

穴位埋线治过敏效果甚好



本期指导专家:秦黎虹

秦黎虹是中国针灸学会临床分会痛症专业委员会理事,安徽省针灸学会常务理事,安徽省中医药学会脑病专业委员会常委。擅长运用中医外治法、针灸穴位疗法治疗多种急性病,疑难杂症。还擅长用中医针灸的方法,进行预防保健工作,在穴位埋线、穴位注射、刺血等方面有独到之处。

陈小飞 记者 李皖婷/文 倪路/图

眼下正是“冬病冬治”的最佳时机。冬病冬治就是在特定的时间用特定的方法,结合特定穴位用以治疗特定疾病,具有提高机体免疫力及降低过敏反应的作用。其治疗方法主要有两种,一是穴位埋线法,将羊肠线植入穴位,通过肠线的慢慢吸收刺激穴位,达到防治疾病的一种方法。二是药物贴脚的方法,将特定的药物调成药丸,晚上热水泡脚后贴敷在特定的穴位。

哪些疾病适合冬病冬治?冬病冬治是不是等同于冬令进补?进行冬病冬治的时候需不需要忌口?小孩适不适合冬病冬治?1月8日上午9:30~10:30,本报健康热线(0551-62623752)邀请省中医院针灸康复科主任秦黎虹与读者交流。以下内容根据电话录音整理,未经秦黎虹本人审阅。

呼吸系统疾病等适宜冬病冬治

读者:什么是冬病冬防、冬病冬治?

秦黎虹:冬至“进九”,是一年中寒冷的季节,许多人不耐严寒,痼疾发作或加重,甚至影响正常的生活,在特定的时间用特定的中药,结合特定穴位用以治疗特定疾病,具有提高机体免疫力及降低过敏反应的作用。三九天天气寒冷、早晚温差较大,对于身体虚弱的人及老年、儿童,呼吸系统疾病、过敏性疾病就容易发生。因此,在三九天进行穴位治疗,就能产生较好的预防和治疗作用。同时,对夏日三伏天做过贴敷治疗的患者,在冬日三九天进行巩固,冬夏共治,将会获得更理想的治疗效果,在此为大家提个醒。

穴位埋线治过敏效果好

读者:什么是穴位埋线法?

秦黎虹:穴位埋线法是中医外治方法之一,是用羊肠线注入穴位的方法,羊肠线是一种异体蛋白,在人体吸收的过程中,刺激穴位,逐步脱敏,治疗过敏性疾病,如哮喘、鼻炎等,一般20~30天治疗一次,3次一个疗程。

不过那些有瘢痕体质的人,不宜行此方法。10岁以下儿童,穴位埋线法不作为首选治疗方法。在做穴位埋线期间,注意少吃“发物”。

下期预告

如何避免冬季小儿呼吸道保养误区?

正值冬季,有哪些小儿常见呼吸道疾病?家长有哪些误区?需要注意些什么?1月15日(下周二)上午,本报健康热线(0551-62623752)将邀请安徽省立儿童医院呼吸内科主任毕良学与读者交流。

毕良学,安徽省立儿童医院呼吸内科主任,1986年毕业于蚌埠医学院,从事儿童呼吸内

小儿冬季适宜穴位贴足

读者:冬季穴位贴足法怎样进行?

秦黎虹:小儿最为适宜。采用具有辛散温通的中药进行足底穴位贴敷治疗,可疏经散寒、温肺逐痰、健脾补肾、调节脏腑功能,以达到治疗和预防疾病的目的。患者可以将中药买回家,晚间温热水泡脚后,自行贴敷,进九开始,出九结束。

孕早期妇女不宜做穴位贴敷

读者:我的女儿最近正在感冒,发热,请问可以做穴位贴敷吗?

秦黎虹:发热期间不适合做,等体温正常后再做穴位贴敷。以下几种情况暂不适合做穴位贴敷:肺炎及多种感染性疾病急性发热期;对贴敷药物极度敏感,特殊体质及接触性皮炎等皮肤病患者;贴敷穴位局部皮肤有破溃者;妊娠早期妇女。

哮喘患者最好多做几次穴位埋线

读者:我是个支气管哮喘患者,已经去你们医院做了两次的穴位埋线治疗,现在我基本上不再犯病了,请问我还需要继续治疗吗?

秦黎虹:许多患者做过一次或者两次穴位埋线治疗后,哮喘的症状大为好转甚至消失,为了巩固疗效,一般来说,再继续做一次埋线,可以减少复发,对病程长的患者尤为重要。

穴位敷贴期间忌食烟酒、海鲜、辛辣

读者:我的小孙子做足部穴位敷贴,有需要忌口的吗?敷贴期间需要注意什么?

秦黎虹:贴敷药物期间应尽量避免食用寒凉等可能减弱药效的食物;尽量避免烟、酒、海鲜及辛辣、鱼虾、牛羊肉等食物,以免出现局部过敏现象。贴敷之后可能在皮肤上留下中药的沉着,用湿毛巾擦拭即可;如果有局部发红发痒出疹,可以间隔时间长一些再贴,如果过敏症状未能缓解,应停用药物贴敷法。

同时,穴位埋线、穴位贴敷法,中药熏蒸属中医外治方法,一般与口服药物没有交叉反应,可以根据不同情况综合考虑应用。

中药熏蒸可治手足冰冷

读者:全身怕冷,四肢不温,有什么办法缓解吗?

秦黎虹:用有活血祛风湿,益肾健骨的中草药熏蒸治疗,有助于温通经脉,疏通气血,对骨关节痛,产后身痛,背部冷痛,尤为适宜。

一周病情报告

预防冬季脑溢血,多运动少吃盐

据合肥市第一人民医院门、急诊统计,进入冬季以来,脑溢血发病人数明显增加。据该院急诊科杨静主任介绍,天气变冷,人体的血管会收缩,血液黏稠度也会随之增高,容易导致缺血或心脑血管堵塞,所以心脑血管疾病发生率较高。特别是老年人,因血管狭窄或动脉硬化,导致血液供应减少,也会增加发病危险。

专家提醒广大市民,心脑血管患者安全过冬,特别要注意规律的生活,避

免血压突然变化。合理饮食,少吃动物性脂肪及高胆固醇高盐分饮食。适当进行体育锻炼,散步、打太极拳、练气功都是不错的选择。如果出现剧烈的后侧头痛或颈部痛、运动感觉障碍,眩晕、视物模糊等症状,可能是脑出血前兆,应及时到医院检查。一旦发现突发脑溢血的病情,要保持镇静并立即将患者平卧,迅速松解患者的衣领和腰带,保持室内空气流通,切不可随意搬动,以防脑出血加重。 苏洁 记者 李皖婷

人过而立,给“胃”特别关爱

年纪轻轻就患上胃癌并不少见,且呈现年轻化趋势。特别对于工作压力大、应酬多、生活不规律的中青年群体尤其要多多关爱自己的胃。

安徽省抗癌协会理事长、安徽肿瘤医院院长刘爱国教授介绍,以前胃癌发病以农村居多,患者年龄多是60岁左右的老年人,但如今城市发病率快速增加,已与农村相差无几。临床上,45岁以下的中青年患者逐渐增多。由于胃癌早期症状并不明显,即使出现症状也易与普通胃病混淆。中晚期才出现上腹疼痛、消化道出血、穿孔、幽门梗阻、消瘦、乏力、代谢障碍等,导致胃癌难以早

期发现。

胃癌的发病与饮食改变、过量烟酒、环境污染和汽车尾气增加有关,而中青年人喜好熏烤、高盐、辛辣食物,抽烟过度、酗酒,精神紧张,工作压力大,生活无规律,都会破坏胃肠道的正常活动,损伤胃黏膜,导致胃炎、胃溃疡等种种胃病,大大增加了癌变的几率。

专家提醒,青年人在日常工作中要学会给自己减压,酒桌上应烟酒要克制,养成健康的饮食习惯和规律的生活方式,保持良好的精神状态。一旦出现胃部持续不适,应尽早胃镜排查。

李唐玉 记者 李皖婷

口腔健康讲堂

合肥人牙齿畸形占四成 家长忽视造成儿童牙病高发

牙齿不整齐,牙齿错位,这是许多人常见的牙颌畸形。合肥口腔医院正畸科副主任医师陶李明告诉记者,根据多年临床统计,合肥市牙颌畸形的人数占到了总人口的40%以上,而在西方国家,20岁以上的人群中牙列不齐的人并不多。

据介绍,不少家长关心孩子的吃穿及学习,而对于口腔健康状况的关心和知识相当有限,致使有的孩子长大后出现了牙颌畸形,给工作和生活带来了很大的影响。而在发达国家,每个家庭都

有专门的口腔医生,孩子在很小的时候就建立了口腔档案。在12~18岁这个阶段,很多孩子都戴着牙齿矫正治疗器。因为这个阶段是牙齿矫正的最佳时期,过了这个阶段,治疗的难度和费用都会增加,甚至有些情况还需要手术矫形。

在谈到牙齿正畸的目标时,陶李明认为,从美学的角度审视,既包括牙齿排列的整齐、对称、和谐、协调等视觉上的审美,也包括口腔功能的健康、舒适、稳定等感觉上的美感。 张婷婷 记者 李皖婷



本期主题

给中青年开三张健康大处方

为中青年开的第一张健康保健大处方:改变或纠正不良生活方式和行为——关于吸烟,上策是戒烟;下策暂戒不了烟也要减少烟害;远离二手烟环境。关于喝酒,关键是控制喝酒的量,把握好喝酒的度。关于久坐少动,每坐1小时起身活动一下;提倡科学运动。关于熬夜,尽量不熬夜并在晚11点前睡;偶有熬夜要补回来。

给中青年开的第二张健康保健大处方:提倡“六好”养生法,也就是喝好、吃

好—吃什么好?怎么吃好、科学运动好、休息睡眼好、补好以及心态好。

给中青年开的第三张健康保健大处方:关爱自己,关心自身健康,接受最新健康保健理念和方法。牢记健康是要认识的,健康是要学习的,健康是要投资的,健康是要行动的。只有保健,才有健康!健康是一种状态一种资本一种幸福,首要的是我们选择健康选择高品质健康生活,那么,健康就会伴随我们一生。

记者 李皖婷

王炜 董友兵 记者 李皖婷