

三伏天“冬病夏治”正当时

市区各大医院三伏贴炙热上线

入伏以来,市区各大医院“冬病夏治”三伏贴活动一天比一天火热,大批市民纷纷前来贴敷。那么,三伏贴适用于所有人吗?贴敷时有什么讲究?除了三伏贴,还有其他“冬病夏治”的手段吗?连日来,记者前往市区多家医院中医科探访。

三伏贴有众多忠实粉丝

今年50岁的李大妈家住崇川区和和平桥街道濠城社区,是三伏贴的“忠实粉丝”。

“我已经连续贴了四年,对我这顽固慢性咳嗽很管用,冬天发病明显少多了!今年活动一开始我就来啦!”7月11日,初伏当天,李大妈一大早就来到南通市中医院贴敷“三伏贴”。

同天,张奶奶则是一早特意从海安赶到市中医院,“我因为常年容易感冒,还患有慢性鼻窦炎,去年在这里贴敷之后感觉不错,今年我也准时赶过来贴一贴”。

事实上,三伏贴并非独得中老年朋友的“宠爱”,上班族和小朋友也占很大比例。几天前,夏女士带着4岁的儿子来到市中医院贴敷三伏贴,“我儿子‘阳康’之后很容易咳嗽,前两天还发烧了,在医生的建议下,等退烧了,我才带他来贴。三伏贴通过皮肤给药,我觉得对孩子来说很方便,也很安全”。“一般贴敷2~4小时即可,小朋友的话,建议减少贴敷时间,一般2个小时就要揭掉哦!”医务人员细心叮嘱着夏女士。

三伏贴并非“千人一方”

今年,市中医院共有12个科室开展“三伏贴”服务,根据患者病情、体质差异,各科的贴敷药方不尽相同。记者了解到,各科室精选地道中药材,将具有温通经络、散寒去湿、通行气血等作用的中药研成细末,调成膏丸状,制成各种贴敷用料;医生根据患者个体情况辨证开单,取不同穴位贴敷。

“每个人的情况是不一样的,比如刚刚这位患者肩颈部疼痛明显,因此我们会在肩颈部、腰部取穴,进行着重贴敷。”市中医院针灸科主任中医师沈蓉蓉说。“有的患者,比如说小孩儿,皮肤比较娇嫩,所以我们在制丸时用药会有所讲究,多选取一些温和的药材,在保证疗效的同时,能让患儿贴敷体验感更好。”该院推拿科住院中医师秦璐解释。

贴敷“三伏贴”,性别不同,对于穴位的选取也很有讲究。“女性贴敷三伏贴可以根据自身月经周期情况,辨证选取关元、子宫、命门、三阴交等穴位,治疗痛经、月经不调、不孕症等疾病。”南通市妇幼保健院中



医生为患者做三伏贴治疗。

医科副主任中医师王甫说。

南通市名中医、内科主任中医师刘钧强调,中医治疗疾病讲究辨证论治,而非“千人一方”,三伏贴治疗也是一样,根据患者具体情况,配伍具有针对性的贴敷药物,并选取相应的穴位,对症治疗才能有较好的疗效。

不是所有人都适合三伏贴

三伏贴适用于所有人吗?答案是否定的。刘钧表示,一般来说,患有“冬病”,属于“阳虚体质”的人群,都适合贴三伏贴。他进一步解释,“冬病”最多见于呼吸系统疾病,如慢性支气管炎、支气管哮喘、慢性咳嗽、慢性鼻炎、慢性咽炎、反复感冒等;也可见于消化系统疾病、风湿系统疾病、骨关节病、妇科疾病等。

不过,他也提醒以下人群不宜贴敷:“热”性体质,或辨证为“热”证的人群;患有皮肤疾病的人群;严重脏腑功能障碍者、恶性肿瘤、血液病、传染病等,疾病急性发作期或加重期;两周岁以下的儿童及孕妇等特殊人群;对应用的中药或辅料成分过敏者。

“由于每个人的体质不一样,建议大家到正规医院咨询医生,进行体质辨识后才能确定能否贴敷、如何贴敷。”刘钧说。

“冬病夏治”不只有三伏贴

三伏贴属于中医“冬病夏治”中很重要的外治疗法之一,在一年中气温最高、阳气最盛的夏季三伏期间,以辛温驱寒药物直接贴敷于不同穴位,具有温补阳气、祛除寒邪的作用,从而提升机体的抵抗能力、减少或消除易发宿疾在冬季发病的可能,达到治病、防病、保健的多重效果。

当然,“冬病夏治”的内涵远不止这些。除了贴敷三伏贴外,中药内服、针刺、艾灸、熏洗等都在此列。“在三伏贴的基础上,我们护理专科门诊会辨证加以雷火灸、平衡火罐等,可增强原有三伏贴的疗效,治疗时起到事半功倍的效果。”市中医院护理专科门诊负责人、全国首批中医护理骨干人才李海燕介绍。

同样是穴位贴敷,也不仅仅只有三伏贴。在市妇幼保健院中医科,除三伏天里常规贴敷治疗内科、妇科、儿科诸症外,日常开展“暖宫贴”“止吐贴”等特色治疗,吸引了众多女性朋友特别是孕产妇前来“打卡”。王甫介绍,以“暖宫贴”为例,可有效缓解女性因为解寒凝胞宫造成的痛经、月经量少、气血不足等症状;而“止吐贴”则可降逆止呕,有效、安全地贴敷于孕妈妈中脘、足三里等穴位,缓解妊娠剧吐的痛苦。

在南通市第六人民医院中医科,除了“穴位敷贴”外,还推出隔姜灸、温针灸、针刺、拔罐、内服汤药、穴位推拿等多种中医适宜技术,使“冬病夏治”的内涵更加丰富。

在南通市中西医结合医院,结合三伏贴,还推出“脐灸”这一“冬病夏治”特色疗法。该院中医专家介绍,近三年新冠病毒反复来袭,人体阳气部分耗损,导致不断出现各种各样的症状,而通过“三伏贴+隔药脐灸”这一组合疗法,要比单纯贴敷三伏贴功效翻倍,更能提高人体免疫力。专家建议,儿童可以采取“三伏贴+小儿推拿”,或者“三伏贴+隔姜灸”组合治疗;成人则可以采取“三伏贴+脐灸”,或“三伏贴+隔姜灸”组织治疗,共同打好“三伏天”的“健康保卫战”。

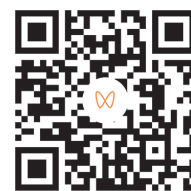
本报记者冯启榕
本报通讯员仲轩



定期奉献“名医访谈、医疗活动、健康科普”等精彩视频

带您了解 儿童腺样体手术

暑期来临,不少家长都选择在这时候解决孩子张口呼吸、睡觉打鼾的症状。事实上,这一症状与我们身体的腺样体有关。本期名医团来到南通市妇幼保健院,带领大家一起实地探访一场儿童腺样体切除手术。



扫一扫看相关视频

医周健闻

又一名医工作室落户南通 肾病患者可在 家门口享优质服务

晚报讯 为提升肾内科临床诊疗和科研水平,加强人才培养和学科建设,7月18日,江苏省人民医院邢昌赢“名医工作室”正式落户南通市第四人民医院。这意味着,市民今后在家门口便可享受到国内知名肾内科专家提供的优质诊疗。

邢昌赢是南京医科大学第一附属医院肾脏病学教研室主任,现任中国医院协会血液净化分会副主任委员、江苏省肾病专业质量控制中心主任委员等职。“南通是我的第二个家乡,在南通市卫健委的大力支持下,我将与南通四院肾内科医护人员共同努力,发挥引领作用,不断加强学科建设和青年骨干医师的培养,提升医疗服务能力,为广大患者提供更加优质、便捷、高效的诊疗服务。”邢昌赢说。

据介绍,成立名医工作室是南通四院为提升学科能力,推动医院高质量发展的重要一步。继去年精神科成立柯晓燕“名医工作室”、姚志剑“名医工作室”后,此次该院综合科又成立邢昌赢“名医工作室”,这将推动医院学科能力、人才队伍、科研教学等工作再上新台阶。

通讯员朱小平 记者冯启榕