

中医全科医学在心血管疾病预防中的作用

刘明蓉

重庆市北碚区静观中心卫生院 重庆 400717

【摘要】：虽然我国医疗行业的技术水平在不断发展，不过由于我国医疗科学技术的发展速度相对较慢，因此在面对心血管疾病的防治工作中依然面临着许多难以突破的问题。为了能够进一步提高我国心血管疾病防治效果、减少心血管疾病的发病率、提高人民群众的健康水平，在大力发展西医防治技术的同时，我国医学科研工作者还需要意识到中医全科对于心血管疾病的防治工作，确保能够以中医独特的辩证防治理论为基础，结合西医的科学防治体系建立一套更加完善、更加全面的医疗体系，以确保能够有效提高心脑血管疾病的防治水平。为此，本文分析了中医全科医学的概念、心脑血管疾病的特点以及中医全科医学对心脑血管疾病的防治优势，并且结合中医全科医学理论中“治未病”的特色提出了对中医全科在心脑血管疾病防治中的展望以供参考。

【关键词】：中医全科；心血管疾病；防治治疗

DOI:10.12417/2705-098X.23.09.100

The role of TCM general medicine in the prevention and treatment of cardiovascular diseases

Mingrong Liu

Chongqing Beibei District Jinggu Central Health Center Chongqing 400717

Abstract: Although the technical level of China's medical industry is constantly developing, but due to the relatively slow development speed of medical science and technology in China, we are still facing many difficult problems in the prevention and treatment of cardiovascular diseases. In order to be able to further improve the effect of cardiovascular disease prevention and control in our country, reduce the incidence of cardiovascular disease, improve the health level of the people, in developing western medicine technology at the same time, the medical scientific research workers also need to realize Chinese medicine general for prevention and control of cardiovascular disease, to ensure that based on the unique dialectical prevention theory, combined with the western medicine of scientific system to establish a more perfect and more comprehensive medical system, to ensure that can effectively improve the level of the prevention and treatment of cardiovascular and cerebrovascular diseases. To this end, this paper analyzes the concept of traditional Chinese medicine, the characteristics of cardiovascular and cerebrovascular diseases and the advantages of traditional Chinese medicine in the prevention and treatment of cardiovascular and cerebrovascular diseases, and puts forward the prospect of general practice of traditional Chinese medicine in the prevention and treatment of cardiovascular and cerebrovascular diseases for reference.

Keywords: traditional Chinese medicine; cardiovascular disease; prevention and treatment

心血管疾病是当今社会影响我国人民群众身体健康甚至生命安全的重要疾病之一，由于心血管疾病具有发病率、复发率、致残率乃至死亡率高的特点，而且会给患者家庭带来非常严重的经济负担，因此加强心血管疾病的预防工作是我国医学发展过程中必须要重视的工作。中医作为我国传统的医学体系，其不仅是我国传统文化传承的重要途径，同时也能有效协助促进我国医疗卫生服务体系的进步。而在心血管疾病防治工作当中，中医全科也可以有效发挥其优势，为患者制定针对性的心脑血管疾病防治方案，以确保能够利用中医减少患者心血管疾病的发病率乃至致残率和致死率，这对于提高心血管疾病的疗效、加强心血管疾病的预防有着非常重要的帮助。

1 中医全科医学的概念和服务模式

1.1 中医全科医学的概念

中医全科作为近几年新型的医生职业，相对于传统中医其具有更加广阔的医学知识和专业能力，中医全科医师能够为患

者提供更加全面、根据针对性和个性化的医疗以及预防服务。中医全科医生既具备传统中医医学的理论以及实践经验，同时也能够有效掌握现代医学的科学体系和先进技术，利用更加综合化的治疗措施满足患者治疗和康复的需求。

中医全科医学能够有效满足大多数疾病的预防和治疗需求，比如呼吸系统、消化系统、心脑血管疾病等，与此同时，中医全科对于患者心理健康也非常关注，中医全科医生能够通过针对性心理疏导等方式帮助患者减轻康复压力以及对疾病的康复，进而提高患者的康复效果。中医全科医生工作所涉及的内容相对较多，除了常规体检和疾病筛查、针对性诊断和质量、协助康复等工作外，中医全科的工作内容还涉及到了家庭医疗护理、社区医疗服务、线上医疗服务等工作，以便于能够为更多患者提供更加精细化的服务。作为“中医式家庭医生”中医全科医生不仅能够充分发挥中医传统文化的优势，还能有效和现代医学理念进行融合，通过中医经验结合现代医学知识

建立庞大的疾病防治知识体系,以确保能够为患者提供更加人性化、更加全面且优质的医疗服务。

1.2 中医全科医学的服务模式

中医全科医学作为一种以中医为基础,涵盖整个医学领域的服务模式,该模式旨在将传统中医和现代医学相结合,为患者提供全面的健康管理和治疗方案,因此中医全科医学的服务模式主要包含以下几个方面:

首先是对患者疾病的预防以及健康管理,“治未病”是中医理论中最重要的理论之一,中医全科医学中医全科医学强调预防胜于治疗,注重从生活方式、饮食习惯、环境等多方面入手,通过中医理论对患者进行个性化评估,制定针对性的健康管理计划。这既可以避免患者出现疾病,也可以提高患者的生活质量。中医全科在展开疾病预防的过程中,会通过患者身体、心理等潜在的反映判断可能会存在的疾病,例如脉搏、体型、皮肤、舌苔等,相比于现代医学需要仪器设备进行调查外,中医对于患者潜在疾病的判断相对简单,虽然很多情况下并不能准确判断疾病,但依然能够有效发现潜在的病变位置,进而展开针对性治疗。

其次则是对患者疾病展开针对性治疗,中医全科医学不仅能够治疗常见病、多发病,还能够有效地治疗一些慢性病、难治性病以及某些疑难杂症。中医理论以整体观念为核心,强调身心统一,注重治疗原因而非症状,因此具有独特的治疗优势。中医全科在治疗的过程中更倾向于以调理患者身体机能为主,虽然大部分中医治疗相对缓慢,不过对于很多疾病来说,中医治疗具有非常显著的长期效果。而随着中医技术的不断发展,以及中西医结合治疗水平的提升,采用中西医结合治疗的方法成为了中医全科的重要特点,这也是既能够快速缓解患者病情,也能有效根除疑难杂症的重要措施。

第三则是康复治疗服务,中医全科医学在康复治疗方面也有良好的表现。通过对患者病情的综合评估,制定恰当的康复计划,采用中医传统手段如针灸、推拿等进行治疗,可以有效地缓解患者疼痛、恢复功能。中医全科在患者康复的过程中也会通过心理疗法帮助患者摆脱康复过程中的恐惧,以确保患者能够有效配合医生完成康复服务。

除此之外,中医全科医学在重疾救治方面也具有一定的优势。例如,在新冠肺炎疫情爆发期间,中医药在治疗和预防方面取得了显著成效。中医理论重视整体调理,通过辨证施治,可以针对不同的病情制定个性化的治疗方案,提高患者的治愈率和生存率。

由此可见,中医全科能够为患者提供全过程的服务,在优质、个性化且具有针对性的服务中,患者既能够通过专业的中医医疗服务缓解病情、助力康复,也能通过现代医学服务进一步提高治疗效果,同时中医的“治未病”理念也能有效帮助患

者提前发现并且治疗潜在的病灶,以便于有效提高患者的健康水平。

2 心血管疾病的特点和现状

心血管疾病作为一种涉及到心脏和血管健康的疾病,患者一旦罹患心血管疾病便有可能对心脏血液供应产生严重影响,甚至还会对患者的机体功能带来严重破坏,同时还会造成动脉硬化和其他血管病变的问题。心血管疾病具有发病率高、致死率和致死率高的特点,作为全球最常见的基本,仅我国心血管疾病每年便会导致数百万人死亡,其中像是冠心病、高血压、心房颤动、动脉粥样硬化等都是非常严重的心血管疾病。生活习惯问题是导致心血管疾病的重要因素,同时也是加重心血管疾病风险的关键,例如暴饮暴食、生活作息不规律、吸烟酗酒、肥胖等问题,都会造成患者血脂、血压、血糖过高,进而引发高血压、糖尿病等一系列病症,进而影响患者的心血管健康问题。不过心血管疾病在发病前具有很强的隐匿性,心血管疾病可能长时间不表现出任何明显的症状,直到出现严重并发症时才被诊断出来,例如心脏类疾病患者可能会具有胸痛、呼吸急促、心悸、乏力、晕厥等表现,而血管类疾病患者可能会存在腿脚水肿、手指变白或发紫、头晕等情况,严重的甚至会造成心肌梗死、中风和肺栓塞等问题,进而影响到患者的生命安全。

由此可见,心血管疾病对于人们生命健康的威胁非常严峻,作为全球公认的一大健康威胁,其发病率和死亡率一直呈上升趋势。根据世界卫生组织的数据,2019年全球约有1.8亿人死于心血管疾病,占总死亡人数的31%。而我国心血管疾病的情况则更加严峻,随着我国人民群众生活水平的不断提升,加之人口老龄化,高血压、糖尿病等心血管疾病高危因素不断增加,我国的心血管疾病死亡率也在逐年上升。据国家卫健委发布的数据,我国心血管病患者已达到2亿,每年约有480万人死于心血管疾病。尽管医学技术和治疗手段不断进步,但是心血管疾病的治疗依然存在很大的挑战,在不断的临床严峻中发现,药物治疗对于预防和治疗心血管疾病来说并不完全有效,对于一些严重的心血管疾病,如心肌梗死和中风,及时的急救和治疗非常关键,一旦错过最佳治疗期,则很容易对患者的生命安全造成影响。因此,预防依然是心血管疾病最显著的控制措施,例如改变生活作息、健康饮食、适量运动等,加之传统中医食疗等方法,都能有效预防心血管疾病的发生。

3 中医全科对心血管疾病预防的作用

3.1 中医全科对心血管疾病的预防和康复作用

预防是有效避免心血管疾病对患者身体健康带来严重影响的重要措施,而在中医全科当中,治未病也是非常重要的理论思想,只有做到“未病先防”,才能有效降低心血管病患者的发病率。在实际应用的过程中,中医全科中治未病的理论和现代医学中的三级预防有着异曲同工的特点,因此二者能够

有效融合、相辅相成，以便于减少人们患心血管疾病的风险。

在中医全科预防心血管疾病的过程中，亚健康状态的患者更应当得到重视，其中有效调节生活习惯、调理身体机能以及做好养生保健尤为重要。传统中医在经历了无数先辈的研究和传承中流传下了一套更适合亚健康状态者的养生体育保健方法，例如八段锦、五禽戏、太极拳等，这些体育保健方法相比于其他体育锻炼的强度相对较低，不过能够有效调节内分泌循环和血液循环，同时还能帮助患者优化不良情绪，以便于起到预防心血管疾病的效果。与此同时，像是针灸疗法、节气灸、三伏贴、拔罐、推拿按摩等措施也能够有效缓解心血管疾病的发病率，这些养生措施可以有效促进血液循环、调节气血，对于心血管疾病的预防和治疗有着非常显著的帮助，而对于心血管疾病不严重的患者来说，在专业人士指导下进行一些穴位按摩或推拿手法，对缓解症状、减少发病率具有非常显著的帮助。除此之外，利用食疗的方式进行预防也是避免患心血管疾病的重要措施，除了要减少油脂、动物蛋白、盐和糖的摄入外，还需要多吃蔬菜水果、粗杂粮和豆制品等富含膳食纤维的食物以预防心血管疾病，除此之外像是山楂、丹参、五倍子等中药茶饮也可以有效调理心血管健康问题。

对于已经患有心血管疾病或者经历过发病阶段的患者来说，如何防治病变以及做好发病后防复发也是预防过程中最重要的工作。在防治心血管疾病发病的过程中，中医全科通常会以“三分医疗、七分调理”的原则展开预防，其中药物治疗能够起到有效的辅助效果，例如芪珀生脉颗粒便能够有效降低血栓风险；除了药物调理外，像是控制情绪、饮食调理、保健锻炼等，都能避免心血管疾病的发病率。

若是患者已经经历过发病，中医全科则主张利用针灸、推拿、音乐疗法、心理疗法等帮助患者进行康复，除此之外，像

是艾灸、氧疗、饮食调节等也是有效帮助心血管患者康复的重要措施，尤其是对于心血管疾病发病后产生的偏瘫、抑郁等问题，更需要利用中医全科的优势帮助患者减轻心理负担和压力，树立起康复的信心和决心，确保患者在康复的同时也能避免疾病复发的情况。

3.2 中医全科对心血管疾病的治疗作用

中医全科对于心血管疾病的治疗方法非常丰富，而且具有非常显著的疗效，除了传统的内服外用的药物外，近几年中医医学和现代医学融合所产生的静脉输液等方式也能够有效帮助患者缓解心血管疾病的症状以及减少心血管疾病的发病率，除此之外像是针灸、按摩推拿、刮痧、食疗也是治疗心血管疾病的重要措施，丰富的治疗方法不仅能够有效满足患者的治疗需求，也能有效满足不同患者的个性化治疗需求。而中西医结合疗法也是非常重要的心血管疾病治疗措施，中西医结合能够满足快速缓解患者病痛需求的同时，还能利用中药减少对患者机体的伤害，并且对患者展开更针对的条例，例如在进行西医治疗时可以配合血府逐瘀汤、通心络胶囊、复方丹参滴丸、血滞通胶囊等减少患者心血管疾病的发病率，以便于能够进一步促进心血管病患者的康复效果。

4 结语

总的来说，中医全科作为传统中医和现代医学融合发展的重要医疗服务体系，其对于心血管疾病的防治有着非常显著的作用，尤其是在当今社会心血管疾病患者不断上升的趋势下，中医全科对心血管疾病的治疗方法也应当得到足够的重视，确保能够在对患者展开针对性治疗的同时，还能通过“治未病”理论宣传心血管疾病的预防措施，以确保能够有效减少心血管疾病的发病率乃至患病率。

参考文献:

- [1] 韩旭.中医膏方的作用与防治心血管疾病的实践——国医大师周仲瑛教授膏方医案赏析[C]//江苏省老年医学学会.2020年江苏省老年医学学会年会暨第二届江苏省老年医学高峰论坛会议指南.[出版者不详],2020:62-69.
- [2] 杨雪萍,宋耀鸿.中医药干预心血管疾病炎症反应研究进展[J].中国中医急症,2020,29(06):1122-1124+1128.
- [3] 张妮,贾连群,杨关林,宋囡,吕美君.基于“中医方证代谢组学”探讨中医防治心血管疾病研究进展[J].辽宁中医药大学学报,2018,20(02):114-117.
- [4] 赵璇,尤丽吐孜,陈洋.中医药在心血管疾病防治中的临床特色优势探讨[J].世界最新医学信息文摘,2016,16(02):146+42.
- [5] 张庚,熊英.中医药在心血管疾病防治中的临床特色优势探讨[J].现代养生,2015(12):236.