

# 缺铁性贫血可以使用中药调理

冯淑明

(成都市第一人民医院, 四川成都 610041)



在人体血液中,红细胞数量及血红蛋白含量明显低于正常值时,叫贫血。造成贫血的原因很多,其中一类常见的贫血叫缺铁性贫血。它是由于患者体内铁储存难以满足生成红细胞的需要,进而导致的贫血疾病。该病患者会出现多种临床表现,如乏力、头痛、心悸、面色苍白、注意力不集中、头晕、纳差等,易出现口角炎、舌炎、慢性萎缩性胃炎,同时可能引发勺状甲、趾(指)甲扁平等并发症,一些患者还可能出现异食癖,其多发生于女性群体与儿童群体,对其正常生活与身体健康有着很大不良影响,甚至会导致儿童智力低下、生长发育迟缓。该疾病多发于发展中国家,近些年受到饮食结构改变等诸多因素影响,缺铁性贫血的发生率急剧增加,受到大家的广泛关注。

## 1 中医对缺铁性贫血的认识

中医是祖国医学,对缺铁性贫血有着丰富的理论认识和治疗经验,其将该疾病归属于黄胖、萎黄、虚劳、黄肿、虚损的范畴。中医认为缺铁性贫血的病机病因主要为四个方面:

一是血证 是指因血热妄行、血热阴虚或脾气虚而无法统血,进而引发鼻衄、便血、吐血等情况;妇女由于月经量过多,长此以往导致气衰血少,进而引发贫血。

二是虫积 钩虫等肠道寄生虫侵入到人体体内,造成脾胃受到损害,使得脾虚气弱、疼痛不适、脘腹满胀、饮食不化,或发生异食癖,如泥石、生茶、生米、煤块等。寄生虫于肠道中寄居,会吸食人体的血液及津液,使得发生血损脾虚,生化气血缺少源头,最终引发贫血,即气血亏损征象。

三是脾胃虚弱 是指由于饥饱无度、饮食不节,导致脾胃受到损伤,或由于七情所伤,如因思虑过度导致脾脏受损,其失健运,导致肠胃无法对水谷进行腐熟,难以生化气血,进而出现血虚导致贫血。

四是肾虚致精不化血 肾为先天之本,具有生髓、藏精气、主骨的作用,而血液则是由精所化,若后天失养或禀赋不足则会造成肾虚气衰,导致精气无法化血,缺少血源而引发贫血。

上述病因病机不是独立存在的,往往并存或者相兼,根据患者的临床表现、病因及病机,可将缺铁性贫血分成四种证型,即心脾两虚型、虫积型、脾虚型与脾肾阳虚型。

## 2 中药调理缺铁性贫血的方法

运用中药及中药制剂是临床中医对缺铁性贫血治疗的主要

方法,其效果理想,能够使患者的症状显著缓解,具体调理方法如下:

一是验方与中成药 可通过验方与中成药治疗缺铁性贫血,简单介绍几种常用药物:伐木丸,药方成分是六神曲、苍术与绿矾,以口服方式给药,每天服用三次,每次服用1.5克;枣矾丸:选取10颗大枣,去除果核将其捣烂成泥,取6克绿矾,将其研制成细粉,然后加入枣泥中,混合均匀后制作60粒药丸,口服给药,每天服用两次,每次服用一粒;小温中丸,其药方成分是川芎、六神曲、苍术及香附等,以口服方式给药,每天给药三次,每次给药剂量是1.5到3克。此外,还有健脾生血颗粒、人参养荣汤等验方,文章篇幅有限,不做详细介绍。

二是中药的辨证治疗 对于心脾两虚型缺铁性贫血患者,其存在食欲降低、不寐、少气懒言等症状,临床主要使用归脾汤加减进行治疗。对于虫积型缺铁性贫血患者,其存在呕吐恶心、面黄肌瘦、异食癖症、乏力、精神状态差等症状,对其治疗可使用化虫丸进行治疗,每天服用一次,每次6克,儿童患者可减少用量。对于脾肾阳虚型缺铁性贫血患者,其表现为久泻久痢、肢体面目浮肿、面色恍白、畏寒肢冷、腰膝或下腹冷痛等症状,女性患者存在闭经或经量减少,男性患者则存在阳痿,临床多使用附子理中丸、苏叶生姜煎汤送服右归丸等进行治疗。对于脾虚型缺铁性贫血患者,食纳差、乏力疲倦、大便不调、面色苍白等症状,对其治疗可采用六君子汤加减、参芪四物汤加减等进行治疗,可起到补血、益气、健脾的功效。

三是中药穴位贴敷 中药穴位贴敷是中药调理缺铁性贫血的外用方法,药方成分为白术、黄芪、陈皮、肉桂、党参、茯苓、丹参、丁香、莱菔子,研磨成粉后制作成膏,选取血海穴、三阴交穴、神阙穴、足三里穴、气海穴,将膏药放置于胶布上,直径为1厘米左右,将其贴敷于上述穴位中,每次取4个穴位,每三天进行一次换药,共治疗二十次。

四是膳食治疗 除上述方法外,一些食物也能够治疗缺铁性贫血,即膳食治疗,其指的是将中药加入食物或饮食中,如大枣,可起到安神养血、益气补中的作用;花生,可起到止血养血、润肺和胃的作用;猪肉,可起到润燥滋阴的作用;黑木耳,可起到止血、凉血的作用;山药,可起到益气养阴、补脾肺肾的作用。常用的膳食有:黄芪鸡汁汤、猪肝黄豆汤、猪皮枸杞汤、龙眼桑葚汤、菠菜粳米粥、红枣绿豆汤等,以猪肝黄豆汤为例,取100克黄豆与100克猪肝,加水煮黄豆,八分熟时将猪肝加入,若为回民则可使用羊肝,分两次食用,可起到补血养血的作用。

通过上文的介绍,我们知道中药治疗缺铁性贫血具有疗效确切、吸收迅速、疗程短、安全性高的优势,患者也容易接受。最后提醒:治疗缺铁性贫血要注重脾胃的调理;在顾护脾胃基础上尽量选择白术、当归、阿胶等补气补血的中药;加强治疗原发疾病;预防劫阴耗液;加强监测,若出现不良反应要及时处理。只要严格遵守医嘱进行治疗,患者的病情可得到快速缓解,无须过于担心。