



周口市中医院康复中心冬病夏治专版

冬病夏治 天人合一 强化体质 未病先防

特别告知:“冬病夏治, 穴位贴敷”是周口市中医院康复中心最具特色的中医外治法之一, 在继承和发扬古方的基础上, 根据多年的临床经验, 总结出来的系列经验方, 专人保管, 密不外传, 只在周口市中医院门诊病房综合楼五楼康复中心针灸室设立唯一穴位贴敷处, 专家亲自操作, 别无分处, 特别提醒广大患者, 慎勿上当。

温馨提示:2011年“冬病夏

治, 穴位贴敷”具体时间:
头伏: 7月14日~7月23日
中伏: 7月24日~8月2日
中伏加强: 8月3日~8月12日
末伏: 8月13日~8月22日
末伏加强: 8月23日~9月2日
联系电话: 0394-8288343
8288333 8279765
13673868818(刘医生)

专家简介

刘俊宏, 主治医师, 毕业于河南中医学院针灸推拿专业, 硕士学位。曾在河南省中医院、河南省中医学院一附院多次进修学习, 发表论文数篇, 提倡对人体无毒副作用的绿色疗法。擅长运用银针、艾灸、火罐、刮痧、经络穴位辨证治疗各类疼痛性疾病、各种运动感觉障碍和临床各科杂病, 特别在冬病夏治和节气灸疗方面有很深的造诣, 积累了丰富的经验。

康复中心针灸室简介

康复中心针灸室在治疗上突出专科特色, 在中医理论指导下, 讲究针刺手法, 坚持以非药物治疗为主、针灸药结合、辨证施针(药), 形成了自己独特的诊治体系, 充分发挥了中医特色疗法在疾病治疗、养生、保健等方面的优势。特别是冬病夏治防治虚寒性疾病, 针刺、艾灸、拔罐、刮痧为主治疗亚健康

疾病等方面特色显著, 体现出了中医“未病先防、既病防变、已病防复”的“治未病”思想。

正在开展特色疗法: 体针、头针、耳针、眼针、手针、指针对、腕踝针、艾柱灸、艾卷灸、艾箱灸、温针灸、天灸、火龙灸、拔罐、闪罐、走罐、刺血拔罐、穴位贴敷、穴位注射、耳穴贴压、刺血疗法。

主要开展业务范围: 神经系统疾病如中风、面瘫、截瘫、痴呆、眩晕、头痛、三叉神经痛、神经损伤、神经衰弱、落枕等; 疼痛性疾病如急性慢性颈肩腰腿疼痛、各种关节痛(风湿、类风湿等)、代谢性疾病如肥胖、高脂血症、高粘血症等; 亚健康状态的疲劳、失眠、抑郁、焦虑、神经衰弱等; 呼吸系统疾病如慢性支气管炎、肺炎、咳嗽、哮喘、咽炎、鼻炎等; 消化系统疾病如胃痛、呕吐、呃逆、腹泻、便秘等。

(龚广峰)

什么是冬病夏治?

冬病夏治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”养生法则以及中医“急则治其标, 缓则治其本”的治疗原则, 采用药物在特定的穴位上进行敷贴, 起到鼓舞正气、驱逐邪邪痰饮和瘀血、疏通经络、活血通脉、温经散寒等作用, 使人体阳气充沛, 抗寒能力增强, 经络气血贯通, 并可针对个体体质不同, 通过益肺、健脾、补肾等药物扶助人体的阳气, 纠正虚寒体质, 使气血流通顺畅, 水谷精微输布正常, 从而达到治本的目的。

(刘俊宏)

冬病夏治的理论基础

1. 从四季阴阳论冬病夏治 春温、夏热、长夏湿、秋燥、冬寒, 这是四时五气之气。当其“太过”与“不及”皆可成为致病因素, 加非其时而有其气, 如春气当温, 今反为寒; 冬令当寒, 今反为温, 凡此等等, 不但植物生长受到气候的影响, 而且人体将受其伤害, 正如《素问·六微旨大论》云: “亢则害, 承乃制, 制则生化……害则败乱, 生化大病。” 根据《内经》天人合一的学说, 人体的阳气与自然界的阳气相一致, 即生于春, 旺于夏, 收于秋, 而藏于冬。同时在一年的气候变化中, 冬至至夏至是阴阳转化的两个转折点, 冬至伊始, 阳气渐生, 阴气渐衰, 经过小寒、大寒、立春、雨水、惊蛰、春分、清明、谷雨、立夏、小满、芒种, 到了夏至, 阳气的胜复达到了顶点, 同时阴气的消退也趋于尽头。夏至开始, 阴气渐旺, 阳气日衰, 经过小暑、大暑、立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降、立冬、小雪、大雪, 到了冬至, 阴气的胜复达到了顶点, 同时阳气的消退也趋于尽头。根据阴阳制约关系, 在夏季三伏天, 阳气最旺和体内寒凝之气易解之时, 扶益阳气, 可达到祛寒目的, 从而使失衡阴阳达到稳态。从阴阳互根而论, “春夏养阳”是为秋冬储备阳气; “秋冬养阴”是为“春夏养阳”奠定基础。正如张介宾所言: “夫阴根于阳, 阳根于阴, 阴以阳

接影响到人的健康。《素问·阴阳应象大论》中说: “阴盛则阳病, 阳盛则阴病。”说的是阴阳的对立失调, 就会导致疾病的发生。一些虚寒性疾病多半是体内阴盛阳衰、抵抗力明显下降、外邪容易侵入而发病。冬为阴, 夏为阳, 夏季为阳盛阴衰之季, 也正是人体阳气旺发之时, 这时, 利用夏季阳旺阳升, 人体阳气在夏季有随之欲升欲旺的趋势, 体内凝寒之气易解的状态, 运用补虚助阳药或温里散寒药物, 天人合击, 最易把冬病之邪消灭在蛰伏状态, 这也是中医强调“春夏养阳”的原因。夏季人体阳气充盛, 气血流通旺盛, 药物最容易吸收, 而夏季三伏期间是一年中阳气最旺盛的时候, 在三伏天进行贴敷治疗, 最易恢复扶助人体的得阳气, 加强卫外功能, 提高机体免疫的效果。

另一个方面, 中医认为虚寒疾病与肺、脾、肾三脏关系密切。夏季治疗则以补肾、健脾、养肺为主要法则, 以改善神经内分泌功能, 改善垂体-肾上腺皮质系统兴奋性使功能恢复平衡以增强机体免疫力, 真正彻底改善体质。根据最新现代科学研究表明, 夏季穴位贴敷能明显地提高机体免疫的各项指标, 调节免疫蛋白的功能, 减轻β受体的反应, 改善机体的免疫状态。

穴位贴敷疗法是通过将药物敷贴在俞穴, 使药物沿俞穴→经络→脏腑途径渗透并放大药效, 从而激活人体免疫力, 增强机体抗抵力作用的一种中医内病外治法, 大多在夏季进行。原因在于夏日炎炎, 腠理疏泄, 汗腺、皮脂腺组织均处于开放状态, 有利于药物的循经络渗透、吸收、传导。

冬病夏治重在预防

冬病夏治是祖国医学中很重要的预防医学思想。伏天人体气血旺盛, 腠理开泄, 此时贴敷, 药力更易直达脏腑, 而可达到激发正气的目的。对于哮喘、慢支等寒冷季节发病加重的疾病而言, 冬病夏治是指通过夏季提前的预防和治疗, 将这些冬天好发、阳气虚弱的疾病, 在阳气旺盛而未发病的夏季, 通过中药敷贴等方法进行治疗和调理, 以减轻在冬季发作时的症状和病情, 从而促进其康复。像哮喘病(中医所说的哮喘是一个广义的范畴, 是指临床上所见到的哮、咳、痰、喘等症状的综合征)这样的既是常见难治病, 又属心身疾病的病症, 增加中医敷贴外治法, 可以显著地提高临床疗效, 延长缓解期, 减轻

医药费用, 促进康复。

(黄秀兰)

冬病夏治的四大误区

误区一: “冬病”非要夏天治
冬病夏治确实有效, 但不少“冬病”如果病情严重, 还需及时治疗, 不是非得等到“夏治”才能“根治”。盲目“冬病”非要“夏治”, 只会得不偿失。

误区二: “夏治”一有疗效见好就收
穴位敷贴疗法对小儿哮喘、反复呼吸道感染、冬天老慢支发作为能起到事半功倍的效果。冬病夏治是一个综合性治疗过程, 一些顽疾还需坚持几个夏天, 才能达到“来年少发或不发”的长期明显效果, 使病情真正稳定, 甚至根治。

误区三: 仅靠“夏治”平时可不治
冬病夏治并不能代替日常治疗, 原本在服药的慢性病患者在敷贴期间不要盲目减药、停药。尤其是慢性病的预防比治疗更重要。很多人只在发病时急于治疗, 忽略了日常生活中的不良习惯。事实上, 接受冬病夏治的患者要调养结合, 才能达到最佳效果。

误区四: 发泡越多疗效越好
一般来说, 穴位敷贴后只要背部皮肤有发热、发烫, 就表示药物正在起作用, 敷贴时间也不能太长, 一般2至4小时即可。如果起泡出水, 说明皮肤已有破损, 就不能再敷贴了。盲目追求起泡, 很可能会耽误冬病夏治的治疗期。

(刘俊宏)

冬病夏治注意事项

1. 治疗期间忌生冷、油腻、腥、酸、辛辣类刺激食品, 饮食宜清淡为主。
2. 贴敷时间, 成人每次约2~6小时, 儿童约1小时, 以能耐得起水泡为度, 一般不会出现不良反应。
3. 少数出现局部起泡、起疹、红肿、灼热、奇痒等, 这是药物刺激或过敏体质所致, 属于正常现象。如果不愿发泡(化脓)治疗的患者可以提前去除贴敷药膏。对反应不明显者可适当延长贴敷时间。
4. 治疗期间尽量减少户外活动, 防止大量出汗; 当天禁止游泳、淋雨和冷气; 洗浴时, 局部用清水冲洗即可, 不宜用肥皂、沐浴液。
5. 孕妇、严重心肺功能疾患者、药物过敏者、皮肤长有疱以及皮肤有破损者、疾病急性发作期者都不宜敷贴。
6. 不能急于求成, 冬病夏治并非立竿见影的治疗办法, 一般来说, 需



康复中心医生在为患者进行穴位贴敷

要连续治疗2~3年或更长的时间才能明显见效。

7. 正服药的慢性病患者在敷贴期间不要盲目减药、停药。

(刘俊宏)

特殊情况的处理

背部有红、肿、刺、痒等症状或背部贴药处出现针尖至小米大小的水泡, 属药物贴敷后的正常反应, 患者仅需保持背部干燥即可, 或局部涂抹烫伤膏。如果水泡较大或有少量渗出, 可用消毒过的针刺破水泡, 用消毒棉球吸干水泡中的渗液, 再用紫药水涂抹局部。如果渗出液体较多, 应终止贴敷治疗或到医院让医生处理, 切忌自行处理。

(张珂畅)

哪些病需要冬病夏治呢?

冬病夏治适用于所有阳气不足、脾胃虚弱、肺气虚弱及虚寒疼痛和一些免疫功能低下类的疾病。

1. 慢性支气管炎、哮喘、肺气肿、肺心病等呼吸道慢性疾病患者, 或平时稍一着凉或遇季节更替就易感冒, 感冒后诱发或加重以上这些疾病, 出现咳嗽、胸闷气喘、咳痰、流鼻涕、打喷嚏等症状; 过敏性鼻炎、慢性咽炎患者。

2. 脾胃虚弱所致的慢性肠炎、腹泻、消化不良、厌食、虚寒性胃痛、腹痛等以及因脾胃虚弱引起的失眠、体虚怕冷等。

3. 类风湿性、风湿性关节炎, 强直性脊柱炎、肩周炎以及其他关节疼痛性疾病患者, 往往在劳累后、遇阴雨寒冷天气或夜间加重。

4. 头晕、失眠、乏力、四肢冰冷、畏寒等亚健康状态人群。

5. 经常盗汗、厌食、易感冒等免疫力低下的人群。

6. 去年冬天采用膏方调补后自觉有效, 半年后药力已尽, 需继续进补者。

(刘俊宏)

冬病夏治好处多

冬病夏治是根据中医“天人合一”、“春夏养阳”、“择时治病”、“不治已病治未病”等理论制定的, 也就是指在一年四季里, 大自然规律表现为春温、夏热、秋凉、冬寒的气候变化, 人体与“天”及自然相应, 不同的季节人体也有不同的变化, 即人体之阳气“生于春, 长于夏, 收于秋, 藏于冬”, 也就是夏季阳气浮越在表, 冬季潜藏在里。夏季是自然界生气发动, 万物生机勃勃, 欣欣向荣, 人体也与之相应, 为一年中阳气最盛的季节, 尤其是三伏天, 由于气温升高, 人体内部阳气上升, 经络通达, 气血充沛, 利用这一有利时机治疗某些寒性疾病, 能最大限度地驱风散寒, 祛除体内沉疴, 调整人体的阴阳平衡, 治病、防病或减轻症状, 并为秋冬储备阳气, 使以往在冬季易反复发作的疾病减少复发。此外, 夏天阳气最为亢盛, 有利于调动阳气, 并且腠理疏松, 经络气血涌盛, 有利于药物的局部吸收。

(刘应龙)

自己是否可以进行穴位贴敷?

冬病夏治这一方法广为人知, 深受广大病患者青睐。由于中药穴位贴敷操作比较简单, 是否意味着自己可以任意进行呢? 冬病夏治要想取得好的疗效, 很多方面都有严格的要求, 都需要严加注意:

1. 贴敷时要辨证取穴, 根据疾病的种类、病情的轻重、不同的发病阶段而确定贴敷的穴位, 不是单纯地固定几个穴位。
2. 药物需要组方合理, 专业炮制、密封和保存, 以免影响效果。
3. 贴敷时要由专业医师操作, 认准穴位贴敷才能有好的疗效。
4. 贴敷时要考虑个体差异因素, 因吸收能力、耐受性不同而贴敷的时间长短也有所变化。
5. 及时正确处理贴敷中的不良反应, 如水泡、过敏、溃烂等。

(刘应龙)