

# 夏至了,又到“冬病夏治”好时光

陈小平 陈军 记者 李皖婷/文 倪路/图

今天是夏至,一年一度的“冬病夏治”又将开始。哪些疾病适合冬病夏治?今年冬病夏治从什么时候开始?冬病夏治可不可以在家治疗?做冬病夏治治疗前后有啥注意?本报周二上午9:30~10:30,健康热线0551-2623752邀请省中医院常务副院长刘健教授就有关话题与读者交流。以下内容根据电话录音整理,未经刘健本人审阅。



## 本期指导专家:刘健

刘健教授为医学博士,博士生导师,系安徽省级学术和技术带头人,国家中医药重点学科中医痹病学科、安徽省重点学科中医内科学学科、国家中医重点专科风湿病科带头人。擅长中医药防治风湿病如类风湿关节炎、强直性脊柱炎、干燥综合征等,在国内率先提出风湿病从脾论治的学术观点。在冬病夏治、膏方进补等中医养生保健方面颇有建树。

## “冬病夏治”可治多种疾病

读者:冬病夏治主要治疗哪些疾病?

刘健:1、呼吸系统疾病,如支气管哮喘,慢性支气管炎,体虚感冒、肺气肿、反复呼吸道感染等。2、风湿病,如类风湿关节炎、风湿寒性关节痛、骨关节炎等。3、小儿病,如小儿哮喘、变应性咳嗽、鼻炎等。4、妇科病,如盆腔炎、产后痛、痛经等。5、其他如过敏性鼻炎、慢性咽炎、胃寒病、腰腿酸痛等。

## 三伏是“冬病夏治”最佳时间

读者:冬病夏治的最佳时间是什么时候?今年是哪几天?

刘健:每年三伏季节是阳气正旺之时,是用穴位敷贴进行冬病夏治最佳时机,一般每5-10天一次,3-6次敷贴为一疗程,连续敷贴3-4天为宜。今年的冬病夏至治疗时间为:6月21日夏至,7月18日为初伏,7月28日中伏,8月7日末伏。

## “冬病夏治”多用穴位敷贴

读者:什么是穴位敷贴?

刘健:穴位敷贴是将药物敷于体表相关穴位以防治疾病的中医传统特色方法,夏季多用。我院每年夏天开展“冬病夏治——穴位敷贴”这一独具特色的传统

疗法,为广大虚寒性疾病患者根除顽疾,排忧解难。

## 穴位敷贴有效率90%以上

读者:穴位敷贴疗法的作用有哪些?

刘健:穴位敷贴疗法具有温通经络、散寒祛湿、温肺化痰、温胃止痛、理气活血、补肾壮阳、增强体质、扶正祛邪、预防疾病的发生和再发等作用。近年来,我院经过数万例患者的治疗实践,总有效率达90%以上。穴位敷贴操作简便,费用低廉,内病外治、安全无毒副作用,深受患者喜爱,特别是既不打针又不用吃药,最易为儿童接受。

## 药物过敏者不宜穴位敷贴

读者:穴位敷贴注意事项有哪些?

刘健:1、穴位敷贴成人每次贴8-10小时,儿童一般贴2-4小时,若敷贴局部皮肤瘙痒、灼热难受、应及时撤除胶布及药物纱布。2、若敷贴处出现瘙痒、起泡、甚至溃烂,其治疗效果最有意义,但不要搔抓,应保护患处并及时来医院皮肤科咨询、诊治,避免感染化脓。3、敷贴后忌剧烈活动,小儿敷贴应防止小儿将药物抓掉或抓破皮肤。4、敷贴后当天忌冷饮,少出入空调房。5、妊娠期、糖尿病患者、结核病患者、局部皮肤

破损患者、对药物过敏者,不宜进行敷贴疗法。

## 2岁以下幼儿不能穴位敷贴

读者:3岁的孩子患哮喘可以贴敷贴吗?听说孩子皮肤嫩可能会起泡,可以进行治疗吗?

刘健:冬病夏治就是采用发泡的原理来刺激穴位,治疗疾病的,您的孩子可以采用此种方法,由于年龄小,贴敷的时间不宜过长,两个小时即可,2岁以下幼儿不宜做贴敷,一来皮肤过于娇嫩,可能无法耐受药物的刺激。

## 三伏前后均可贴药

读者:错过这四天还能来贴药吗?

刘健:可以的。如果因多种原因未能在指定的4天时间来贴药,可以在“三伏天”这段时间里(6月21日,7月18日,7月28日,8月7日)的后1-3天(例如:7月19日未能来贴药,可以在7月20、21、22日)来贴药,也有很好的疗效。

## 贴药期间忌生冷、刺激饮食

读者:贴药期间,在饮食方面要注意什么?

刘健:贴药期间,忌生冷、辛辣等刺激性食物;戒鱼、虾等易致敏食物;忌易化脓食物,如牛肉、烧鹅、鸭、花生、芋头、荔枝和榴莲等及其它煎炸食物。

## 老人常晕倒 血管狭窄惹的祸

65岁的张老最近2个多月总是莫名其妙地突然出现头晕,眼睛发黑。记者昨天从省立医院了解到,原来张老是因为颈动脉已经重度狭窄,供给大脑的血流不足才导致了上述症状。该院血管外科主任医师胡何节为他成功实行了“颈动脉内膜剥脱术”。术后,张老原有的症状全部消失,可以和从前一样放心地做家务并出门锻炼了。

据胡何节介绍,60岁以上的

男性,有长期吸烟史、肥胖、高血压、糖尿病和高血脂等多种心脑血管疾病的人都是该病的易发人群。胡何节特别强调,并不是所以颈动脉狭窄的患者都必须接受手术治疗,部分狭窄程度较轻的患者也通过可服用内科药物并通过改变饮食习惯等方式治疗;但一旦出现像张老这样的头晕、眼睛发黑等症状时,市民尤其是老年人一定要及时就诊。

孙承伟 孙小杰 李皖婷

## 小小竹箴险些要了孩子命

王先生有个活泼可爱的儿子小康(化名),可是一个漂亮的小窗帘夹子差点要了儿子的命。无独有偶,肥东的1岁男孩丁丁(化名),也因为椅子上的竹箴扎进头顶差点送命。

## 漂亮窗帘夹戳进男孩脑袋

前天凌晨,王先生一家人正在睡梦中,突然“咚”一声,随之而来的是儿子小康的大哭声。开灯一看,原来是小康掉到地上了。当他把小康抱起来时,发现一个窗帘夹子固定的螺丝钉扎进孩子的额头里了。

“经过头颅CT检查,螺丝钉扎进了大概1.5公分,”省立儿童医院神经外科主任叶桓告诉记者,幸好扎进去不是很深,没有刺到大脑主要功能区。

叶桓特别提醒家长,如遇异

物扎进孩子身体里,千万不要自行取出,因为如果扎在大血管,擅自取出会导致大出血,危及孩子生命。

## 男童头皮惊现4厘米竹箴

无独有偶,家住肥东的1岁男孩丁丁在喝奶时,家人发现其头顶右侧皮肤有白色脓液流出,仔细一看,流脓处隐约有一个小伤口。18日上午,省立儿童医院神经外科的医生们成功从丁丁头皮内取出一截长约4厘米的竹箴,原来是凉席上断了的竹箴。

经过近2个小时的手术,刺入丁丁头皮的竹箴以及碎屑被全部取出。

叶桓提醒,暑期即将来临,孩子独处时间增加,家长应提高警惕,加强对孩子的看护和照料。

王炜 童有兵 记者 李皖婷

## 首例胸腔镜下肺段切除手术成功

省立医院胸外科近日成功实施了一例完全胸腔镜下左上肺舌段切除术治疗右上肺切除术后左上肺舌段炎性假瘤,该手术的成功开展在我省尚属首例。截至记者发稿时,患者已顺利出院,无并发症发生。

刘大姐今年59岁,去年因支气管扩张症来到胸外科做右上肺叶切除术,近一月来反复出现咳嗽咳痰,经诊断考虑为左上肺舌

段炎性假瘤。结合病情,微创及美容要求,胸外科主任马冬春决定给刘大姐实施目前世界上最先进的、创伤最小的胸腔镜肺段切除术。该手术创伤小,能够最大限度保留患者的肺功能,提高患者术后的生存质量。手术过程十分顺利,出血量约10ml,术后恢复顺利,术后三天即痊愈出院,期间无并发症发生。

孙承伟 李田 记者 李皖婷

## 漏斗胸矫正术让他告别“漏斗胸”

通过目前世界上最先进的微创漏斗胸矫正系统手术钢板植入技术,一名27岁患者叶某终于告别“漏斗胸”,恢复了正常形体,目前已痊愈出院。

患者叶某由于先天性的生长发育异常,使得他患有畸形症——漏斗胸,27年间他辗转多家医院接受过治疗,但是病情却一直没有好转。经多方打听慕名来到省立友谊医院胸心外科。

据介绍,目前治疗漏斗胸的

唯一有效方法是通过手术矫正,经过充分的术前讨论和准备,确定为叶某实施最适宜的胸腔镜漏斗胸矫正手术方案。医生们在叶某的腋下分别作了两个长2厘米的小切口,在胸腔镜下按胸廓形状将一NUSS钢板塑形成弓形,通过引导器将塑形好的钢板对接……一个小时不到,手术顺利结束。手术后的叶某胸壁马上恢复得跟正常人一样,手术后5天康复出院。夏鹏程 记者 李皖婷

## 下期预告

## 肿瘤治疗须规范

进入21世纪,肿瘤该如何规范治疗?肿瘤治疗的模式该如何调整?肺癌的分型及各种肺癌的治疗方法?胃癌术后该如何治疗?乳腺癌的最终治疗方法是什么?6月26日上午9:30-10:30,本

报健康热线0551-2623752将邀请安徽济民肿瘤医院细胞生物治疗中心副主任姜永健教授与读者进行全面交流。

姜永健教授从事肿瘤内科临床、教学、科研工作四十余年,擅

长各种癌症化疗方案的调整,及各种癌症并发症的处理,在肺癌、乳腺癌、胃癌、大肠癌相关领域有较深的造诣,尤其对肺癌分子靶向治疗及肺癌生物治疗有更深入的研究。江培利 李皖婷

## 一周病情报告

## 科学预防空调病

天气炎热,吹空调便成了市民防暑降温的首选方式。但长时间呆在空调房里,也会引发“空调病”的产生。

据合肥市第一人民医院急诊科主任程立顺介绍,造成空调病有很多种原因,室内通风不畅,再加上温度适宜,微生物得以滋生而引起的感冒、腹泻;一身大汗直吹空调,汗孔骤闭而致的风热内蕴;久居空调室内,气温过低所致

的气血凝滞,等等。长期生活在空调环境中,人们会对低室温产生一系列不适应的症状和不适,往往会引起头晕,容易疲倦,注意力不集中,工作效率降低。有的人还会出现咽干、咽痛、关节疼痛、腰背酸痛,甚至发生感冒、胃肠炎、肩周炎、面神经麻痹等症。

程立顺提醒市民,预防“空调病”,空调房应定时开窗通风。室内外温差不应过大,一般温差以

5℃-7℃为宜,否则,随时出入的人难以很快适应。老年人、体弱者、孕妇、婴儿、患有慢性病的人使用室内空调应以26℃-28℃为宜。出汗后进入空调室,应先脱掉湿衣,并擦干汗水。另外,要注意身体保暖,一些对冷比较敏感的部位如膝盖、小腹、腰要注意用衣被覆盖。在空调房间内不要穿得太单薄,有腰腿痛者更应注意。陶文娟 记者 李皖婷