了現在還能站起來，還能打零工掙錢。」在這處工地上負責「打灰」的李國（化名）欣喜地告訴記者。他的衣服上有不少泥點，但臉上卻滿是笑容。

13年前，李國因賣血感染了愛滋病。當時這位33歲的男人已經給自己準備好了棺材。「連站都站不起來，只能在地上爬，整天就是躺着等死。」他說。

李國的「重生」得益於中醫藥治療愛滋病試點項目。在中醫醫生的精心救治下，他不但活了下來，還恢復了勞動能力。「現在打零工一天能掙個百八十，我還想掙錢給兒子娶媳婦哩！」李國笑着說。

方藥用艾葉20克，蘇木10克，生甘草10克，紅花10克，沒藥10克，草烏（製）10克，川芎10克，透骨草30克，伸筋草15克，將上藥水煎熬汁，適當溫度時泡洗雙足，每日1次，每次1劑，此方有溫經通絡、活血止痛作用。

和李國一樣，自2004年這一項目啓動以來，越來越多的愛滋病人由曾經的飽受病痛折磨、喪失生活自理能力，經過中醫藥治療後恢復了勞動能力，生活品質也顯著提升。

來自中國國家中醫藥管理局的統計數據顯示，目前，全國試點省（區、市）已由最初的5個增至19個，年度中央財政投入增加到8226萬元，累計投入約5.3億元。截至2014年9月30日，已有26276名愛滋病患者和感染者接受了中醫藥免費治療。

「項目實施10年來，參與治療的病人總體年病死率呈逐年下降趨勢，CD4+T淋巴細胞（人體免疫細胞）水準平穩並逐漸升高，病毒載量水準逐漸降低，年病死率逐年降低。同時，感冒、發熱、腹瀉、黏膜潰瘍等機會性感染的發生頻率明顯減低。」河南中醫藥治療愛滋病試點項目辦公室負責人徐立然

說，有的病人從骨瘦如柴到恢復圓潤，吃不下飯的胃口好了，還有的逐步恢復了勞動能力。

據統計，目前，河南愛滋病病死率從9.23%下降到3.39%，低於國際水準。

河南省中醫學院第一附院消化內科主任醫師冀愛英告訴記者：「中醫藥治艾理念不是把病毒殺死，而是對病毒進行抑制，改善病人的生活品質，讓病人帶病延年。」

河南省中醫藥學會會長夏祖昌指出，相較於西醫藥療法，中醫藥治療愛滋病具有明顯的經濟優勢。單純接受中醫藥治療的愛滋病患者，藥費每人每天低於10元。

如今，除了益愛康膠囊之外，柴藿達元顆粒、解表清裡合劑等一批河南試點項目中藥製劑已經應用於臨牀；清肺培元顆粒等中藥新藥正在研發當中。「我們希望這些製劑能夠『走』出河南省、惠及更多愛滋病人，爲全國乃至全世界的病患減輕痛苦。」夏祖昌說。

新華社記者 王思北

## 潘基文呼籲2030年結束愛滋病流行

新華社聯合國電：聯合國秘書長潘基文1日就世界愛滋病日發表致辭，呼籲各國領導人為防治愛滋病團結起來，以實現在2030年結束愛滋病流行。

潘基文說，目前全球有近1400萬人在接受愛滋病治療。自2001年來，愛滋病的新感染率降低了38%。通過提供必要的抗逆轉錄病毒藥物，有116萬新生兒免受愛滋病毒感染。我們有望在2015年為1500萬人提供抗逆轉錄病毒藥物治療，並在其後幾年內消除病毒的母嬰傳播。

他說，這些進展仍然不夠。目前，全球有3500萬愛滋病病毒攜帶者，其中大約1900萬人不

知道自己攜帶病毒，針對關鍵群體採取的措施仍然嚴重不足，三分之二需要治療的兒童得不到醫治。在愛滋病流行率高的國家中，青年婦女尤其容易被感染。由於感染者遭受羞辱、歧視和法律上的懲罰，愛滋病疫情在東歐、中亞和中東日趨嚴重。

上月，聯合國愛滋病規劃署明確提出到2030年結束愛滋病流行的「快速通道」目標。設定到2020年實現「90-90-90」目標，具體為90%的愛滋病病毒攜帶者自身知情，90%知情的攜帶者獲得治療及90%接受治療的人體內病毒受到抑制。而到2030年，各項具體目標的完成比例將提高至95%。

文摘