

## 国内外脊柱微创专家来周“切磋技艺”



7月9日上午,借周口协和骨科医院脊柱微创治疗中心成立之际,法国Thibault等国内外脊柱微创专家一行来到周口,开展学术交流及手术演示活动,受到广大医学爱好者的热烈欢迎。

晚报记者 张志新 摄



## 周口养生苑里话养生

为丰富中医保健养生知识,倡导科学、文明、健康的生活方式,近日,周口养生苑邀请养生专家侯买媛在周口市体育馆活动室举行了中医养生保健知识讲座,20余名老人听取了讲座并进行了互动交流。活动现场,周口养生苑还为老人发放了《自然健康之路》,并为老人检测了骨密度,使他们了解了自己的骨质流失情况。

记者 孙艳 摄



## 奇效的“冬病夏治”

(接上期)

## 二、为什么要“冬病夏治”

冬天的时候,会有不少人手足长冻疮,等到春天就慢慢地自然愈合,周口养生苑的医生遇到这样的患者,会告诉他们在夏天用生姜或辣椒摩擦手足或煎水泡泡,也可在夏天常用艾条灸一灸,到了来年冬天,冻疮就不会再发了,这就是典型的“冬病夏治”。那么,人们为什么要这样做,其原理是什么呢?

中医认为,人与自然是一个整体,人的各种生理活动都与自然相关。因此,人体顺应自然则健康长寿,若逆于自然则会生病。《黄帝内经》说:“夫四时阴阳者,万物之根本也。所以圣人春夏养阳,秋冬养阴,以从其根,故于万物沉浮于生长之门。逆其根,则残其本,坏其真矣。”这句话的意思是,人体阴阳与自然界阴阳变化是一致的,人应在春夏时节保护

体内阳气的生长,在秋冬之时保养人体阴气,以顺应自然阴阳之气变化。如易患冻疮之人,多为体内阳气不足,入冬后,体内阴寒之气渐盛,血液循环就受到寒邪的阻碍,肌肤失去濡养,则生冻疮。在夏日阳气旺盛之际,用生姜、辣椒摩擦手足或艾灸,一方面借助夏日阳气生发,人体阳气随之旺盛,体内凝寒之气易解,可以扶养祛寒;另一方面可以为秋冬储备阳气,以抗冬日的阴寒之邪,从而达到调理阴阳、提高机体抗病能力的目的。

中医“冬病夏治”的基本思想包括两个方面,一方面借助自然夏季的阳旺、阳升,人体阳气也随之欲生的趋势及体内凝寒之气易解的状态,对阳虚患者用补虚助阳或内寒重者用温里祛寒的方法或药物,以求更好地发挥扶阳祛寒的目的;另一方面可为秋冬储备阳气,人体只要阳气充足,冬日时节则不易被寒邪所伤。



周口养生苑一苑地址:周口市工农路七一路派出所对面

电话:6067899

周口养生苑二苑地址:周口市体育场医疗养生体检中心

电话:7812300

周口养生苑历经20多年的“冬病夏治”表明,不少冬病在冬天治疗效果很差,而在夏天三伏治疗往往能起到事半功倍之效果,如:手足冰凉、习惯性感冒、气管炎、关节炎、风湿、胃寒、宫寒等。

(未完待续)

## 规范药品流通渠道 保障群众用药安全

为保障人民群众用上安全、放心药,周口日报社开展“规范药品流通渠道,保障群众用药安全”栏目,旨在规范我市医药市场,给广大人民群众提供良好的购药环境。市民如对购买的药品渠道和质量有异议,可拨打监督电话进行咨询,记者及时对线索进行落实,欢迎广大群众积极参与。

监督电话:13271678828

## ■一周 120 报告

数据来源:市卫生局 120 急救指挥中心  
采集时间:2015年7月3日~9日

出诊原因	人次
其他内科系统疾病	67
其他类别外伤	51
交通事故外伤	49
心血管系统疾病	18
脑血管系统疾病	10
酒精中毒	6
妇、产科	6
其他	4
呼吸系统疾病	4
药物中毒	3
儿科	2

一周提示:本周120急救共接诊220人次。对于即将到来的酷暑季节,很多人都认为,预防暑热才能保障自身健康,其实不然,在酷暑季节里,因寒湿引起的各种疾病也不容小视。

炎炎盛夏,热浪袭人,人们或露宿于室外,或睡在过堂风口处,或直接睡在水泥地上,或用电扇直吹头和身,或一直呆在空调室内,或在大汗淋漓时用冷水冲澡等,这些都容易造成寒湿伤人,引起头痛、恶寒、身重、鼻塞、咳嗽等。

医生提醒:酷暑季节,在注意防暑降温、避热就寒的同时,更要重视防止寒湿伤人。首先,最好不在室外露宿,不在阴寒潮湿之地休息和消暑纳凉。其次,开空调时,室内外温差不宜过大,不要让空调风口或电扇直吹头和身。最后,在晴朗的天气,要对屋内进行通风除湿,保持室内干燥。此外,市民还可以适当进食山药、赤小豆、扁豆等有健脾除湿作用的食品。

(晚报记者 张志新 信息提供 耿清华)

## ■一周 病情报告

样本采集地:市中医院  
采集时间:2015年7月3日~9日

科别	门诊接诊总量(人次)
肝病科	1231
儿科	1099
妇、产科	930
脑病科	900
肺病科	771
皮肤科	689

温馨提示:夏季,天气炎热,为了散发体内的热能,人体的表皮血管和汗腺孔就会扩张,形成大量出汗,入睡后易使身体受凉而发生感冒,这就是人们常说的夏天感冒,俗称“热伤风”。“热伤风”病情较轻的一般仅有低烧、头痛、全身不适等症状,病情较重的常有高烧,并伴有头痛、身体酸懒、口干等症。

医生提醒:预防夏季“热伤风”,首先,忌忽冷忽热,从室外进入空调房,最好在没有空调的房间适应一段时间,再进入空调房。其次,出汗后,要多喝白开水。因为白开水有助于身体消化吸收营养,将食物转化为能量,增强免疫力。最后,患上“热伤风”之后,尽量不要再受凉,诊疗后,要注意休息。

(晚报记者 张志新 信息提供 姚娟)

## 种植牙

## 周口市德正口腔门诊部

刘杰彪,原市中心医院口腔科主任医师,现任周口市妇幼保健院业务院长。

## 专业特长:

- 1.种植牙
- 2.三叉神经痛
- 3.颌面外科手术
- 4.牙齿美容
- 5.难治性牙病

地址:周口市交通大道与文明路交叉口向北200米路西  
预约咨询电话:0394-8281120