

# “冬病夏治”的那些事儿



随着夏季的到来，中医的传统特色疗法“冬病夏治”也进入预约准备阶段。

## 三伏贴的原理

夏季是人体阳气最旺盛、经络气血流注也最旺盛的季节，然而在盛夏之际，外界是暑热骄阳，里面是心火正盛，这时躲在后背膀胱经和关节处的积寒最易被赶出来。但是，很多人体质本来就有些阳气不足，夏天再痛饮祛暑的饮料，如冰镇啤酒、凉茶、水果冰，然后整日在空调房间里工作，那真是陈寒未去，又添新寒。由于寒气是会沉积的，所以，倘若不在夏日去除积寒，等到秋风一起，外寒复来的时候，就又会内外交困了。

在全年中阳气最盛的三伏天，人体阳气相对其他季节较为充沛，此时是补足体内阳气，祛除寒邪湿邪的大好时机。三伏贴选用具有温经散寒、补虚助阳功效的中草药，贴敷于相应穴位，因为选用的药物具有辛温、走窜的特点，所以容易通过皮肤渗入浅表经络、结合穴位的作用，共同达到调动人体应

天时而动的自然调节功能，补助体内正常的阳气，驱散内在长期潜伏的寒邪湿毒，温阳助阳，温补脾肾，驱散寒邪，使肺气升降正常，增强机体抗病能力，达到预防疾病的目的。

## 三伏贴适应疾病

1. 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。
2. 运动系统疾病  
颈椎、腰椎、关节疼痛及肢体麻木、肩周炎、风湿性关节炎等。
3. 消化系统疾病  
慢性胃炎、慢性肠炎、消化不良等。
4. 耳鼻喉科疾病  
过敏性鼻炎、慢性咽喉炎等。
5. 儿科疾病  
哮喘、咳嗽、支气管炎、体虚易感冒、脾胃虚弱、发育迟缓等。
6. 慢性皮肤病

冻疮等。  
7. 妇科疾病  
慢性盆腔炎、痛经、经行泄泻、不孕症等。

8. 其他  
阳虚型体质的人群。

## 药物穴位贴敷禁忌证

1. 有严重心、肝、肾、脑疾病患者、咯血患者、恶性肿瘤患者、严重糖尿病患者、严重过敏体质者、皮肤长有疱、疖或皮肤有破损者。
2. 处于疾病发作期(如发热、正在咳嗽等)的患者。
3. 孕妇。
4. 体质壮实、易上火之人。

## 注意事项

1. 药物穴位贴敷后如有局部皮肤出现瘙痒时，不要用手搔抓以防感染；贴敷时间一般 2~4 小时，最多不超过 6 小时，有些敏感患者不宜贴敷时间过长，一般以皮肤自觉灼热疼痛不能忍受即去除药饼；局部出现发痒发热、皮肤发红为正常；若皮肤出现小水泡(黄豆大小)，涂烫伤膏或紫药水，若出现较大水泡，至针灸科就诊，医务人员会妥善处理；贴敷当天 24 小时内，患者禁用冷水洗澡、游泳，不曝晒。
2. 贴敷期间，勿过食冷饮及辛辣刺激食物和海鲜等发物，以防损伤脾胃，或致贴敷创面久溃不愈；贴敷期间，勿过度吹风扇及空调，影响贴敷效果；勿至室外暴晒或过度活动致汗出，不能准确贴敷至穴位。
3. 贴敷当天，女性勿穿连衣裙、无弹性衣服(如雪纺质地等)，最好穿弹性较好的棉质柔软的深色上衣，方便取穴并避免药饼污染衣服。
4. “冬病夏治”包含了中医丰富的理论基础和实践经验，建议在正规医院医生的指导下，根据个体体质和病症的具体表现辨证施用。

(据新华网)

## 一周 120 报告

数据来源:市卫计委 120 急救指挥中心  
采集时间:2016 年 6 月 17~23 日

出诊原因	人次
其他内科系统疾病	63
交通事故外伤	54
其他类别外伤	49
心血管系统疾病	25
酒精中毒	12
其他	10
药物中毒	6
妇、产科	6
脑血管系统疾病	5
其他外科系统疾病	3
各类烧伤	3
食物中毒	2
儿科	1
电击伤、溺水	1

一周提示:本周 120 急救共接诊 239 人次。夏天已经来到，随着气温日趋升高，体质较弱的老年人，尤其是患有心脑血管疾病的老年人，一下子难以适应高温闷热的天气，常会出现头晕头痛、视物模糊、耳鸣呕吐、意识障碍等症状，如不及时预防，很容易导致中风等脑血管病的发生。

医生提醒，对于一些老人来说，第一，要注意防暑纳凉。夏季炎热时节，人体血液大量流向体表皮肤进行散热，这时可用电风扇、清洁空调控制室温，或用温水擦浴降低体温，并及时服用防暑药物。第二，夏季要注意饮食安全。不要吃过油腻东西，三餐要适量，以清淡素食为主。第三，注意休息。如果有条件，可以做一些简单适当的运动，如户外散步等。

(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:2016 年 6 月 17~23 日

科别	门诊接诊总量(人次)
儿科	952
肝病科	832
脑病科	685
肺病科	620
妇、产科	580
皮肤科	521

温馨提示:夏天到了，阳光一般比较强烈，一些市民在日晒数小时后，在外露的皮肤上出现红斑，并伴有烧灼感、刺痛和肿胀感，从而引起暴露皮肤红斑和水疱性皮肤病。

医生提醒，首先，夏天到来之时，有皮肤病的市民一定要注意防晒。夏季午时，一般是阳光中紫外线照射最为强烈的时间，此时应尽量避开外出。如必须外出时，最好往暴露皮肤上涂抹防晒霜、打遮阳伞或穿浅色长袖衣服。其次，市民如果发现自己的脸颊、鼻子、裸露部位有晒伤的可能，可立刻用凉水对这些部位湿敷，降低皮肤表面温度。最后，市民如患上日光性皮炎，最好到医院就医。

(晚报记者 张志新 信息提供 罗慧文)



6 月 23 日，为庆祝中国共产党建党 95 周年，深入推进“两学一做”学习教育，提升卫生计生系统党组织的号召力、凝聚力和战斗力，激励广大党员坚定理想信念、树立群众观点、增强服务意识、立足本职岗位、发挥党的先锋模范作用，川汇区卫计委举行“庆七一 我为党旗添光彩”演讲比赛，并重温入党誓词。川汇区

卫生计生系统 150 多人参加了活动。图为演讲比赛现场。

记者 史书杰 通讯员 郭捷 摄