

滴耳液你会用吗?

文/图 羊城晚报记者 陈辉 通讯员 张秋霞

制图/蔡红

孩子耳屎太多、太硬,或是得了中耳炎,都少不了要用到滴耳液。可许多家长拿着从医院开的滴耳液回家,却不知道该如何用。比如孩子感觉耳朵里都是水该怎么办?头一歪滴耳液就流出来是怎么回事?广州中医药大学第一附属医院药学部张俊红主管药师进行了解答。

张俊红主管药师以常用的滴耳液碳酸氢钠滴耳液为例,这种滴耳液是耵聍(俗称:耳屎)的软化剂,常用于治疗外耳道耵聍栓塞。每天要滴多次(3-4次),每次2-3滴,欲取耵聍前需连续滴2-3次。

滴药时,一般取侧卧于床上,也可坐位时头偏向一侧,患耳的外耳道口朝上。外耳道有一定的倾斜度,滴药前向后上方牵拉耳廓,再滴入药液并保持原位5-10分钟,并用手指轻轻按压耳屏3-5次,使药液在耳内充分起作用。对于外耳

道耵聍栓塞尽可能多量、多次滴入耳内,以达到尽可能软化耵聍的目的。如需加滴对侧,片刻后再依照上法滴入。

专家表示,在使用的滴耳液时候,这些细节别忽视。

1. 在使用滴耳剂前要清洁双手,预防感染。
2. 滴管头不要碰到外耳道壁,以免滴管被细菌污染。
3. 滴药前,把药瓶握在手中数分钟,使药液温度接近体温,以免药液温度过低,打破内外的温度平衡,内耳前庭器官受到冷刺激后引起眩晕、恶心、呕吐。

4. 外耳道有炎症时,不宜使用。

5. 滴耳剂开封后一般不超过15天,凡过期的滴耳剂应弃之不用。
6. 不可长期擅自依靠滴耳剂改善耳部症状,应去医院专科就诊,以免耽误病情。



女性健康 大咖说

中医外治法历史悠久,其简便实用、疗效奇特受到中外医学界的普遍关注。如今乳腺癌的治疗虽已经步入基因、分子分型的诊疗阶段,但中医外治法依旧散发光芒,贴、涂、敷、熏、洗、灸等法,不仅可以减少手术、放化疗等治疗带来的副作用,还能增加治疗的功效。

知名乳腺癌治疗专家、广东省第二中医院乳腺科主任郭智涛表示,在乳腺癌治疗的不同阶段,积极应用中医外治法,减毒增效,正如夏日里的西瓜或冬日里的炭火,可以更好地帮助患者度过化疗、放疗等艰难时期,能增加其治疗的信心。

A 中医中药减毒增效,意义非凡

现代医学的发展迅猛,乳腺癌患者5年生存率大大提高,90%以上的患者得以生存,但是大部分的乳腺癌患者需要经历手术、化疗、内分泌治疗、靶向治疗、放疗等不同的阶段,而在每一个阶段患者都要承受不少痛苦。

中医中药在治疗乳腺癌方面,在减轻患者痛苦的同时,其减毒增效的作用不容忽视。郭智涛主任认为,不要小看“减毒增效”四个字,它意义非凡。在医学发展到现阶段,乳腺癌的治疗已经开始进入

基因时代、分子分型时代、个体化治疗时代,我们要的是还盲目夸中医疗等传统医学可以替代现代医学,可以替代手术、化疗、内分泌治疗、靶向治疗等,那真的是固步自封、不自量力了。

郭智涛主任认为,每一种治疗都有它的优势及劣势,就乳腺癌而言,中医药治疗在不同的治疗阶段可以起到不同的辅助治疗作用,能够更好地帮助患者度过艰难的治疗过程,更快地康复,就是它的主要优势。



郭智涛

敷、灸、熏、按,中医外治法协同应对乳腺癌

减毒增效不容小觑

文/图 羊城晚报记者 张华 通讯员 李朝



郭智涛主任给患者做中医手法治疗

广东省第二中医院乳腺科主任,广东省第二批名中医师承项目指导老师,广东省中西医结合学会围手术期专业委员会副主任委员,广东省抗癌协会乳腺癌专业委员会委员。临床中注重中西结合,对乳腺癌各类手

术及围手术期、放化疗期间的中医药参与积累了丰富的临床经验,并擅长中医外治法及心理辅导、饮食疗法等在乳腺癌的运用。创建国内规模较大的、有2000多乳腺癌患者的广东省粉红丝带女性健康俱乐部,专注乳腺癌病友服务。

B 中药外治法,药价廉效明显

外治内治,中医治病两大法门。内治当然指的是口服中药汤剂,而中医外治法可谓独具特色,包括针灸、按摩、熏洗、敷贴、膏疗、足疗、火疗等百余种方法。在清代吴师机所著的《理瀹骈文》中记载:“外治之理,即内治之理,外治之药,亦内治之药,所异者法耳。”中医外治疗效独特、作用迅速,其可解决服药困难的问题,又可提高局部药物浓度,集中力量解决某一问题。外用药还可用大毒之药,若有不适即可停药,不良反应容易控制。在临幊上,中医外治法作用直接、用药及治法安全,药价廉,效明显,基本无创伤无痛苦,患者也易于接受。

“虽治于外,无殊治在内也。”郭智涛主任认为,外治方法可以贯穿于乳腺癌治疗的各个阶段,主要根据患者出现什么样的症状给予相应的治疗。当然,外治方法也需要结合患者症状,进行辨证施治,根据患者不同情况选择不同的方法。

1. 手术后 ——上肢淋巴水肿

上肢淋巴水肿是乳腺癌手术后远期比较严重的并发症之一。在腋下淋巴结清扫后,患者常出现延迟性水肿,以患肢肿胀、疼痛、麻木、肢体反复感染、功能障碍等为突出症状。西医对付淋巴水肿,多以空气压力波、弹力绷带、口服利尿剂或手术治疗为主。

“有的患者手臂肿得像大象腿,无法抬手,疼痛麻木给生活带来极大的不便”。郭智涛主任说,“上医治未病,对于乳腺癌患者首先就要做好预防,比如术后切口愈合后,尽可能活动患侧,促进淋巴回流。同时做手功能保护,忌提重物、拖地、斩鱼等家务。”

若只是手术、放疗、护理不当

引起的单纯淋巴水肿,可以在淋巴水肿的护理门诊治疗。郭智涛主任指出,此时采用中医外治法,通过功能锻炼、淋巴引流、温通中药的膏疗、开通背部淋巴引流、刮痧等方法可起到改善淋巴循环,减轻水肿的作用,即便是简单的手法按摩,手指点穴,轻柔推拿,结合一些清热消肿膏药外敷及熏洗,在早期可促进淋巴引流,有效缓解水肿症状。郭智涛主任表示,在淋巴水肿发生时,越早治疗,效果越好,单纯使用中医外治法,大多数患者的病情可以得以控制。

2. 化疗后 ——恶心呕吐

在化疗期间,恶心呕吐、化疗后骨髓抑制是最常出现的症状,也是患者最辛苦的副反应之一。在化疗期间急性或延迟性呕吐,严重时甚至喝不下中药汤剂,此时正是发挥中医外治优势的最佳时机。

广东省第二中医院主治医师李雪真说,一般医院在化疗时会给予强效的止呕药物,因患者呕吐的反应不会太大,但是第二天开始,病人往往会出现延迟性的恶心呕吐、不想吃饭、口淡、腹部胀满,疲劳,莫可名状的难受。由于这种情况可能会持续3-5天,甚至更久,因而给患者造成了更大的困扰。

李雪真主治医师指出,五羟色胺受体阻滞剂等止呕药物,长时间使用可能增加便秘的概率。因此,在延迟性呕吐的病人,外治法显示其独到的优势,比如采用隔姜灸疗法,选用足三里、关元、气海、中脘、上脘等穴位治疗,补益脾胃之气,温胃行气,降逆止呕。其次,电针治疗,临幊上常常选用双侧足三里、内关、天枢、合

谷等穴位,以电针强刺激或配合手法行针,可收到较好的止呕效果。

另外,穴位贴敷疗法,将具有健脾化湿、温中散寒、降逆止呕等功效的中药,比如吴茱萸加生姜贴敷于中脘及双侧内关、足三里,加用艾灸治疗急性恶心呕吐等。这些方法均可较大程度上改善患者化疗后的胃胀气、恶心、呕吐、疲倦感。

3. 内分泌治疗 ——骨质疏松和骨痛

芳香化酶抑制剂(AI)是目前治疗绝经后激素受体阳性乳腺癌的重要手段之一,对于激素受体阳性的乳腺癌患者辅助治疗,内分泌治疗是必需的。但由于用药后患者经常出现关节痛、骨痛、晨僵等症状。病人此时没有肿瘤相关的症状,却难以忍受内分泌治疗药物的副作用,因而导致不少病人无法坚持,放弃治疗,患者治疗依从性差,直接关系到生存率。

“约有70%-80%的乳腺癌患者需要进行内分泌治疗,疗程大约需要持续5-10年。在长期治疗过程中,部分病人(约三分之二)在内分泌治疗期间失访,可能出现自行停药,术后无定期复查的现象,严重影响患者的预后。”李雪真医师指出,“为了让患者坚持治疗,西医主要采取补钙,预防骨质疏松和骨折。但是临幊上发现,即便骨密度已经达标,但晨僵、骨痛等症状仍无法改善。此时采用中医外治法,离子导入补肾调肝的药物,局部使用通络化瘀止痛的中药,局部热敷,配合针灸,往往可以很大程度上改善病人内分泌治疗骨相关的症状,使其能坚持芳香化酶抑制剂治疗,完成整个疗程,从而提高患者生存率。”

C 关注副反应,定期复查,帮助患者长期生存

指导意义。

随着医疗的发展进入“精准医疗”时代,通过采用个体化的精准治疗手段,乳腺癌已成为目前预后最好的肿瘤之一。郭智涛主任认为,只有对乳腺癌诊断、

治疗及愈后进行全程监管,关注相关副反应的处理,协助患者坚持长期治疗,定期复查,当作慢性病来管理,这样才能更好地提高乳腺癌患者的生存率,降低死亡率。

SENIOR LIVING
LANDMARK

椿萱茂

开启广州养老
新生活

椿萱茂(广州科林路)老年公寓开业庆典

开业优惠

专业康复 | 生活照料
失智照护 | 弹性短住

- 80岁以上长者免费试住5天(仅限7名)
- 免收一次性购置费
- 床位费低至7折
- 夫妻入住获额外优惠
- 春节短住200元起/天

官方微博
公众账号

椿萱茂(广州科林路)老年公寓

020-89855188

地址:广州天河区科林路18号G栋

榕悦

城市长者照料中心

榕悦·滨江中店

月费6280元起

(含床位费、餐费、护理费)

广州市海珠区滨江中路276-278号(海珠桥东100米,海珠桥底公交站旁)

020-28894266

邓先生:180-2805-4050

陈小姐:133-0239-6202

榕悦·越秀公园店

月费5200元起

(含床位费、餐费、护理费)

广州市越秀区环市中路棒棒街11-19号(小北地铁站C出口转109/110/30路公交直达,至越秀公园北门公交站下车)

020-22112150

薛小姐:180-2809-0150

核心城区

地处广州城央核心地段,
探望便利,陪伴无忧,让亲
情陪伴更长久

金牌养老

连续两年荣获“羊城金牌
养老机构——最佳养老机
构”

家门社区

家门口的养老照料社区,
与孩子的温暖仅有“一碗
汤的距离”

食乐回馈

A级餐厅出品,专属营养师配餐;
“家门口的老年大学”万颐学院,
活动缤纷多彩,影视课程体验亲
情回馈,费用全免

定点机构

“广州市长期护理保险协议定
点服务机构”和“广州市高龄
照护险协议定点服务机构”

一站医养

与“广州市红十字医院”和“海
珠区滨江街社区医院”医养合
作,“小病不出门、长病不出楼、
大病直通车”