

国庆期间,郭林哪儿也没去,在家“宅”了几天,原因是3号早上一觉醒来,发现喉咙发毛,很痛,估摸是感冒的前兆,自己去药店买了感冒药和消炎药。吃了两天后,喉咙痛的症状缓解了。以为好了,可一停药,没两天工夫,喉咙又痛起来了。

“像她这样的病人,近段时间在临床上有很多,大部分人一开始,都把它当成感冒治,自己在家吃感冒药消炎药。其实,大多数人的喉咙痛,主要是由近段时间天气干燥引起的,空气中含水量较低,尤其容易诱发咽喉痛。”郑州市中心医院急诊科医生杨宁说。

## 喉咙痛不一定是感冒了

### 医生说:多数人是喉咙发炎不要急着吃感冒药

#### 喉咙痛不一定就是感冒

据了解,感冒有时确实会引起咽喉痛,但咽喉痛不一定就得了感冒。如何区分自己的喉咙痛是天气干燥引起的喉咙发炎,还是感冒引起的呢?

看疼痛的厉害程度。干燥引起的喉咙痛比感冒引起的要轻得多,往往只在睡觉醒来的时候痛,一转移注意力,疼痛就不那么明显了。

看喉咙是否充血。拿个手电筒对着镜子照照,看看喉咙红不红,是否充血。如果不红,或者只一点点红,应

该是干燥引起的。

有没有痰。干燥引起的喉咙痛,和感冒一样,都会咳嗽,但它是干咳没有痰,只有少数人会咳痰,咳出来是白色的,而不是黄色的痰。

此外,秋季,像这段时间的感冒,很多是由病毒引起的,大部分患者会出现发烧,伴有流鼻涕、打喷嚏、身体乏力等症状,如果只是喉咙痛,基本可排除是感冒。

#### 喉咙痛别急着吃消炎药

俗话说“咽喉皆虚火”,从中医的角度讲,大多数的喉咙痛与上火有关,尤其是在秋天这个干燥的季节,郑州市第二中医院专家秦冀提醒,此时不要马上就吃消炎药,特别是西药类的抗生素。“那些没有发烧、喉咙不红、不肿,平时身体素质较好的人,就没必要吃消炎药。”他建议,“实在要吃药,也应在医生指导下服药。”

同时,有专家推荐大家在这个季节可以泡点罗汉果茶喝。“罗汉果具有清热润肺、止咳、利咽等功效。买来后,敲碎,每次适量,像泡茶一样,泡罗汉果茶时,还可以加一些金银花、胖大海,增加疗效。”但糖尿病患者不宜喝罗汉果茶,因为罗汉果偏甜;还有脾胃虚寒的人,也要少喝罗汉果茶,切忌在空腹时候喝。

#### 频繁清嗓不利咽喉健康

这两天除了喉咙痛的病人增多外,一些老慢性咽喉炎患者,此时喉咙不适,老觉得喉咙里有异物,于是开始频繁地清嗓子。

“人体的咽喉处有一层黏膜,是用来对抗细菌、病毒,保护咽喉的,这层黏膜就像唾液一样。当你在清嗓子的時候,这个黏膜也随之被咳掉,虽然还会再分泌,但如果

你频繁地清嗓子,黏膜对咽喉的屏障功能就会减弱,反而更易诱发咽喉炎,甚至加重咽喉炎。”耳鼻喉专家建议,当你不自觉地清嗓子的時候,不妨马上用喝水代替,水有润喉的作用,可以暂时缓解喉咙口的不适感。如果身边没有水,可做重复吞咽的动作,达到清嗓子的目的。

记者 董亚飞 蒋晓蕾



#### 一证一方 一型一药

### 解决高血压个性化诊疗难题

采访中,记者了解到近几年,该院先后获得“省级文明单位”、“五好基层党组织”、“创先争优先进基层党组织”、“健康中原先锋岗”等荣誉称号。更可喜的是,该院自去年中医心病学成为国家中医药管理局重点学科建设项目后,今年心血管病、肝胆脾胃病、肿瘤等三个优势专科同时入选国家中医药管理局“十二五”重点专科,心血管科又被卫生部确定为国家级临床重点专科(中医专业)建设设备选项目,高血压通过验收成为国家中医药管理局重点专病。今年8月,该院附属医院顺利通过国家三级甲等中医医院评审。

作为河南省高血压病医院,河南省中医药研究院凭借雄厚的专家资

源、先进的医疗设备及以人为本的服务理念,在高血压及其相关疾病的研究方面,历经30年的临床研究,充分发挥中医药特色优势,在国内首创了“高血压中西医结合辨证分型个性化诊疗方案”,创造性地解决了高血压的个性化诊疗难题,真正做到“一证一方、一型一药”的个性化原则,形成了完善的治疗体系和配套的系列药物,深受广大高血压患者的青睐。

去年,国家高血压中医重点专科临床协作项目在河南省正式启动,标志着以河南省中医药研究院为“龙头”,我省17家市、县中医院为成员单位的国家高血压中医重点专科临床协作医院网络正式形成,将高血压防治关口“前移”。

河南省中医药研究院附属医院、河南省高血压病医院隶属于河南省中医药研究院。河南省中医药研究院创建于1959年,是一所应用现代科技手段和传统中医药理论进行中医、中药研究及中西医结合防治疾病的科研、医疗机构。

多年来,该院坚持以科研为主体、医疗工医为两翼的发展格局,在科研医疗方面均取得了快速发展。尤其在高血压病、心脑血管病、消化系统疾病、肿瘤血液病、呼吸病、肾病、内分泌、颈肩腰腿痛等疾病的治疗上具有独特优势。

## 河南省中医药研究院附属医院、河南省高血压病医院

# 中西医结合治顽固性高血压

## 标本兼治获好评

#### 辨证分型 指导用药

### 降压效果明显还降低副作用

现代医学研究证明:高血压病是一种多因素、多态性疾病,个体特征性强,每个病人的情况都不相同。首先是性格、年龄、身高、体重、嗜好、家族史有差异,其次是职业、体质特点、家庭环境、饮食习惯、地域或季节气候也不同,同时临床症状、并发症、伴发症和对药物的敏感度及反应性也不一致。因此,用千篇一律的公式化的诊断方法来指导用药不能明显地提高降压效果,甚至产生相应副作用。为此,该中心详细采集每一个病人的上述诸多因素并进行数学处理,通过电脑软件与决定血压高低的血流动力学定量指标有机结合,对每个病人进行辨证分型。在辨证分型诊断仪分型结果的指导下,运用中心研制的降压系列药物,一证一方、一型一药对症干预,明显提高降

压效果和血压达标率,降低了降压药物的副作用,并对高血压病合并心、脑、肾等疾病有较好的防治作用,显著提高了患者生存质量,充分体现了中医辨证分型个体化优势。

10余年来,该院运用该系统辨证分型指导服用中心研制的降压系列药物,对10万余例确诊高血压患者进行干预,取得了显著效果,达到国内领先水平。

近年来,该院医护人员在原辨证施治的基础上,针对顽固性、疑难性高血压病因和病机,采用中西医结合(药物+穴位埋线、穴贴、药浴等)方法对付顽固性高血压,取得了不错效果。

记者 董亚飞 李鹏云 通讯员 郑宏/文  
通讯员 孙维莹/图

#### ●医学名词

**顽固性高血压:**是指病人用药坚持足够时间(6个月~1年),3种降压药(至少包括一种利尿剂)联合应用接近最大剂量后,血压仍然不能达标。