

□ 热线实录

# “冬病夏治” 穴位敷贴旨在未病先防

随着人们生活水平的提高,越来越多的人开始重视个人保健,“冬病夏治”穴位敷贴作为自然疗法之一备受青睐。“冬病夏治”究竟适应防治哪些疾病?适合哪些人群?疗效如何?有哪些注意事项?6月6日上午9:30至10:30,市场星报健康热线0551-62623752,将邀请安徽省针灸医院副主任医师张友贵接受读者咨询。

■ 王津淼 记者 李皖婷/文 倪路/图



**张友贵**,副主任医师,全国名老中医学术继承人。擅长神经、精神系统疾病的诊疗,如慢性头痛、良性阵发性位置性眩晕(耳石症)、三叉神经痛、面肌痉挛、帕金森综合征、不宁腿综合征、焦虑抑郁障碍、强迫障碍、惊恐障碍、睡眠障碍、抽动多动障碍的诊疗。

## “冬病夏治”穴位敷贴旨在未病先防

**读者:** 我受“慢性支气管炎”困扰多年,经常在春夏之交和深秋天气转凉时犯病,咳嗽,咳痰,每次都要吊水、吃药,十几天才能好转。我这是“冬病”么?可以做“穴位敷贴”吗?我夏天基本不犯,为什么在夏天治呢?

**张友贵:** “冬病”是指在秋冬初春寒冷季节发作或加重的疾病,包括“慢性支气管炎”“支气管哮喘”“变应性咳嗽”“过敏性鼻炎”等呼吸系统疾患,以及风寒湿关节痛和冻疮等等。这类疾病与寒邪为患、人体阳气不足有关,入冬以后,风寒之邪入侵人体,引发宿疾而发病,都属于“冬病”。“冬病夏治”的机理是利用夏季气温高,机体阳气充沛的有利时机,调整人体阴阳平衡,使一些宿疾,尤其在冬季感寒后易反复发作的疾病得以恢复。

## 儿童治疗,宜早不宜迟

**读者:** 我的孙子现在2岁半,从一周岁以后每个月差不多都感冒一次,严重的时候还哮喘。请问像我孙子这种情况能做“穴位敷贴”治疗么?

**张友贵:** 儿童的一些慢性疾病,如支气管哮喘、过敏性鼻炎、反复呼吸道感染,以及反复发作的感冒、支气管炎、肺炎、咽炎、扁桃体炎等疾病,在缓解期均可以采用。冬病夏治穴位敷贴疗法,能达到预防疾病复发或减轻症状的目的。“冬病夏治”穴位敷贴治疗越早越好,因为年龄越小,其免疫功能、发育越不完善,越容易得到纠正。抓住三伏天贴药的有

利时机,药力更容易渗透到体内。我院针灸科自1987年开展“穴位敷贴”至今,接受敷贴的最小的孩子是8个月。

## “冬病夏治穴位敷贴”从“伏”开“贴”

**读者:** 请问“夏治”的时间有严格的限制么?是不是只在“伏天”贴药管用呢?今年具体的敷贴时间是什么?

**张友贵:** “冬病夏治”穴位敷贴疗法是在农历“头伏”“中伏”“末伏”的时令期间进行。今年“冬病夏治”穴位敷贴的具体时间如下:头伏7月12日,中伏7月22日,末伏8月11日。从7月12日至8月20日均可进行贴药,但最好是三伏的第一天。同时敷贴疗法是预防治疗,故应连续治疗三年效果最佳。

## 穴位敷贴后,请您留心

**读者:** 贴药时有什么需要注意的?能洗澡么,有哪些要忌口的?

**张友贵:** 在使用本法前了解病人皮肤敏感程度,在敷药后密切观察皮肤情况,凡接受敷贴疗法的患者,贴药时避免挤压,贴药后局部皮肤出现灼热感、发红等均属正常现象。如有不适反应,请及时到医院就诊或电话咨询医生。如局部起水泡,勿自行处理,请来我科就诊。贴药的部位当天不可用肥皂等刺激性物品擦洗。三伏敷贴后应忌食生冷、肥腻、辛辣等刺激性食物,忌食牛、羊肉等发物,多喝水,进食高维生素、营养丰富的清淡饮食。

□ 医疗新闻

## 夏季注意预防急性肠炎发作

这两天天气回温,空气干燥,记者从合肥市一院了解到,最近前去医院胃肠科就诊的急性肠炎患者明显增多。

“患者的临床症状主要表现为腹痛、腹泻、恶心、呕吐、发热等,严重者致脱水、电解质紊乱、休克等,而发病的诱因主要有细菌及病毒等微生物感染所致或进食了生冷、辛辣的食物,暴饮暴食等。”该院胃肠外科主任王家米介绍说。

专家提醒市民,夏季食物容易腐败,细菌滋生,要注意饮食卫生,少食生冷、辛辣刺激性的食物,不吃不新鲜、隔夜的食物,尤其对生吃的水果蔬菜应彻底清洗,洗后食用,养成良好的个人卫生习惯。一旦出现了腹痛、腹泻、恶心、呕吐等消化道症状,有食物中毒的需立即停止进食,及时来医院就诊。

■ 苏洁 记者 李皖婷

## 孩子的“丑牙齿”或是暂时的

很多家长会发现,孩子刚刚长出的恒牙歪歪扭扭,很难看。“医学上有个专用名词叫丑小鸭期,就是指这个阶段宝宝口腔里牙齿比较乱,有些乳牙掉了,恒牙还没长出来,而长出来的恒牙也是排列不齐,不美观。”合肥市口腔医院西区儿童牙科主任谢玲说。

“家长们不用着急,随着恒牙位置的慢慢调整,牙齿排列会逐渐变整齐,12岁左右‘丑小鸭’就会变成‘白天鹅’。如果孩子到12岁左右,牙齿还是很整齐,这个时候牙齿位置已基本稳定,就可以去矫正牙齿了。”

谢玲表示,孩子6岁左右第一颗恒牙开始萌出,12岁左右最后一颗乳牙脱落,孩子的替牙期长达六年。“这段时间最常见的是‘萌出性龈炎’,就是恒牙萌出穿破牙龈时,周围的牙龈发生红肿。遇到这种情况,家长要及时带孩子到医院处理,避免炎症的反复和加重。”

此外,替牙期常遇到乳牙尚未脱落,替换的恒牙已经萌出的现象。谢玲表示:“此时要及时拔掉乳牙,否则可能会导致将来牙列不齐。”

■ 张婷婷 记者 李皖婷

□ 一周病情报告

## 常站立的人最好穿弹力袜套

腿部静脉血管大面积隆起,就好像难看的“蚯蚓”伏在小腿上,常常没走多远就会感到疲劳,腿部不适、酸胀肿痛,这是下肢静脉曲张疾病的典型症状。近日,前来合肥市滨湖医院血管外科就诊的静脉曲张患者人数明显增多。

据滨湖医院血管外科张君主任介绍,治疗静脉曲张用传统的方式是手术将静脉剥脱,这样会在大腿上留下几厘米长的创口,患者须在医院待上一周才能出院。而该院在省内率先开展的射频消融术,仅需对患者进行局部麻醉,术后患者就能自行走下手术台,第二天便能出院。

如何预防下肢静脉曲张呢?专家建议市民,在日常生活中要保持下肢皮肤清洁,注意劳逸结合。经常从事站立工作的人,最好能常穿弹力袜套保护,下肢酸胀时可用弹力袜或弹力绷带压迫浅静脉缓解症状,必要时需到医院就诊,接受专业诊疗。

■ 苏洁 记者 李皖婷

□ 下期预告

## 孩子没换牙 能做矫正吗?

孩子乳恒牙还没换完,能接受矫正治疗吗?牙齿矫正时间是越短越好吗?矫正后的牙齿容易松动脱落吗?下周二(6月13日)上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,将邀请合肥市口腔医院正畸二科副主任医师韩爽与读者交流。

韩爽,副主任医师,口腔医学硕士,毕业于安徽医科大学口腔医学院。长期从事成人及儿童错合畸形的治疗,尤其擅长青少年错合畸形的早期干预治疗。

■ 徐莉 张婷婷 记者 李皖婷

## 首例跨省医联体携手 成功抢救准妈妈

“我这有一位怀孕30周的孕产妇夜间出血,考虑凶险性前置胎盘伴胎盘植入,需要立刻转院!”日前,安徽省妇幼保健院接到了河南固始妇幼保健院打来的求救电话。在短短的时间内,二者为一位出血的孕产妇实现了无缝对接,现产妇转危为安。

“虽然没有熟人,但通过这个绿色通道,及时救治,给我们带来了极大的方便。”转危为安的王女士笑着说。据省妇幼保健院危重产科主任陈先侠介绍,患者入院诊断为凶险性前置胎盘伴胎盘植入,二胎,且病情复杂,医院立即启动了医联体“绿色通道”,使得这位准妈妈转危为安。

据了解,王女士是安徽省妇幼保健院与河南省固始县妇幼保健院签约医联体后受益的首位患者。据介绍,二者今后将逐步完善双向转诊,探索建立业务指导与合作机制,实现医疗资源辐射到更加广泛的地区。

■ 鲍理 记者 李皖婷