



立冬将至 又到膏方进补时

市中医院10月25日正式开膏

中医院膏方 火热预约

膏方一直是市中医院发挥中医药特色与优势的亮点。该院于2006年开设膏方门诊,由中医专家开具量体裁衣式的膏方,平均每年都有上千人到该院开膏方,拥有一大批忠实粉丝。

膏方是一门学问,医生必须熟悉辩证施治,同时要求药物必须道地、质地上乘。10年来,市中医院不断完善总结膏方经验,在规范标准、药材把关、现场熬制等各个环节上加强管理,发挥膏方祛病强身、延年益寿的功效,确保膏方在预防保健领域发挥重要作用。



膏方制作筹备中。

膏方有何作用

为什么膏方如此受市民欢迎?朱杭溢说,多数市民青睐膏方,是因为它的调补功效。

膏方进补的适应面广,在保健、预防、治疗和康复等多种领域都有独特的疗效。对于中老年人或体质虚弱的人来说,服用膏方可改善气血不足、精力减退、头发花白、记忆力差等体虚症状;对于患有慢性支气管炎、冠心病、风湿性关节炎等慢性病的人群来说,膏方同样能达到补益和治疗的作用;对于中青年人群来说,膏方具有调理亚健康、

强身健体、美容养颜的作用;对于体弱儿童,则有调理体质、增强免疫力的功效。

朱杭溢说,膏方充分体现了中医“治未病”的精髓,不少之前服用过膏方的市民反馈,服用膏方后感觉手脚不发冷了,感冒、中暑的症状也少了。重体力劳动者表示,服用膏方后腰酸背痛等毛病少了很多,还有些慢性病如慢性支气管炎患者,今年吃了膏方,第二年上半年不发病,或发病也不像原先那么重了,所以会经常惦记着吃膏方。



片状膏方



单剂量膏方



膏状膏方

为满足市民需求,该院还推出了便于携带的膏方单剂量小包装。这种单剂量包装的膏方,在卫生清洁、延长保质期、服用方便等方面优势明显。考虑到膏方的口感,中医院还会在膏方熬好后加入核桃肉、芝麻等食材,做成像芝麻片一样的硬膏,方便市民食用。但市民可得注意了,这芝麻片毕竟是滋补品,不宜贪嘴多吃。

记者从市中医院获悉,自10月25日起,该院正式开膏并接受膏方预约,有需要的市民可拨打中医院热线或直接到该院中医科预约,以免错过膏方进补的最佳时期。此外,11月市中医院还将邀请浙江省中医院、省中医药学会十多位国家级、省级中医专家来院坐诊,市民不出远门就能吃到省级名家开具的量身定制的膏方。

哪些人适宜服用膏方

在市中医院,每一个膏方都是专家针对每个人的症状和自身特点拟定的。所以,秋冬进补之前先要向医生咨询,看看自己身体是否适合进补。

据该院省级名中医王亦专介绍,膏方最适合三类人。第一类,亚健康人群用来养生和保健。如年轻人工作节奏快、压力大,不少年轻人因久坐、熬夜、空调、不运动等不健康生活方式,出现头晕腰酸、疲倦乏力等亚健康状态,此类人群可以服用膏方恢复常态。第二类,凡气血不足、五脏亏损、体质虚弱或外科手术、大病、重病恢复期出现各种虚弱症状,均可进补膏方。第

三类,患有慢性疾病的患者,比如慢性支气管炎、慢性胃炎等。

王亦专提醒,有些方子中,膏脂成分油腻,对肠胃功能不佳、消化吸收状况差的人来说,也许会加重不适感。对这些人,医生往往要先给出“开路方”,待其肠胃功能恢复,吃东西不觉得胀满后方能进补。

再有,所谓“虚不受补”,对于脾胃湿重的人,也需要先调理脾胃。遇到感冒、上火、拉肚子、嗓子疼等外感病症的情况下,也不能用膏方进补,此时进补不仅达不到补益的效果,反而会“助邪”,要先将疾病治愈后方能进补。

膏方如何服用、保存

据该院永康市名中医程恋乡介绍,一般立冬至次年立春这段时间,为膏方的最佳服用时间。

吃膏方的时机也有讲究。空腹服用有利于药物吸收,所以膏方一般早晚空腹服用。程恋乡提醒,如果空腹服用引起腹部不适或食欲下降等情况,也可以把服药时间安排在饭后1小时左右。服用过程可以从一天一次,一次一匙量开始,一周后逐步减少至两天一次。若觉得膏方口味粘腻,也可以用开水冲调化服。

此外,膏方中一般含有滋补类药物,服用期间建议少吃茶叶、萝卜、咖啡、可乐、生冷滑腻等食物。

膏方应放置于阴凉处,或放于冰箱内防止变质。如遇暖冬气温连日回升,应隔水高温蒸烊,但忌直接将膏锅放在火上烧烊,这样就会造成锅裂和底焦。膏药蒸烊后,一定

要把盖打开,直至完全冷却方可盖好。注意,千万不要让锅盖的水落在膏面上,否则过几天就会出现霉点。服用膏方时,可准备一个固定的汤匙,以免把水分带进锅内造成霉变。如果膏方上出现霉点,去掉霉点后再隔水高温蒸烊便可。但如果霉点很多且在膏面的深处也有霉点,就不能服用了。



天气渐凉,又到了进补的好时节。随着市中医院膏方预定热线的再次推出,市民膏方进补的热情被推向了高潮。为什么膏方如此受市民欢迎?膏方有何作用?哪些人适宜服用膏方?市中医院的膏方有何独到之处?带着市民关心的种种问题,记者来到市中医院中医科,请专家们答疑解惑。

记者 李梦楚

什么是膏方



俗话说:秋冬进补,来年打虎。春生、夏长、秋收、冬藏,根据中医理论,冬季人体阳气开始消退,阴气开始生长,此时如果适量进行滋补,可蓄养精、神、气、血,为来年春天做好准备。《内经》中也有“秋冬养阴,阴精所奉,其人寿”的说法,就是说人体只有在秋冬养好阴,藏好阴,春夏才能有生和长的资本。而冬令进补,以膏方为最佳。

市中医院中医科主任朱杭溢介绍,膏方是一种具有高级营养滋补和治疗预防综合作用的成药。在汤剂的基础上,医生根据不同体质、不同临床表现确立不同处方,经浓煎后掺入胶质辅料,制成半流质或硬质的膏方。

膏方一般由20余味中药组成,服用时间较长,讲究针对性。膏方是老少皆宜的养生品,但需要因人而异。朱杭溢说,只有针对患者的疾病性质和体质类型,经辩证后配方制膏,量体用药,方能达到增强体质、祛病延年的目的。膏方性滋腻,若不根据实际情况一味大补,于健康无益。