

小儿多见寒证探因及调护

张也¹ 郭亚雄² 李阳³

(1. 陕西中医药大学, 陕西 咸阳 712046; 2. 陕西中医药大学附属医院, 陕西 咸阳 712000;

3. 贵州医科大学, 贵州 贵阳 550025)

摘要:郭亚雄主任医师认为小儿临床多见寒证,与小儿的饮食习惯、居住环境等调护因素有关,探究小儿多见寒证的原因可以指导临床治疗和日常调护,对常见疾病的预防、治疗、愈后及防止疾病复发具有重要意义。

关键词:寒证;调护;饮食;预防

中图分类号:R246.4 **文献标识码:**A **文章编号:**2096-1340(2019)04-0063-03

DOI:10.13424/j.cnki.jsctcm.2019.04.017

中医传统认为小儿为纯阳之体,多热证疾病。如《卤囟经·脉法》提出:“凡孩子3岁以下,呼为纯阳”,指小儿的生命活力,犹如旭日之初生,草木之方荫,蒸蒸日上,欣欣向荣。至后世医家多将“纯阳”应用于病理性解释,如《宣明方论·小儿门》解释纯阳为小儿病者纯阳,热多冷少也。《医学正传·小儿科》说:“夫小儿八岁以前曰纯阳,盖其真水未旺,心火已炎。”《幼科要略·总论》说:“襁褓小儿,体属纯阳,所患热病最多。”^[1]总而言之,小儿疾病理应为热证多而寒证少,但临床观察却与之不相符合。

随导师郭亚雄主任医师门诊时,发现小儿患有感冒、咳嗽等肺系或者呕吐、腹泻等脾胃疾病时,多数表现为舌尖红或边尖红,苔薄白或白,依据其临床症状及舌脉可诊断为寒证疾病(2018年9月01日~2018年11月30日门诊,3个月共有100名小儿患有感冒、咳嗽症状,其中寒证者83人,热证者17人)。每当遇到此类寒证病症时,郭老师都会仔细询问家长小儿喂养史以及饮食偏好。发现此类病证小儿大多贪凉喜饮,如喜欢冰淇淋、冰棍、酸奶等日常饮食。对于此类病证,老师都会告诫我们:“中医传统认为小儿外感、内伤易从阳化火,但临床上却不尽相同,每一次都要准确辨证施治。”每当老师诊治结束后,常常会嘱托其家长不仅要按时按量服药,更重要的是避免小儿继续食用凉性食物,要注重小儿日常的饮食起居

调护。为此老师用一句话来总结日常中常见的偏凉性的食物,“酸奶冷饮凉开水,冰糖白糖冰棍梨”,这些食物小儿要少吃,尽量不吃。

1 影响因素

郭亚雄主任医师主要从饮食、调护及体质因素三方面来考虑产生寒证病患的影响因素。

1.1 饮食因素 首先,随着生活水平提高,人们可以随时随地享受到任何时令的食物,特别是冰箱等制冷设备的出现、普及以后,使得凉食冷饮触手可及,尤其小儿对冷藏食物特别喜爱且不加节制,容易损伤脾胃。其次,小儿喂养过程中易出现多食现象,导致脾胃负荷增加,使脾胃受损。脾胃损伤会导致小儿体质偏寒,出现机体免疫力减弱,从而使得小儿寒证疾病多发^[2]。

1.2 调护因素 在小儿的日常调护方面,家长们注重夏天炎热预防而忽略秋冬季节冷暖的适宜。一方面,因夏季炎热及空调制冷设备的出现、普及,人们更愿意待在偏凉的居住环境中,而小儿不适寒热,在夏季对偏冷环境更加倾向、依赖,易导致寒证疾病的发生;另一方面,秋冬季节天气转凉,小儿穿衣过多,而小儿的生长代谢旺盛且多运动,容易汗出当风而感受风寒邪气,从而导致寒证疾病的发生。

1.3 体质因素 由于饮食、居住环境偏凉及小儿调护易受寒邪,导致此类小儿多数体质偏寒。小儿常见病因为外感风寒或内伤饮食,所患疾病都