

ZHUANBAN

# 冬病夏治正当时

## ——濉溪县医院中医科伏前贴将于本月21日开始

■记者 王陈陈  
通讯员 穆廷法 付姗姗  
摄影 记者 黄鹤鸣

6月21日是入伏首日,也到了冬病夏治的好时节。为了满足广大患者的就医需求,安医大一附院中医科专家自这一天起入驻濉溪县医院中医科,开展“病人不跑,专家跑”的冬病夏治中医疗法,让基层群众在家门口就能享受到省级中医专家的优质医疗服务。

### 何为冬病夏治?

冬病夏治指一到冬天就发作或加重的某些疾病,在夏天缓解期进行针对性治疗,提高机体的抗病能力,从而使冬季易发生或加重的病症减轻或消失,是我国传统中医特色疗法,也是医学中重要的预防医学思想。三伏天治疗效果更佳。

### 哪些疾病适合冬病夏治?

冬病夏治的适用人群很广,可治疗多种类别疾病,其中呼吸系统疾病疗效最明显。

呼吸系统疾病: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:关节疼痛及肢体麻木、肩周炎、风湿及类风湿性关节炎等。

慢性疼痛性疾病:颈椎病、腰腿痛、各类型关节疼痛等。

消化系统疾病:慢性胃炎、慢性肠炎、消化不良等辩证属脾胃虚寒证、脾胃虚弱证者。

耳鼻喉科疾病:过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽喉炎、喉源性咳嗽、扁桃体和腺样体肥大、神经性耳鸣等。

儿科疾病:哮喘、咳嗽、支气管炎、体虚易感冒等。

妇产科疾病:痛经、盆腔炎、月经不调、宫寒不孕,产后身痛、脾胃虚寒、手脚冰凉、腹痛、关节痛等。

神经系统疾病:脑血管病恢复期、眩晕、头痛、颈椎病、睡眠障碍等。

内分泌疾病:糖尿病引起的各类并发症,如周围神经病变、糖尿病足病、糖尿病胃肠功能紊乱、糖尿病伴呼吸系统疾病等。

老年慢性病及心血管系统疾病:眩晕、心慌、胸闷、气短、乏力、失眠、怕冷、易感冒、双下肢水肿等。

阳虚型体质人群:日常畏寒肢冷、四肢不温、面色苍白、大便溏薄、小便清长、精神不振、舌淡而胖或有齿痕、脉沉微无力等。

### 冬病夏治的治疗手段有哪些?

目前,县医院中医科主要开展三伏贴、



艾灸、刮痧、拔罐、药物内服、药物外擦或外洗等,其中三伏贴具有简便、廉价、安全、疗效好等特点,深受广大群众青睐。

### 三伏贴有何讲究?

三伏贴即穴位贴敷,以中药直接贴敷于穴位,经由中药对穴位产生微面积化学性、热性刺激,达到治病、防病的效果。

贴敷三年为一个疗程。贴敷当天着宽松棉裤,便于暴露肩背部。成人每次贴2-6小时,2岁以上儿童每次2-4小时。

贴敷当天,不宜洗澡。禁食生冷、辛辣

刺激性食物,不要常驻低温环境。贴敷期间,有皮肤过敏者,例如贴敷边缘有红色丘疹,可用抗过敏药涂擦;若局部有热感或微痒,属正常现象;如皮肤破损严重,需到医院就诊。

三伏贴治疗疾病有优点,但也有禁忌人群及需要注意的事项。如支气管哮喘等病发作期、肺炎及多种感染性疾病的急性发热期及感冒发烧者;对贴敷药物敏感、特殊体质及接触性皮炎、皮肤长有疱疖等皮肤病,或贴敷穴位局部皮肤有破溃者;孕妇和近期备孕者;严重心肺功能疾患、恶性肿瘤,严重糖尿病患者;结核病阴虚火旺和体质壮实上火者;咳嗽、腹泻者等。

### 今年三伏贴敷时间

伏前贴:6月21日至7月15日;初伏贴:7月16日至7月25日;中伏贴:7月26日至8月14日;中伏加强贴:8月5日;末伏贴:8月15日至8月24日。

根据中医理论每伏第一天是开穴的日子,此时敷贴疗法效果最佳,但也不必过分拘泥于此。

### 如何做好夏季养生?

冬病夏防,百病由寒起,寒在夏季生。

趁夏季充阳气、强壮身体、补足正气就很重要。

夏季因为气温较高且多雨,人的机体腠理疏松,加上雨水、湿气重,容易侵入机体。而湿邪有重着、粘滞特点,侵入机体后缠绵难愈。你可能会出现口舌粘腻、头重身困无力、食欲减退、消化不良、大便溏薄,甚至肢体关节疼痛不适等症状。

建议多吃健脾养胃的食品,如可以用薏米仁、带皮冬瓜、带皮老姜、莲子、砂仁等煲汤,熬粥食用,同时忌食生冷食物,适当地体育锻炼。



三伏贴老少皆宜。



医生接诊。



中药房,医生对中药精准计量。

## 濉溪县医院中医科简介

1956年,濉溪县医院中医科门诊成立,并设有针灸室。

2019年9月,中医科独立病区成立,开放床位20张,最大收容量为57张。

科室现拥有一支朝气蓬勃、技术精湛、经验丰富的医生和护理团队,擅长中西医结合、中医、骨伤、针灸推拿等。分有中医肝胆病、肺系病、脾胃病(消化系统疾病)、中医妇科、中医脑部(神经内科疾病)、中医骨伤、中医针灸等亚专业。设有普通病房、精准扶贫病房,以及中医科综合门诊等。

### 中医特色疗法

本科室采用辩证内服中药、中成药,并配合针灸、拔罐、中药外敷、中药熏洗等多种中医药综合手段对症治疗。包括汤药、针灸、中医推拿、拔罐、中药足浴、中药熏洗、穴位贴敷、耳穴压豆、中药外敷、梅花针放血疗法等。

### 诊疗范围

老年慢性病:中风、头痛、眩晕、不寐、消渴,以及脑梗死、高血压、慢性胃炎、冠心病、糖尿病、肝炎、肝硬化腹水、哮喘及慢性阻塞性肺病等疾病。

痹证:肩周炎、颈椎病、腰椎间盘突出症、骨性关节炎等疾病。

妇科疾病:不孕不育、痛经、月经不调、更年期综合征等。

慢性病预防、亚健康调理等。

对于难以确诊而自觉有病的患者,宜看中医。如气虚自汗、盗汗、耳鸣、肢麻、肢冷、腹胀、便秘、溏泻、小便频数、夜尿频烦、口渴、心悸、胸闷、狂躁、忧郁、精神萎靡、身倦无力、头晕眼花、失眠健忘等。

### 预约咨询地点

濉溪县医院南楼15楼中医科

### 预约咨询电话

中医科 0561-6093558

梁敏安 15956115862

王立言 13399618877