

应对肾结石, 中医有良方

文 / 山西省中医院 李刚



关键词: 肾结石; 中医疗法; 辨证施治

肾结石是临床常见的泌尿系统疾病, 其早期症状往往不明显, 容易被大家忽视。近年来, 肾结石的发病率持续上升, 对健康的危害不容小觑。该病急性发作时, 患者常出现剧烈的肾绞痛, 并可同时伴有血尿、尿痛等症状, 给生活带来较大困扰。

随着中医技术的不断发展, 中医药在肾结石治疗中的应用日益广泛。中医治疗肾结石主要遵循辨证施治的基本原则。临床通常将病程划分为发病前期、急性发作期和缓解期三个阶段, 不同阶段所采用的治则、方药及治疗手段亦不相同。那么, 中医治疗肾结石的具体方法有哪些? 下面就为大家做一个简单的介绍。

一、肾结石的常见中医证型及调理方法

中医治疗肾结石注重辨证施治, 即根据不同的病因和体质特点, 采取相应的治疗方法。以下是三种常见的证型:

1. 下焦湿热型

如果肾结石是下焦湿热引起的, 治疗应以清热利湿、通淋排石为主要原则。可选择三金排石汤或石韦

散, 水煎服用。

2. 气滞血瘀型

对于气滞血瘀型的肾结石患者, 治疗重在理气益气、活血化瘀。可采用由三棱、莪术、红花、金钱草、皂角刺等中药材组成的方剂, 水煎服用, 以疏通气血。

3. 肾气亏虚型

肾气亏虚也可能导致肾结石的形成。此类患者宜选用补肾益气、通淋排石的中药方剂进行调理, 常用药材包括枸杞子、熟地黄、山萸肉、丹参、川芎、海金沙等。

二、分期治疗

中医根据疾病不同阶段的特点, 采用相应的治则与方药, 以提高临床疗效。

1. 发病前期

发病早期, 肾结石症状通常不明显。患者可能只会感到一侧腰部有轻微的酸痛或胀痛, 由于疼痛的位置比较固定, 还能够忍受, 所以很容易被忽视。这时, 结石还停留在肾脏内部, 与肾组织有一定程度的粘连。中医治疗上, 主要采用活血行气的方法, 再配合一些温补

肾阳的药物,帮助增强肾脏功能,推动结石排出。同时,也可以适当加入一些清热解毒、滋阴补血的药材,来增强体质,提高身体的抵抗力。

2.急性发作期

进入急性发作期后,患者多会出现肾绞痛、血尿、尿痛等症状。中医认为,这个阶段主要是因为湿热蕴结,治疗以利湿通淋、活血行气、清热解毒为主,常用的中药有桃仁、乳香等。同时,宜重用滋补养血、温肾壮阳之品,帮助增强膀胱功能,促进尿液通畅,让结石更容易排出来。

3.缓解期

当患者出现腰部酸痛等症状时,通常提示肾结石病情已进入缓解阶段。此阶段的治疗重点在于促进残余结石排出和改善泌尿系统功能。中医认为,此时宜选用具有利湿通淋与活血行气双重功效的中药。这类药物能促进尿液排泄,还能改善局部血液循环,有助于推动结石排出体外。同时,考虑到结石可能造成的尿路损伤及潜在感染风险,还需适当搭配清热解毒类药物,如金银花、连翘等。它们可以清除体内残留的病理产物,预防继发感染,与主药协同发挥更好的治疗作用。

三、针灸治疗

针灸是中医治疗肾结石的常用方法之一。用其刺激特定腧穴,能够调节气血运行,从而缓解疼痛,并促进结石排出。临床常用的腧穴包括肾俞、膀胱俞、三阴交等。

针灸有助于改善肾脏功能,增加尿量,同时缓解结石引起的疼痛与不适。在进行治疗时,中医师会根据患者的具体情况,选择合适的腧穴和针刺手法,以达到预期疗效。

四、饮食调理

饮食在中医治疗肾结石中起着不可忽视的作用。中医认为,合理的饮食不仅有助于调理脾胃功能,还能促进气血运行,从而改善肾脏的代谢环境,为结石的排出创造有利条件。

日常生活中,患者可适当多吃一些具有利尿作用的食物,如西瓜、黄瓜、苹果、冬瓜等。同时,应尽量少吃高盐、高蛋白、高草酸的食物,如腌制食品、动物内脏

等,以降低结石形成和复发的风险。

此外,保证充足的水分摄入是预防和治疗肾结石的关键措施之一。多喝水可以稀释尿液,减少晶体沉积,促进结石自然排出。因此,患者应养成主动饮水(尤其在缓解期)的习惯。

五、辅助治疗

气功与按摩是中医常用的辅助疗法,不仅可以帮助患者放松身心,还能促进气血流通,从而改善肾脏功能。气功主要通过调节呼吸和意念,让身体进入放松状态,增强自我修复能力。按摩则通过刺激肾区及相关腧穴,促进血液循环,减轻疼痛不适。将气功与按摩相结合,能够为患者提供更全面的身心调养,有助于结石的顺利排出。

六、注意事项

中医治疗肾结石强调辨证论治,需根据患者的具体情况设计个性化方案。因此,在治疗前应先进行全面的检查与精准的诊断,明确结石的大小、位置及身体状况。需要特别强调的是,治疗必须在专业医生的指导下进行,千万不要自行盲目用药。

对于特殊人群,如孕妇、儿童、老年人等,用药需要更加谨慎。孕妇应避免使用活血化瘀类中药。儿童应根据年龄和体质选择适宜的治疗方法。老年人应注意身体的耐受性,密切关注服用药物后的反应。

如果结石的体积较大,无法通过保守方法排出,则应及时就医,必要时可考虑手术治疗。手术能够直接取出结石,帮助肾脏恢复正常功能。常见的手术方式包括体外冲击波碎石术、经皮肾镜取石术、输尿管镜取石术等。

七、小结

从辨证论治到日常调理,中医为肾结石患者提供了一条温和而有效的康复之路。然而,我们需谨记:中医治疗是一个循序渐进的过程。患者需保持耐心,积极配合治疗,按时服药,并注重饮食调理与生活习惯改善。唯有在医患的共同努力下,才能更好地控制病情,早日恢复健康。

本文编辑:王佳昕