

# 冬病夏治正当时 三溪堂“三伏贴”开贴了

7月1日上午,义乌三溪堂中医保健院开展冬病夏治“三伏贴”伏前预热贴开贴的首日,前来敷贴的市民络绎不绝。

## “冬病”为什么要“夏治”

“冬病”为什么要“夏治”?义乌三溪堂中医保健院副主任中医师吕旭阳介绍,《黄帝内经》记载:“春夏养阳,秋冬养阴。”三伏天是一年中助阳益气的最好时机。

一直以来,古人在漫长的实践中发现一些疾病夏伏而冬发,其宿根常存体内,缠绵难愈,参考春夏养阳的中医原理,选择在夏季借用助阳药,更好地发挥扶阳祛寒、扶助正气、祛除冬病根因的作用,并可为秋冬储存阳气,阳气充足则冬季不易被严寒所伤。

根据冬病夏治理念,挑选人体阳气旺盛的三伏天给特定穴位外敷中药来改善一些慢性疾病,从而产生“三伏贴”疗法。针对不同人群的体质,把在冬季容易发作的虚寒之病,放在阳气旺盛的三伏天里治,再加上穴位刺激及药物的作用,那些积压在身体深处的寒邪,逐步释放出来,作用更佳。

## “三伏贴”适应人群有哪些

“三伏贴”敷贴有相对应的适应症状,需要根据不同人的不同需求,要有专业中医师精准辨证取穴进行敷贴。”三溪堂中医保健院副院长、针灸学博士李昌植分析道。

根据患者冬病常犯的症状,由医疗专业人员进行的三重组合选取,辨证敷贴。比如阳虚体质,冬天怕冷,关键取穴为大椎穴等;过敏性鼻炎,关键取穴天枢、中脘等;颈肩腰腿痛,关键取穴肺俞、肾俞等;痛经闭经,关键取穴气海、天枢、地机等。敷三伏贴,与中药处方一样,需要同样的中医思维,辨证施治。

李昌植介绍,目前“三伏贴”适应人群主要有:呼吸系统疾病、虚寒因素所致的妇科病、过敏性疾病、胃肠系统疾病、亚健康人群等。

同时,“三伏贴”对小儿反复呼吸系统感染、慢性咳嗽、过敏性鼻炎、鼻窦炎、腺样体肥大、扁桃体炎等;小儿外感体虚、免疫力低下、慢性腹泻、消化不良、厌食等,也有较好的效果。



7月1日,义乌三溪堂中医保健院开展冬病夏治“三伏贴”伏前预热贴开贴的首日,市民正在进行艾灸。



今年新投入使用“三伏贴”特制药丸,三溪堂的“三伏贴”在配方+药材上,每年推陈出新。



市民正在进行葫芦灸的熏灸治疗。



7月1日上午,义乌三溪堂中医保健院开展冬病夏治“三伏贴”正式开始了。

## “三伏贴”认准正规医疗机构很关键

记者在采访过程中发现,近年来随着中医养生意识的增强,冬病夏治的“三伏贴”已到火爆程度。“三伏贴”看似简单,其实针对不同症状,所选的配方和药材都有讲究。对于市民来说,认准正规医

疗机构很关键。”业内人士特别指出。

作为浙中地区较早引入冬病夏治“三伏贴”理念的三溪堂,在配方+药材上,一直不断精进。据了解,三溪堂经多年的临床改进,“三伏贴”的配方在不断精进,分别针对呼吸道、胃肠、妇科、亚健康等针对性配方每年推陈出新,另外分

出儿童和成年人的区别配方。

同时,冬病夏治的“三伏贴”时间上也有讲究。具体为伏前预热贴:7月1日—7月10日;头伏贴:7月11日—7月20日;中伏贴:7月21日—7月30日;润中伏贴:7月31日—8月9日;末伏贴:8月10日—8月19日。

全媒体记者 吕斌 文/摄

## 杭州口腔医院义乌门诊部: 口腔卫生健康宣教 活动进校园

6月30日,杭州口腔医院义乌门诊部的医生们来到城西小学,开展口腔卫生健康宣教活动。

活动现场,医生们首先通过多媒体的形式,为全校学生举办口腔健康教育讲座,教育孩子从正确刷牙、合理饮食、定期检查等方面,养成良好的习惯,预防龋齿的发生。讲座结束后,医生分头到各个班级,为学生免费进行口腔卫生健康检查。检查中发现一些学生防龋意识不强、没有保持良好的口腔保健习惯,有不同程度的龋齿现象。

该院医生指出,部分家长认为乳牙龋齿不用管,反正会换恒牙,其实这是一大误区。放任龋齿会影响咀嚼,甚至还可能影响孩子颌骨发育,极易引起其他牙齿生长错乱。因此医生提醒学生,要养成正确刷牙习惯、合理饮食、定期检查,发现有龋齿现象要及时到医院治疗。

全媒体记者 盛庆乐 文/摄



## 高血压患者 切莫随意停药 当心出现严重后果

姜大爷今年60多岁,既往明确诊断过高血压病,曾经口服降压药治疗。1年前,他自作主张停药,于日前突发脑干出血。据悉,事发当天,姜大爷突然四肢无力、倒地昏迷,对外界毫无反应。周围的工友马上呼叫“120”将其送到了浙大四院。

急诊医生评估发现姜大爷格拉斯哥评分只有5分(针对昏迷程度的判定,正常人为15分,最低3分),双侧瞳孔缩小,对光反射消失,同时出现呼吸困难、血氧饱和度下降,生命垂危。颅脑CT检查则显示患者脑干出血,出血量大约12ml。

浙大四院神经外科主任陈毅力表示,脑干是生命中枢,也被认为是外科手术的“生命禁区”,出血量大于10ml的死亡率在90%以上。姜大爷病情危重,随时可能心跳骤停死亡,如果继续保守治疗,死亡率在90%以上,即使侥幸生存也将成为植物人。

生死营救,危在旦夕,浙大四院医护团队尽全力开展手术进行抢救,患者最终顺利脱险。术后复查CT发现,脑干内血肿已经清除。术后2天,虽然姜大爷还需使用呼吸机,但已经能够遵从医护人员的要求进行抬手、握手等动作,看到这个场面,所有人都坚定了继续抢救下去的决心。在闯过了中枢性高热、严重肺部感染、消化道出血等一关又一关以后,患者病情终于稳定,目前已经转入康复科进行后续康复治疗。

由于长期血压控制不佳导致颅内血管病变,进而引发脑出血,得知昏迷的这一原因,姜大爷为自己轻视了高血压的危害追悔莫及。陈毅力提醒,脑干出血作为脑血管意外中最为严重的一种,平时重在预防,患有高血压病的患者一定要严格按照医生的要求进行血压控制,千万不能随意停药减药,避免脑血管意外的发生。

全媒体记者 柳青 通讯员 金南星

## 膝盖疼有异响 当心半月板在求救

### 半月板为什么会受伤

半月板是膝关节内一对填充减震“软骨垫片”,因其外形是弯弯的,像个月牙儿,所以叫半月板。它的作用类似于机器轴承中的橡胶垫,起着力量缓冲、减震、维持关节稳定和润滑膝关节的作用。

半月板损伤的常见人群是热爱运动的年轻人和年龄大的老年人。对年轻人来讲,健康的半月板表面是平滑的,当膝关节受到过大动作冲击时,如快速扭动、弹跳落地时扭伤、大力踢球踢空、蹲下行走、跑步中被绊倒等,会导致半月板受到的压力超过它能承受的范围,就可能发生撕裂、断裂甚至部分剥落,产生半月板急性创伤性损伤;对中老年朋友来说,随着年龄的增长,半月板变性退化,弹性及耐磨性能逐渐下

降,无法承受膝关节日常的反复活动摩擦,从而导致半月板破裂。这就是为什么许多中老年患者,膝关节并没有明确的外伤史,却产生了半月板损伤的原因。

### 半月板损伤有哪些症状

一般半月板损伤都会有明显膝盖外伤史,出现明显疼痛、肿胀和积液,关节屈伸活动障碍。急性期过后,肿胀和积液可自行消退,但活动时关节仍有疼痛。部分患者受伤当时膝盖感觉不明显,甚至运动生活都不受任何影响,但是随着时间的推移,症状会逐渐显现。

老年患者在没有外伤或轻微外伤情况下,也可出现上下楼及蹲下时膝盖疼痛、弹响,这也是半月板损伤的表现。有时膝关节弯曲过了一个角度后,疼痛会突然消失,严重者可跛行或屈伸功能受限。还有的人上下楼梯或者走路,经常会

突发膝关节酸软无力,休息一段时间会慢慢恢复。

总之,半月板损伤后多数患者走平路时并没有疼痛,在蹲起或者上楼、下楼时会出现疼痛。

### 半月板损伤如何治疗

半月板损伤的治疗分为急性期治疗和慢性期治疗。

急性半月板损伤或损伤早期,一般采用冰敷、加压包扎、停止活动、休息和抬高患肢等措施。若关节严重肿胀积液可抽出部分液体或积液,用弹力绷带加压包扎2~3周,佩戴支具固定。

另外,受伤后立即或等症好转后应至医院就诊,进行核磁共振检查明确损伤程度,选择治疗方案。

I度损伤:即半月板轻微退变,或仅仅裂开一个很小的缝隙。

首选上述保守治疗,物理治疗可有效地缓解伤后疼痛、肿胀等不适症状,等症状好转后,可逐渐开始进行半月板康复锻炼。

II度损伤:即半月板中度退变,裂开较大一个缝隙,裂隙没有达关节面。

在保守治疗的基础上,可以服用消炎镇痛药,减轻关节内炎症因子。关节腔注射润滑剂(玻璃酸钠),增加关节液的黏滞性和弹性,从而保护病变的半月板。

III度损伤:即半月板撕裂性损伤,裂隙达到关节面。

急性外伤引起的III度损伤,以及慢性期症状明显并有绞锁,则需手术治疗。

手术方法包括半月板切除术、半月板修整术、半月板缝合术、半月板移植术。手术是在关节镜下微创操作,切口不到1cm,风险低,并发症相对较少。

据光明网

弘扬丝绸文化 百家企业 鼎立汇聚 厂商直售 打破暴利传言 销售热线: 8155-8155

# 义乌传媒首届 苏杭丝绸服装节

丝绸女装78元起

真丝睡衣99元起

旗袍268元起

让你一省再省!

活动地点: 江东路33号义乌市融媒体中心大院北展厅