



食药同源与健康

孤独症谱系障碍(Autism Spectrum Disorder, ASD),又称自闭症,是一种起始于婴幼儿时期的神经发育障碍性疾病。孩子们常被称为“星星的孩子”,他们就像一颗天上的星星,独自闪烁着,有着不同常人的思维功能。孤独症的孩子在社会交往、语言交流以及行为表现上都与常人有所不同,这给他们的生活和家庭带来了极大的挑战。近年来,随着医学研究和临床实践的深入,中医在孤独症谱系障碍的诊治中展现出独特的优势,为患儿及其家庭带来了新的希望。

中医对孤独症谱系障碍的认识

尽管中医古籍中没有直接提到孤独症谱系障碍这一病名,但古代医家对类似症状的描述,如“语迟”“童昏”“呆病”等,与孤独症谱系障碍的症状有所关联。中医认为,孤独症谱系障碍的病位在脑,与心、肝、脾、肾等多个脏腑的功能失调密切相关。其核心病机在于先天禀赋不足、脑髓失充、神机失用,导致心神失养、言行失常。

主要证型有:

心肝火旺:中医认为,心主神明,肝主疏泄。当心肝火旺时,神明失守,疏泄失常,可导致孤独症患者出现烦躁易怒、多动不安等症状。

孤独症的中医食药同源探索

“星星的孩子”也有光明之路

作者:谭玮玮

痰蒙心窍:痰湿内停,蒙蔽心窍,可影响患者的神志活动,表现为言语不清、反应迟钝等。

心脾两虚:心主血,脾主运化。心脾两虚时,气血不足,无法滋养心神,可导致患者出现语言发育迟缓、社交障碍等症状。

肾精不足:肾藏精,主生长发育。肾精不足时,脑髓失养,可影响患者的智力发育和社交能力。

中医诊治孤独症谱系障碍的方法

(一)针灸治疗

针灸疗法是中医外治法的重要组成部分,在孤独症谱系障碍的治疗中应用广泛。针灸疗法通过针刺或艾灸人体腧穴,调整经络脏腑功能,达到治病的目的。对于孤独症患儿来说,针灸治疗可以辅助改善症状,提高语言发育和社交互动能力。常用的针灸方法包括头针、体针、耳针等。头针主要刺激头部穴位,如百会、四神聪等,以促进大脑功能恢复;体针则根据患者的具体症状辨证取穴,如内关、神门等,以调节脏腑功能;耳针则通过刺激耳部穴位,如心、肝、脾、肾等,以达到治疗目的。研究表明,针灸治疗能够显著改善孤独症患儿的语言表达能力、社会适应能力和情绪调控能力。

(二)推拿治疗

推拿治疗是指运用各种手法刺激穴位,使经络通畅、气血流通,调节脏腑功能,从而达到治疗疾病的效果。对于孤

独症患儿来说,推拿治疗可改善其情绪状态、提高睡眠质量、增强免疫力等。常用的推拿手法包括捏脊、按揉穴位等。捏脊通过刺激背部脊柱两侧的夹脊穴,调和阴阳气血;按揉穴位则根据患者的具体症状选择相应的穴位进行刺激辅助改善症状。

(三)中药治疗

中药治疗是中医治疗孤独症谱系障碍的重要手段之一。中医讲究辨证论治,根据患儿的具体症状和体质差异进行辨证施治,开具相应的中药方剂进行调理。对于心肝火旺的患者,可采用清心平肝、镇静安神的方剂,如龙胆泻肝汤;对于痰蒙心窍的患者,可采用化痰开窍、醒神益智的方剂,如涤痰汤;对于心脾两虚的患者,可采用健脾益气、养血安神的方剂,如归脾汤;对于肾精不足的患者,可采用滋补肾精、填精益髓的方剂,如六味地黄丸。通过中药调理,可以改善患儿的内脏功能,促进脑髓发育,提高智力水平。

(四)食疗与药膳

中医认为,药食同源。通过合理的饮食调理,可以改善孤独症谱系障碍患者的症状。例如,对于心脾两虚的患者,可多食用桂圆、红枣、山药等具有健脾益气作用的食物;对于肾精不足的患者,可多食用核桃、黑芝麻、黑豆等具有滋补肾精作用的食物。此外,还可根据患者的具体症状制定个性化的药膳方案,如益智仁粥、山药茯苓粥等。

此外,一些中医特色疗法如中药熏洗、耳穴埋针等也被应用于孤独症谱系障碍的治疗中。这些疗法通过不同的途径刺激穴位和经络,达到疏通经络、调和气血、醒脑益智的目的。

孤独症谱系障碍的中医诊治展望

孤独症谱系障碍是一种复杂的神经发育障碍性疾病,给患儿及其家庭带来极大的困扰。中医在孤独症谱系障碍的诊治中展现出独特的优势,强调整体观念和辨证论治,通过调整脏腑功能、疏通经络、调和气血等方法,改善患儿的症状和生活质量,为患儿提供了新的治疗选择。通过针灸、推拿、中药等疗法的综合运用,可以辅助改善症状,提高患儿的语言发育和社交互动能力。

未来,中医与现代医学的融合将成为孤独症谱系障碍治疗的重要方向。通过综合运用中医针灸、推拿、中药等疗法以及现代医学的教育训练、心理治疗等手段,为患儿提供更加全面、个性化的治疗方案,促进其整体健康状况的改善和生活质量的提高。让我们共同关注孤独症谱系障碍的中医诊治进展,一起为这些“星星的孩子”点亮希望之光,让他们在人生的道路上也能绽放光彩。

谭玮玮

广西壮族自治区残疾人康复研究中心副主任,副主任医师

公益宣传

