

# 扶正补虚 冬令进补正当时

什么叫做冬令进补？为什么要在冬季进行进补？什么叫膏方？膏方的主要作用是什么？什么样的人适合吃膏方？11月4日上午9:30-10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请安徽中医药大学第二附属医院谢若男主任为大家提供健康服务。

汪珺 记者 李皖婷/文 倪路/图



本期指导专家：谢若男

长期从事中药的制剂与检验、中药鉴定方面的工作，研发了数十个医院制剂。在中医药进补、中药膏方制作及贵重中药（如冬虫夏草、燕窝、鹿茸、野山参、藏红花、西洋参、红参、天麻等）的鉴别方面具有丰富的经验。

## 什么叫冬令进补

**读者：**现在天气渐渐转冷，我常听周围的同事议论冬令进补的一些话题，众说纷纭。我想请问什么叫做冬令进补呢？

**谢若男：**冬令进补，顾名思义，即在冬季进行的进补。科学的进补方法是请中医药专家根据中医药理论进行辩证施补。人体在经历了春、夏、秋三季的消耗之后，脏腑的阴阳气血有所偏衰，此时如能适时进补，既可以及时补充人体的气、血、津、液，抵御严寒的侵袭，又可以达到有病治病、无病健身的目的。12月22日是冬至，从冬至前一个星期至明年立春前这段时间是冬令进补的最佳时机。

## 什么叫膏方

**读者：**我是一名公司职员，平时工作压力比较大，身体透支比较严重，朋友建议我冬天吃一些膏方，请问什么叫膏方？

**谢若男：**膏方是一种具有极高营养滋补和治疗预防综合作用的中成药。它是在大型复方汤剂的基础上，根据人的不同体质、不同临床表现而确立不同处方，选用君臣佐使药物进行配伍，将中药

饮片反复煎煮，去渣取汁，经蒸发浓缩后，加糖或蜂蜜制成的一种稠厚的半流质或半固体状的剂型。其中，处方中药物尽可能选用道地药材，全部制作过程必须严格经过浸泡、煎煮、浓缩、收膏、存放等工序。冬令服用膏方是中医极具特色的调治方法之一，针对性强、有病治病、无病强身等特点，是历来深受群众欢迎的一种中药剂型。

## 膏方的主要作用是什么

**读者：**膏方的主要作用是什么？

**谢若男：**膏方的主要作用是扶正补虚，其功用以调阴阳、补五脏、益气血、助正气为主，适当兼顾祛邪治病，体现中医寓攻于补、攻补兼施的特色。从现代医学来讲，调节免疫、增强人体免疫功能是膏方的主要作用。

## 什么人适合吃膏方

**读者：**什么样的人适合吃膏方？

**谢若男：**亚健康者、中老年人、女性、慢性病患者、术后和产后病人适合服用膏方，还有一些有反复呼吸道感染、厌食、贫血等症的体虚患儿也适合吃膏方。

## 吃膏方有哪些注意事项

**读者：**我今年冬天想吃一些膏方调理一下，请问有哪些需要注意的事项？

**谢若男：**在冬令进补之前先要看一看病人的身体状况是否适合进补，比如那些肠胃功能不佳、消化吸收状况很差甚至湿热重、舌苔厚腻、消化不良、经常腹胀的人，要给予开路药，以理气化湿改善脾胃运化功能。

在服用膏方期间，饮食应有所禁忌。如服含有人参、黄芪等补气的膏方时，应忌食生萝卜，因萝卜是破气消导之品。服膏方时一般不宜用茶水冲饮，因茶叶能解药性而影响疗效。

膏滋药应储存在瓷罐、玻璃器皿中，亦可用搪瓷容器存放，但不宜用铝质、铁质等容器。应存放在阴凉处，如冰箱里，避免靠近厨房及暖气边，以防霉变。将一份膏滋的三分之一（四分之一）取出单独放置于干净的容器中（其余密闭存放于冰箱内），每天取用膏滋药时，应用一只干燥洁净的汤匙，以免将水分带进容器中，也不可直接接触口腔，以防污染变质。将取出的膏滋药放入杯中，开水冲化后，温服。

## 一周病情播报

### 关注老人秋季常见病

天气逐渐转寒，人的抵抗力、免疫力都有所下降，疾病容易入侵。近日，合肥市一院门、急诊收治的老年患者明显增多。该院门诊部夏锡青主任提醒市民，秋季要多关注家中老人的身体健康。

专家提醒，老年人平时要注意保暖，根据气温的变化及时增减衣服，避免感冒；少去人群密集的公共场所，远离花草、油漆等过敏源；加强体育锻炼，进行必要

的耐寒锻炼，增强体质；在饮食上要注意忌烟酒，少吃鱼、虾等易引起过敏的食物。保持良好的心态，切忌发怒和急躁。

当老人感到身体不适时应及时就诊，不要随便买药吃，因为老年人病情比较隐蔽，自己买药来吃，容易掩盖其他病症，延误治疗时机。患有慢性疾病的老人更要密切观察，及时治疗，否则会失去抢救的机会。 苏洁 记者 李皖婷

### 皮肤奇痒 时珍本草霜 一抹止痒

俗话说：疼不死人痒死人。奇痒难耐，抓破皮，挠出血，打针吃药，抹激素方法用尽，瘙痒就是止不住。痒得揪心刺骨，坐卧不安，彻夜难眠。

老中医张启山祖传“时珍本草霜”专治皮肤瘙痒。无论是夏秋过敏痒、脚气钻心痒、皮炎灼热痒、湿疹糜烂痒、风疙瘩痒、疱疹刺痛痒，还是糖尿病及肾病全身痒——只要抹上此膏，均是膏到痒除。

据老中医介绍：处方源自于《本草纲目》秘方，“循经拔毒”药用成分就像靶向追踪器，循着人体经络把分散潜藏于体内深层的风、寒、暑、湿、燥、火、虫七类毒素一网打尽，迅速杀灭真菌及皮肤血液病毒。多年的皮炎（神经性皮炎、过敏性皮

炎、日光性皮炎）、湿疹、手足癣（香港脚、鹅掌风、烂脚丫、手脱皮）、体癣、头癣、花斑癣（汗斑）、牛皮癣、龟头炎、女阴瘙痒、痔疮、痤疮、丘疹、荨麻疹、疥疮、带状疱疹等皮肤病也因此痊愈。脚气干痒掉皮、皮癣脱皮、疱疹溃烂破皮、色素沉着及粗糙肥厚的皮肤恢复光鲜亮泽，再顽固的皮肤瘙痒也不再复发。

咨询电话：0551-62843033（市内免费送货）地址：合肥养生大药房（三孝口邮局斜对面）普济药房（市府广场）环城路益民诊所（大钟楼与环城路口向西100米）淮南仁济（润丰宾馆旁）安庆宝芝灵（116医院对面）阜阳华利（三里小学旁）六安大别山路50号药房

### 省立医院设脑梗死溶栓绿色通道

#### 脑梗死4.5小时内抢救可脱险

记者昨日获悉，安徽省立医院开通脑梗死溶栓治疗24小时绿色通道，患者随时入院随时给予溶栓治疗，尽可能降低脑卒中的致死率和伤残率。

该院神经内科主任医师任明山说，脑梗死静脉溶栓治疗的时间窗是4.5小时，超过4.5小时再进行溶栓治疗效果就要大打折扣，而且出血风险增高，严重的可致伤残甚至死亡。

省立医院建立了脑梗死溶栓治疗专业组，实行24小时值班，并制订了规范的溶栓治疗流程和应急预案。急性脑梗死病人一旦入院，溶栓治疗绿色通道立即开通，神经内科、急诊科、CT室、化验室、ICU等多部门医护人员通力协作，患者所有的检查和评估都可在最短的时间内完成，并尽快实施溶栓治疗。

孙承伟 冯立中 记者 李皖婷

### 鄂皖专家合力救治八旬老人

83岁的癌症老人突发腹痛，CT检查显示消化道穿孔并伴有严重合并症，紧急转入医院重症监护室。住院72小时，患者三次病情恶化；生死关头，合肥市二院联手武汉协和医院，跨越千里、不分昼夜紧急救治，三次化险为夷，闯过鬼门关。截至目前，患者已脱离生命危险，病情明显好转。

据合肥市二院医务处处长唐智国

介绍，自该院与上海肿瘤医院、武汉协和医院签订友好协作以来，异地联合救治已成为医院的一大亮点。“遇到危急重症患者，我们第一时间开通绿色通道，邀请或转诊协作医院，共同参与救治，为老百姓第一时间可以享受最优质的医疗卫生服务，构建生命抢救专线。”唐智国说。

朱沛炎 记者 李皖婷

### “马大哈”忘记复诊取出支架管

#### 30厘米长支架管滞留体内10年，管外长满结石

30岁的李磊（化名）最近频繁出现腰痛症状，到安医大二附院检查，医生居然发现其左侧输尿管内有一根30厘米长管子，而且管子外包裹着一层的结石，尤其是两头更是积聚了大量结石。

原来，10年前李磊在省城一家医院接受过一次输尿管结石手术，术中医生常规留置了输尿管双J管，并叮嘱他务必在出院后2个月内到医院来取出支架管。

可是李磊并没有把医生的叮嘱放在心上，很快把取出支架管的事情抛在脑

后，却没想到这样一个“马大哈”行为给健康造成隐患。

据医生介绍，如今留在李磊体内的那根细细的支架管周围已经包裹上一层厚厚的结石，处理起来极其复杂和危险，常规手术需要约30至40厘米长手术切口，对输尿管和肾脏功能损伤极大。

截至记者发稿时，医生已经为李磊进行了手术，用激光击碎双J管周围继发结石，完整取出滞留双J管，手术顺利完成。 郑慧 戴睿 记者 李皖婷

## 下期预告

### 缺牙后选择哪一种镶牙方式好？

镶牙之前，要做哪些准备？“贴面”修复是怎么回事？缺牙后选择哪一种镶牙方式好？下周二（11月11日）上午9:30-10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请合肥市口腔医院西区修复科主任姜迎春与读者交流。

姜迎春，副主任医师，中华口腔医

学会修复专业委员会会员，中华口腔医学会种植专业委员会会员，国际口腔重建专业委员会会员，拥有丰富的口腔修复临床经验，尤其擅长前牙美学修复、种植修复以及口腔修复复杂病例的整体方案设计。

张婷婷 记者 李皖婷