

三伏将至 冬病夏治 正当时

市中医院针灸科专家为你打造冬病夏治全攻略



市民在市中医院针灸科接受“冬病夏治”。

随着天气越来越热，冬病夏治 这个词被人们不断提起。什么是 冬病夏治 ？冬病夏治 有什么奥秘，穴位贴敷 又有什么讲究？带着种种疑问，记者来到我市最早开展 冬病夏治 贴敷疗法的市中医院，请该院针灸科专家答疑解惑。

记者 李梦楚 通讯员 吴婵丹

什么是 冬病夏治

市中医院针灸科主任陈静介绍，冬病 是指某些易发于冬季或在冬季易加重的虚寒性疾病，由于机体素来阳气不足，一旦受凉，往往导致病情发作或加重。夏治 是指根据 春夏养阳、秋冬养阴 的原则结合天灸疗法，在夏季三伏时令，自然界和机体阳气最旺之时，通过温补阳气、散寒驱邪、活血通络等治疗措施，一方面能增强机体抵抗病邪能力，另一方面又有助于祛除阴寒。对于虚寒性疾病，冬病夏治 往往能起到事半功倍的效果。

冬病夏治 的方法

市中医院副院长、针灸学科带头人何广武说：冬病夏治 的方法很多，有穴位贴敷、中药内服、针刺、艾灸、拔罐、推拿等，其中穴位贴敷最具有代表性，因治疗的时间是每年的三伏天，因此也被称为 三伏贴 。

三伏贴 是一种传统中医疗法，此法选用一些对皮肤有刺激作用的药物，贴敷在人体的穴位上，利用药物的刺激作用，引起穴位局部皮肤潮红充血，甚至起泡，来达到治疗疾病的目的。

今年的三伏贴治疗时间为7月13日、7月23日、8月2日，一年贴3次，3年为一个疗程，每次贴敷时间成人2小时-4小时，儿童1小时-2小时，连续治疗2个-3个疗程能起到增强体质、巩固疗效、预防复发的效果。

穴位贴敷

用药、选穴有讲究

每年7月、8月是穴位贴敷的最佳时机，各医疗机构甚至网络上销售

的药贴都十分火爆，但是只有选择正规医疗机构接受治疗，严格辨证辨病取穴，遵循地道中医理法方药才能取得预期的治疗或保健效果，盲目贴敷不但有可能耽误治疗，还可能造成皮肤灼伤等损害。何广武说，冬病夏治 疗法是我国传统中医药疗法中的特色疗法，它是根据《素问·四气调神论》中 春夏养阳 的原则，结合天灸疗法，在人体的穴位上进行药物敷贴，以鼓舞正气，增加抗病能力，从而达到防治疾病的目的。要想贴敷疗效好，用药和选穴都有讲究。

贴敷药物的组方出自千年文献传承和临床实践，只有将传承经典与当代疾病特点有机结合，在科学合理的辨证组方的基础上，选用地道的中药材及名贵中药麝香等，并严格尊古加工炮制，不同疾病选择不同组方，贴敷的效果才有保证。

贴敷选穴要辨证辨病、精准恰当。膻穴是人体气血汇聚之所，是脏腑经络之气达于体表的部位，也是药物敷贴的治疗部位，它能够通过经络调整全身的阴阳气血，从而达到治疗疾病的目的。

哪些情况适合 三伏贴

冬病夏治 并非人人适宜。陈静说，三伏贴 适用于患呼吸系统疾病的人，如慢性咳嗽、哮喘、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺病、反复感冒等；风湿免疫性疾病，如关节疼痛及肢体麻木、肩周炎、风湿性关节炎等；消化系统疾病，如慢性胃、肠炎，消化不良等；耳鼻喉科疾病，如过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽喉炎等；儿科疾病，如哮喘、咳嗽、体虚易感冒、脾胃虚弱等；慢性皮肤病，如荨麻疹、冻疮、硬皮病等；妇科疾，如慢性盆腔炎、痛经、不孕症等。其适应症还包括颈椎病、腰椎病、强直性脊柱炎等寒湿病

症、前列腺炎、前列腺增生，阳虚型体质的人群。

对于热性疾病或阴虚的人，三伏贴相当于火上浇油。若患者不能判断自己是否适合 冬病夏治，最好让医生根据病情和体质，辨证施治。特别是有严重心、肝、脑疾病、恶性肿瘤、严重糖尿病、严重过敏体质者，处于疾病发作期（如发热、正在哮喘等）的患者，孕妇、18个月以下婴儿都不能采用 三伏贴 疗法。

三伏贴 应注意什么

陈静提醒，三伏贴 前一天，患者最好能洗个澡，穿着宽松。贴敷时，有些患者会起泡，这是正常反应，不必紧张，因穴位贴敷所用的名贵中药如麝香、生姜汁、白芥子等具有一定的刺激性。如果患者对胶布过敏，在贴敷前可告诉医生，市中医院针灸科已为大家准备了脱敏胶布。

为保证贴敷效果，贴敷后应注意避免出汗，以免药物脱落。为了让药物渗透吸收，最好待在通风、较凉快的房间里，但忌贪凉饮冷，以免损及阳气，影响治疗效果。贴敷当日不宜洗澡，不要暴晒，贴敷期间忌洗冷水澡。此外，贴敷3天内不宜吃海鲜、辛辣、油炸、生冷的食物，避免感冒。

严把质量关 满足患者需求

自2004年以来，市中医院发挥中医药在 治未病 方面的特色优势，面向儿童、中年人、老年人等不同层次人群开展 冬病夏治 穴位贴敷服务，已累计服务数万人次。该院贴敷疗法开展早、患者多，在时间、药物、穴位选择上都深得其妙，因此选择到市中医院进行穴位贴敷的患者每年大幅递增。

为满足患者需求，市中医院加强贴敷工作专项管理，研究论证组方配药和辨证取穴方案，严把贴敷药品质量关，细化贴敷工作流程，最大限度确保贴敷工作顺利开展。

记者从市中医院获悉，自今日起，该院开始接受 冬病夏治 预约，有需要的市民可提前到市中医院针灸科预约，以免错过 冬病夏治 的黄金时期。

专家 下沉 市中医院

医患双方皆得益

记者 李梦楚

4月，省中医药学会与市中医院签约授牌成为共建单位，省中医药学会名中医工作室同时落户市中医院。5月，省中医药学会陆续有4位国家级、省级专家 下沉 市中医院坐诊，让我市百姓在家门口就享受到了专家级医疗服务，医疗资源下沉取得显著成效。

对付疑难杂症 针 有一套

我这右膝盖这几天突然疼痛，一走路就疼得厉害，上下楼梯更疼。5月30日，正是省中医药学会推拿分会副主任委员、温岭中医院党总支书记、主任中医师李正祥来市中医院坐诊的日子，趁此良机，市民徐香园和丈夫一起挂了专家号。

李正祥详细询问了徐女士的情况，又为其查体、把脉、施针。施完针，刚刚走路还跛着脚的徐女士已能正常行走，这让在旁等候的市民啧啧称奇。

身患肩周炎的王先生在施针后，右手从原来抬不过肩膀到行动自如。他临走时还依依不舍，紧握着李正祥的手说：您的医术可真高明，太感谢您了，您什么时候来，我下次要介绍亲戚朋友来找您看病。

一直在旁看着李正祥施针的市民李女士早按捺不住激动的心情，她给哥哥打去电话：今天中医院来了专家，看了几个病人都是施完针就能走路、能抬手了，太神了，我帮你去挂号，你赶紧过来。

你看，不用做检查，不用拍片，一根银针，解决了多少患者的痛苦。在旁等候的市民王良学说，我们永康就应该多请这些专家来，让老百姓得到更好的医疗服务。

本周日 许家班小儿推拿 掌门人来接力

作为 下沉 专家之一，李正祥说：省中医药学会与永康市中医院成为共建单位后，各路英雄聚集在永康市，这势必会推动永康中医药产业的发展。同时，我们也会以师带徒方式传授中医学学术经验，进一步提升永康市中医医疗水平，营造浓厚的学术氛围。永康市中医院用好、用活 下沉 资源，将优质的医疗资源送到百姓身边，是排解基层群众所忧所急所难的大实事、大好事。

首批 下沉 专家和市中医院的医护人员依依惜别，本月又有多位专家前来 接力，如本周日，许家班小儿推拿 掌门人许丽就将坐诊市中医院，为孩子们送上绿色健康疗法。许丽是我省首批中青年临床名中医，也是我省小儿推拿领军人物，在全国都有一定的影响力。市民可根据自己的实际情况，及时预约挂号。

小儿推拿也许大家不是很熟悉，它是用推拿、按摩的手法预防或者治疗一些小儿疾病，可以增强宝宝抵抗力，像感冒、咳嗽、发烧、哮喘、肠炎、腹泻、吐奶、遗尿等疾病都可以采用小儿推拿的方式进行治疗保健。