

据统计，全世界每6秒就有1人死于中风，全中国每21秒就有1人死于中风。其差异结果一是饮食因素导致，二是中国还有中医疗法，所以大大降低了脑中风的死亡率。

但即便如此，中国中风后偏瘫后遗症患者占比还是很大。因为很多人得了中风，当时在医院恢复到什么程度，出院后就一直保持在这个状态。很少人知道，中风后遗症其实在家也可以调理，而且调理后，效果基本能恢复到正常状态的八成。

我之前治疗的一个患者，症状十分严重，脑梗出院后全身瘫痪，大小便都不能自理，吃饭只能吃流食。但其家人和患者自己坚持配合调理，加上患者天性乐观，不到半年，他已经完全恢复，不仅不用家人伺候拖累家人，甚至还能骑着电车买菜做饭接送孙子，继续快乐健康有尊严的生活。

其实，他的情况并非个例，大部分脑梗患者，只要积极配合治疗，其实大都能恢复到正常状态，当然，这个结果也取决于脑部梗死的面积和程度。

中医治疗脑梗后遗症，将其分为以下三个类型：气虚血瘀型、肝肾阴虚型、风痰血瘀型。治疗期间只要辨对症用对药，加上运动锻炼，恢复效果惊人！

一、气虚血瘀型

表现

：半身不遂、口舌歪斜、舌强言謇或不语，口角流涎，小便频数或遗尿失禁，感觉减退或消失、面色苍白、气短乏力、自汗，舌质暗淡、舌苔薄白或有齿痕，脉沉细、细缓或细悬。

病机：正气亏虚，不能行血，以致脉络瘀阻

，筋脉肌肉失去濡养，故见半身不遂、口眼歪斜。气虚血瘀，舌本失养，故语言謇涩；气虚失于固摄，故口角流涎、小便频数、遗尿失禁；舌暗淡，苔白，脉缓无力为气虚血瘀之象。

治法：益气活血、扶正去邪。

方药：补阳还五汤（理血剂，出自王清任的《医林改错》）加减，由黄芪、当归尾、赤芍、地龙、川芎、红花、桃仁组成。

方解：方中用生黄芪做君药，大补脾胃之元气，以治本。用当归尾做臣药，活血化瘀不伤血，以治标。用川芎、赤芍、桃仁、红花，辅助增强当归活血祛瘀之效；用地龙通经活络以助气血流通，五者共为佐药，地龙兼做使药。全方重用补气之黄芪，配合活血诸药，补而不滞，活血而不伤正，治病的同时，还能帮助改善体质，避免疾病反复发作。

中成药：大活络丹（由白花蛇、乌梢蛇、黄连、天麻、虎骨、全蝎、人参、龟板、麝香、犀角、牛黄、朱砂、安息香等50余味中药组成）。

二、肝肾阴虚型

表现

：半身不遂、口舌歪斜、舌强言蹇或不语，感觉减退或消失、眩晕耳鸣、腰酸腿软、汗出肢冷、心悸气短、健忘失眠、咽干口燥，舌质红，少苔或无苔，脉弦细数。

病机：肝肾阴虚，肝络失滋

，肝经经气不利，则胁部隐痛；肝肾阴亏，水不涵木，肝阳上扰，则头晕目眩；肝肾阴亏，不能上养清窍，濡养腰膝，则耳鸣，健忘，腰膝酸软；虚火上扰，心神不宁，故失眠多梦；肝肾阴亏，相火妄动，扰动精室，精关不固，则男子遗精；肝肾阴亏

，冲任失充，
则女子月经量少；阴虚失润
，虚热内炽，则口燥咽干，五心烦热
，盗汗颧红；舌红少苔，脉细数，为阴虚内热之征。

治法：滋补肝肾、益气养血、切阳息风。

方药：大补元煎（补益剂，出自张景岳的《景岳全书》）加减，由人参、山药、熟地、杜仲、当归、山茱萸、枸杞、炙甘草组成。

方解

：方中人参大补元气，杜仲温肾阳，熟地补肾阴，山茱萸补肝阴，山药补脾阴，当归补血，枸杞滋补肝肾，甘草补脾胃而和诸药。
诸药配合，功能大补真元、益气养血，故景岳称此方为“救本培元第一要方”。

中成药：人参再造丸（由人参、黄芪、白术、茯苓、甘草、当归、首乌、龟板、骨碎补、生地黄、元参、红曲、建曲等47味药组成）。

三、风痰血瘀型

表现：神智昏聩、头脑不清，半身不遂、口舌歪斜、喉中痰声漉漉，舌强言蹇或不语，项背强直、角弓反张，偏身麻木甚至四肢抽搐，舌质暗淡、舌面有瘀斑或瘀点、舌苔薄白或白腻，脉弦滑。

病机：主要由风、火、痰、气、瘀，其中一种或多种因素引起。

如肝肾阴虚，阳亢化火生风，或五志化火动风。脾失健运

，痰浊内生，或火热炼液为痰。暴怒血菀于上，或气虚无力推动，皆可致瘀血停滞。四者之间可互相影响或兼见同病，如风火相煽，痰瘀互结等。严重时风阳痰火与

气血阻于脑窍，横窜经络，出现昏仆、失语、喎僻不遂。

治法：活血化瘀、化痰通络。

方药：涤痰汤（化痰剂，出自南宋严用和《济生方》）加减，由半夏、胆星、橘红、枳实、茯苓、人参、菖蒲、竹茹、甘草、生姜、大枣组成。

方解：这个方子是在二陈汤的基础上变化而来的。方中君药橘红半夏，理气燥湿化痰，是为治本。方中臣药菖蒲、竹茹、胆南星，菖蒲芳香开窍、和中辟浊，竹茹清热化痰、除烦止呕，胆南星清热化痰、熄风定惊，是为治标。

。方中佐药人参、茯苓、枳实，人参、大枣补气益脾，枳实破气行痰，消积散痞。方中使药甘草调和诸药。

各药合用，痰消火降，经络通利，则痰迷可解，语言恢复。

中成药：解语丹（由炮附子、石菖蒲、远志、天麻、全蝎、羌活、胆南星、木香组成）。

其实，

中风后遗症的预后，除了中药调理外，还需要配合锻炼

，这都是考验家人和病人的时刻。但如果能坚持一个月左右，就能看到明显效果，基本上半年左右，患者生活就能完全自理。另外，早发现早治疗也对中风后遗症影响巨大。

如果你有以下症状，可能是中风的前兆，一定要及时到医院做检查

1. 强握症表现，握住别人的手，怎么也放不开。
2. 嗜睡，说明血脂、血黏度、血压等方面有问题。

3. 舌头痛、口角歪斜、喝水总会呛咳。
4. 一侧眼睛出现黑朦、视物不清、视物双影的情况。
5. 头晕头痛、走路不稳、步态蹒跚、总向一侧倾斜。
6. 一侧肢体发作性的无力、麻木、抽动、痉挛或瘫痪。
7. 血压突然持续升高或持续下降。
8. 一过性的记忆丧失或意识丧失，突然摔倒。
9. 言语不清，表达困难，说话张不开嘴、伸不直舌头。

我是河南中医药大学博士生导师陈玉龙

，如果你有高血压、高血脂、高血糖、中风后遗症等方面问题，可以在评论区给我留言。关注我@中医陈玉龙教授，健康生活每一天。