

· 庆祝中华人民共和国成立 70 周年(一) ·

进一步发挥中西医结合防治老年病的作用

王文健



王文健教授

建国 70 年来,特别是改革开放 40 多年来,随着生活水平的提高和医疗卫生服务的改善,我国人均预期寿命已超过 77 岁;在上海等大城市,平均预期寿命已超过 80 岁,达到发达国家的先进水平。在进入快速老龄化的阶段后,我国老年病防治的任务十分繁重。在中国中西医结合学会成立之初,就十分重视中西医结合防治老年病的工作,根据“老年多虚”的思路,成立了虚证和老年病专业委员会。经过几代人坚持不懈的努力,中西医结合防治老年病的工作取得了显著成绩。对常见的老年病,如老年感染性疾病、慢性阻塞性肺病、高血压病、冠心病、脑卒中、动脉粥样硬化、糖尿病、骨质疏松症、老年骨关节退行性病变、老年泌尿系统疾病、老年认知功能障碍等,通过中西医结合的综合措施,使临床疗效得以提高。此外,还根据中医学的脏腑和症候理论,通过辨证施治,在改善老年人免疫调节功能的减退和延缓老年人衰老进程方面也取得了一定进展。但目前老年病的防治现状远远不能满足需求,无论是科学研究、学科建设、机构设置还是人才培养都和我国老龄化的严峻形势极不适应。

老年病防治具有自身的特点:第一,老年人病理性改变和生理性衰退并存,往往很难区分,作为“病”,需要治疗;作为“老”,可以调理,但衰老的趋势是自然规律,不能逆转。正确认识这一点,既能减少资源的浪费,又可消除不切实际的预期。第二,老年人往往患有多系统的疾病,仅仅患单一疾病者是少数,治疗时除了直接威胁生命的疾病外,要抓主要矛盾,要以提高老年人的生活质量为主要目标。第三,老年患者多重用药现象突出,50% 患者用 3 种以上药物,25% 患者用 4~6 种药物,药物不良反应的比例比年轻人高 2~

7 倍。还有不少老年人同时服用多种保健品。第四,除了器质性疾病外,老年人还高发抑郁、认知障碍等心理方面的病变;慢性器质性病变易诱发心理障碍,而心理障碍也会增加器质性病变的致残率和死亡率。

针对老年病的以上特点,发挥中医药学理论和实践的优势,实行中西医结合的干预措施,可以正确指导老年人的养生、预防、治疗和康复,推进我国老年病学的健康发展。中西医结合在老年病防治领域可以发挥以下优势:第一,遵循“天人相应”的自然观。衰老是正常的自然变化,是“天意”,可以通过良好的生活习惯和适当的调理减轻老化的程度,但不能违反规律进行一些不适合老年人的活动,或预设一些不切实际的目标,盲目服用大量“补药”,结果反而有损健康。第二,分析老年患者病情时要强调“整体观”,老年人存在多系统的病理改变,治疗很难做到面面俱到。除了直接威胁生命的疾病外,一定要从整体出发,分出轻重缓急,以改善老年人的生活质量,使老年患者有获得感作为治疗的重点。第三,实行“辨证施治”。老年人多重用药,根本原因是西药多为单一靶点的药物,治疗多种疾病,就必然要用多重药物。中医的辨证施治,综合了患者脏腑气血阴阳的偏盛偏衰,给出的方剂往往起到多系统、多靶点的调节作用。除了对疾病的治疗外,对衰老的调理可能也包括在其中了。在老年病的中西医结合治疗中,要了解中医和西医治疗各自的长处和优势,避免不必要的重复用药,在保证疗效的前提下,尽量减少用药的品种。第四,充分发挥中医药“未病防病,已病防变”的作用。老年人由于生理功能的减退,很多情况下处于疾病前期阶段,如糖代谢异常而尚未成糖尿病的患者,高血压前期而未达高血压病标准的患者,这些患者经中医药治疗都能控制疾病演变。至于中医药防治慢性病恶化或出现严重的并发症,临床上有许多例子。

老龄化时代的到来,对中西医结合老年病防治,既是挑战,也是展示自身优势的良好机遇。只要我们坚持科学态度,在继承的基础上不断创新,一定能在中西医结合防治老年病领域取得出色的成绩。

作者单位:复旦大学附属华山医院,上海市中医药研究院中西医结合临床研究所(上海 200040)

Tel: 021-62489999, E-mail: wj6518@163.com

DOI: 10.7661/j.cjim.20190708.060

(收稿:2019-07-03)

责任编辑:白霞