

倡导六经辨证的周天梅： 应对特发性震颤

中医可防可治



扫码看视频

名医讲堂



周天梅

主任中医师、中医学博士、硕士研究生导师，浙江省立同德医院中医内科主任兼中医日间诊疗中心主任，第四批全国优秀中医临床人才，国医大师熊继柏教授学术继承人。中国民族医药学会睡眠分会常务理事，浙江省中医药学会养生康复分会、老年分会委员。

本报记者 戴虹红

最近，93岁的沈老找周天梅复诊时说，服了两个星期中药，手抖症状明显改善，又能提笔写字了。

很多人可能没听说过特发性震颤，一些人还会把它当成帕金森病医治。本期《名医讲堂》，我们邀请周天梅为大家解析这种老年人易发的疾病。

易和帕金森病混淆

周天梅介绍，特发性震颤是一种常见的运动障碍性疾病，主要表现为手或头面部不自主地颤抖，甚至声音也产生震颤，累及躯干和双侧下肢者少见，且程度上肢较轻。

约60%患者有家族史，因此这种病又称为家族性震颤。典型的特发性震颤在儿童、青少年、中老年均可发现，相对来说，老年人群患病几率更大。

得了这种病，患者在注意力集中、精神紧张或疲劳、饥饿时，会抖得更厉害。有些人吃饭时，因为手抖，都不能自己把饭菜送到嘴里，影响日常生活。

周天梅介绍，特发性震颤和帕金森病有相似的表现，有些病人在找到她之前一直把震颤当帕金森病在看，延误了最佳治疗时间。那么，这两种疾病如何辨别呢？

帕金森病的震颤通常为静止性震颤，也就是说，安静时手部有像搓丸子一样的抖动，活动时手抖会减轻。帕金森病患者还会表现为面部表情减少，俗称“面具脸”，有时走路会越走越快，不易止步，容易跌倒；翻身困难；到后期吞咽功能也会受到影响，喝水时容易呛到，严重时会引起记忆力下降。

而特发性震颤恰恰相反，安静时手一般不会抖，活动时或靠近目标时手抖会加剧，如夹菜、写字、拍照时，但不会有行走不稳、翻身困难、吞咽困难、面部僵硬等表现。

周天梅提醒，准确判断病症十分重要，如果出现手抖症状，需要及时就医，专业的医生会进行详细检查，并运用丰富临床经验进行诊断。



通过中医药可防可治

目前，特发性震颤的病因、病理和生理机制尚不明确，可能与遗传、衰老、环境等因素相关。周天梅表示，中医药是治疗特发性震颤的一大利器。

在中医学中，特发性震颤属于“颤病”范畴，且对这一疾病的认识由来已久。《黄帝内经》记载：“故人卧血归于肝，肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄。”特发性震颤是阴血虚损，中医也称为阴虚动风或是血虚动风。由于肝主血，濡养经络、络脉，如果气血亏虚，肝脏濡养经络功能下降，经络不畅，肢体不能受血，便容易导致出现震颤的现象。

颤病病位在肝肾，与经脉密切相关。经脉受到气血津液濡养才能健康运行，治疗颤病，同样需要从津液入手，表里兼治，使里邪出表，才能全解病机。中医治疗颤证多采用滋补肝肾、益气养血、滋养津液等方法，周天梅倡导从六经辨证（就是从太阳、少阳、阳明、太阴、少阴、厥阴六经来辨证）入手，运用中医经典理论，从整体来调和气血津液，以达到治病求本的目的。

临床实践证明，中医药确实可以预防和缓解特发性震颤。除内服药，还可用外治法，如葫芦灸、中药熏洗、按摩等，能起到通经活络、加速血液循环的作用。

周天梅表示，特发性震颤是一种慢性发展的疾病，随着患病时间的推移病情会不断加重，但特发性震颤的发生较为缓慢，如果日常调节较好，甚至几十年都可能没有太大的发展，但是对于这种疾病仍然要多留意多关注。

良好习惯是重要预防手段

除去遗传因素，特发性震颤是可以预防的。对此，周天梅给出以下几点建议。

保持规律的饮食习惯，良好的作息习惯。平时要做到饮食有节、起居有常、不妄作劳。比如在“春三月”，应该像《黄帝内经》所写的那样，“夜卧早起，广步于庭，被发缓形，以使志生”。

积极锻炼，提高体质。在身体允许的条件下，中老年人可以练习易筋经、八段锦、五禽戏、太极拳等。

保持平和心境。生活中，避免过度的情绪激动、精神紧张、身体疲劳等，神志方面的波动也是疾病的诱发因素。

周天梅表示，如果已确诊为特发性震颤，刚开始会觉得难以接受，但越是这样，患者越要做好心理建设，积极就医。家人要劝慰患者，缓解其情绪压力。患者应主动进行肢体功能锻炼，防止肢体挛缩或者关节僵直等并发症的发生。处于发病晚期阶段的病患，可在相关人员的辅助下活动肢体和关节，同时要注意做好关节的按摩工作，以此来促进肢体血液循环。

中老年朋友请注意了：及时关注耳朵健康问题很重要！

鸣立通肽复合片一年只要399元^{12瓶}

限时限购 特惠爱耳护耳人群 一瓶60片 一天2片

随着年龄增大，中老年朋友请注意了：及时关注耳朵健康问题很重要！鸣立通肽复合片一年只要399元12瓶，特惠爱耳护耳人群。高品质鸣立通肽复合片自上市以来深受青睐，是当下中老年朋友的优选。

高含量鸣立通肽复合片压片糖果，精选枸杞、山药、枸杞、人参（五年以下人工种植）、茯苓、酸枣仁、桔梗、甘草、白芷、黄精、桃仁、陈皮、决明子、百合、莲子、葛根、菊花、薄荷等为原料，特别添加鱼皮胶原蛋白肽，经过高科技萃取提纯，每天只需2片。

感恩回馈 一年的量12瓶 每瓶60片

为感谢广大读者的信赖与支持，特举办鸣立通肽复合片特卖惠民活动，全国读者来电申购可参与买一年12瓶的特惠活动，此次活动数量有限，活动仅限7天，还望广大读者朋友抓紧报名申购，领完为止。



钜惠价只要
399元
仅限100组
每盒299元/瓶
每盒市场价:299元/瓶

安徽国阜生物科技有限公司 广告 压片糖果 42g(60片)

正品保证 抢购热线：400-6996-927 顺丰快递 免费送货 货到付款

分类广告

专线:0571-85311240

遗失声明

浙江广佑投资管理有限公司（统一社会信用代码91330000595794734A）遗失工商变更前旧公章、旧财务章、旧法人章，已办理最新公章、法人章（马晖）、财务章，特此声明。