



“冬病夏治”见神奇

本报记者 郑磊 李笑展



记者采访中发现,“冬病夏治”越来越受到老百姓的青睐。“冬病夏治”究竟是怎么回事?是什么催热了冬病夏治?

冬病夏治受推崇

记者从郑州市中医院了解到,近几年“夏贴三伏”的患者越来越多,日门诊量少则几百人,活动期间多达几千人。从今年预约的情况来看,大有上升的趋势,越来越多的人认识到了这个传统而时尚的“新”疗法。

究其原因,主要是中医具有明显的优势:“冬病夏治”贴敷疗法由于简、便、廉的特点,深受广大患者欢迎。

该院儿科主任、主任医师王晓燕介绍,“冬病夏治、穴位贴敷”是中医学的一种特殊疗法,主要是针对冬季易发生或发作的疾病,利用夏季气温高、肌体阳气充沛的有利时机,在夏季三伏天调治,使病情好转或痊愈。

一般来说,夏贴三伏属内病外治法。

三伏贴敷包括药物本身及穴位的双重作用。通过调动人体经气,可使药物的有效成分通过皮肤黏膜以渗透、呼吸等途径吸收入体内,提高机体免疫力,从而达到预防、治疗疾病的目的。

哪些冬病可夏治

“我的孩子患有鼻炎,气管也不好,一到冬天老是咳嗽、哮喘,一发病就得打几天吊瓶。去年夏季进行了穴位贴敷疗法,冬天孩子虽说也咳嗽、哮喘,但明显减轻了很多。”采访中,正在医院咨询的郝女士告诉记者。

王晓燕说,像郝女士这样的父母不在少数。“冬病夏治”主要适用于哮喘、慢性支气管炎、反复呼吸道感染、免疫功能低下、鼻炎、风湿性关节炎、类风湿等疾病。此外,对虚寒性胃病也有一定的治疗效果。

王晓燕提醒,“冬病夏治”膏药敷贴在防治虚寒性疾病方面有独到的作用,但它绝不是百病皆治,不要盲目夸大了“冬病夏治”的作用,而忽视了其他方法的治疗,对于反复发作的疾病,尚需要很多方面的配合治疗。

此外,贴敷膏药中含有辛温发散的中药,对皮肤有一定的刺激作用,因此要选择正规医疗机构接受冬病夏治治疗。

春夏养阳治冬病

周欣,一个可爱又“不幸”的小男孩。三个月时患“毛细支气管炎”,被诊断为“哮喘”,给予药物吸入治疗半年,发作有所减少。但家长经常忘记给孩子作吸入,导致病情出现反复。两年前到医院尝试“三伏灸”的治疗,病情明显好转。

“冬病夏治”真的这么神奇?它治病的道理何在?

据郑州市中医院呼吸科主任、主任医师王树凡

介绍,“冬病夏治”是中医传统的特色疗法,它根据“春夏养阳”的原则,结合天灸疗法,在人体的穴位上进行药物敷贴,从而达到防治疾病的目的。

冬季气候寒冷时易发的疾病,在夏季气候炎热、人体阳气最盛时进行治疗,以预防和减少疾病在冬季的发作,可以达到事半功倍的效果。

中医治病讲究整体观念,认为经络是人体气血运行的通道,它沟通表里上下,联系全身,维持人体组织器官的正常生理活动。穴位是人体气血汇聚之所,是脏腑经络之气达于体表的部位,也是药物敷贴的治疗部位,它能够调节经气调整全身的阴阳气血,从而达到治疗疾病的目的。王树凡说。

未病先防储阳气

中医有“急则治其标,缓则治其本”的原则。夏季人体阳气旺盛,此时体内寒气最易化解,此时进行针对性治疗,能促使人体阳气更旺,祛除体内陈寒;同时又能作为秋季储备阳气,到冬季时不易被严寒所伤,使“冬病”不再发作。

冬病夏治可以起到“未病先防、愈后防复”的作用,符合国家提倡的“预防为主、防治结合”的新观念。

王树凡建议患有“冬病”的患者,在贴敷周期内,禁食生冷、煎炸、油腻、辛辣食物,尽量不参加剧烈运动,以免出汗导致贴敷药物脱落。

专家

特别提醒

今年具体贴敷时间为:7月19日、7月29日、8月8日(中伏加强)、8月18日。入伏第一天没赶上贴敷的患者,头伏内,无论哪天贴敷,治疗效果都一样,患者只要在接下来的二伏、三伏对应的日子贴敷就可以,但一定要连续贴“三伏”。

脊柱健康 不可小觑



脊柱疾病的年轻化逐渐成为学生和家长的关注的焦点。据统计,青少年颈椎病患者比例由1996年的8.7%攀升至今天的30%左右。究其原因,繁重的学习、工作负担“难逃其责”。专家建议,科学锻炼是青少年预防脊柱疾病的有效途径。

脊柱疾病越来越年轻化

郑州市颈肩腰腿痛医院关节科主任、副主任医师常修河接待过这样一位小患者:二七区的刘女士带着12岁的儿子到医院就诊。孩子经常头疼、脖子疼,记忆力下降,最后整天吵着不上学了。马上就要上学了,可急坏了望子成龙的父母。经过医生诊断,孩子患了颈椎病。

“青少年患颈椎病,大多是由于学习压力过大,学习时间过长,没有充分的休息时间;长时间窝在沙发上看电视或玩电脑,经常不运动所致。家长往往意识不到这些问题,认为孩子只是累了,多休息就好了,这种观念很多家长都有。”常修河忧虑地说。

颈椎病和腰椎间盘突出都是在椎间盘进行性病变的基础上发生的,突出的椎间盘压迫、刺激神经、脊髓和血管而发生的一系列病变和症状。

青少年患上颈椎病,会感到颈肩酸痛、头痛、眩晕、上肢发麻。这些症状大多在运动中突然发病,出现剧烈的腰腿

痛,卧床休息后不能缓解。常修河解释说。

负担过重导致脊柱病发生

脊柱疾病的年轻化逐渐成为社会关注的焦点。究其原因,繁重的学习、工作负担“难逃其责”:青少年每天背负沉重的书包,长时间伏案读书学习,常年累月守着电脑,这都是病因。

日常生活中的不良习惯,坐卧姿势不正确,如有些青少年睡觉枕头太高,使颈椎长时间处于屈曲状态,颈后肌肉及韧带组织超负荷而引起劳损;不适合的桌椅高度,如矮桌子、高凳子危害很大,如果过度低头、弯腰,长期下去很容易造成颈椎劳损。

不适当的运动也可能给孩子脊柱健康造成损伤。“现在的孩子平时大都缺乏运动锻炼,加上运动时缺少自我保护意识,如果突然转颈、扭腰等,就会出现颈椎损伤。”常修河提醒。

青少年脊柱病重在预防

“很多家长认为,只有中老年人患脊柱病。他们平时最关心的是孩子的学习好不好,吃得有没有营养等,很少会想到孩子的脊柱会不会有问题。”常修河说。

青少年常见的脊柱病,绝大多数通过治疗可以治愈。颈椎病和腰椎间盘突出症可在医生的指导下,进行专业的牵引、推拿等理疗。

青少年脊柱病重在预防。专家建议,积极科学地锻炼身体不失是一个好办法,尤其是颈腰椎周围肌肉的锻炼,如游泳、打篮球等。

长时间学习时,要每隔40分钟左右活动一下颈腰椎,必要时在颈椎和腰椎部位做一些自我按摩。不要长时间在电脑前上网、玩游戏。

睡觉时最好使用圆枕,高度在10厘米左右,维持颈部的生理曲度,缓解一日颈部前屈的疲劳。青少年最好睡硬板床,这样对腰椎有利。

图说健康



郑州市口腔医院坚持开展“六进六服务”活动,他们联合郑州市人民公园在儿童乐园为老人和儿童进行口腔保健义诊咨询。霍进摄



日前,市十院医疗义诊队来到郑州车站西出口工地,现场慰问建筑工人。当日共义诊200余人次,发送VC银翘、清凉油等药品320包,风油精、人丹等防暑降温品170份。曹德明 周晓娟 摄

科普健康

蚊子到底爱叮谁

科学家研究表明,蚊子叮人是有选择的,能为蚊子带来丰富胆固醇和维生素的人最受蚊子青睐。

蚊子利用气味从人群中发现最适合叮咬的对象。胆固醇和维生素这两种物质是蚊子生存所必需。

蚊子具有很强的嗅觉能力。当人类呼出二氧化碳和其他气味时,这些气味会在空气中扩散。蚊子总是随着人体呼出的气味曲折前进直到接触到目标为止。

大多数化妆品中都含有硬脂酸,所以化妆的人比不化妆的人更受蚊子“欢迎”。至于一个人的胆固醇水平,一般不会左右蚊子的判断力,除非有足够胆固醇存在体表表皮很厚的地方。当然也有一些

气味是蚊子所讨厌的,如月桂叶、柠檬草油、香茅、大蒜和香叶醇的气味。

另有一项研究显示,孕妇遭蚊咬的机会比未怀孕的女性高出1倍。研究人员认为:妇女在怀孕期间所呼出的气体含有多种不同的化学物质,因而成为蚊子的叮咬目标。此外,孕妇体温较高,出汗也多,这两个原因使孕妇比其他妇女更易招惹蚊子。

很多人以为灭蚊时刺激性气味越强,消灭蚊子就越有效,专家否定了这一说法。强刺激性气味对人体是有一定危害的,例如一些过敏体质的人可能会对烟雾、对气味甚至对有效成分本身有一些过敏,可能会引起一些不适。另外,

对于老人、儿童、孕妇或者哮喘病人而言,最好选择无烟、无味、刺激性小的驱蚊用品,同时,专家建议在使用驱蚊产品时还是要半开着窗户。

另外,不少人都习惯到晚上睡觉时才点蚊香,但实际上,室外的蚊子最爱选择黄昏时飞进屋里对人发起进攻。如果在傍晚使用驱蚊用品,就可以有效地阻止室外的蚊子从门窗缝隙飞进屋里,也会使原来就在屋里的蚊子被熏得夺路而逃,这样就会减少房间里蚊子的数量。另外实验表明,蚊香点燃以后大约要过两个小时才会在房间里均匀地散发开,所以最佳驱蚊时间应该是傍晚时分或者睡前两小时。 新文

“膝关节病”遇良药 治一个好一个

迎奥运 讲健康 特大活动 买6送1 10送2

骨质增生、滑膜炎、软骨软化、半月板损伤等引起的膝关节上下楼疼痛,撑不住劲,蹲不下,坐久站起时关节僵硬迈不动步,严重者肿胀、积水甚至变形……

特效新药仙草祛痛膏是根据元代秘方现代工艺提取,药力是一般药物的20倍,能直透皮下骨质,首先消除炎症、肿胀积水,再钝化骨刺,并营养修复关节软骨,达

到治疗的目的。急症患者一般24小时见效,1个疗程恢复正常生活,2-4疗程康复,愈后不复发。

一个疗程18天 仅需6-12盒 市内免费送货

咨询热线:66683119 66052593

地址:河医门诊楼斜对面九州通大药房 郑大二附院 急诊科对面玉安堂大药房

郑州市口腔医院

口腔爱牙热线 66280600 66280655 郑州市二七路224号

中华慈善总会唇腭裂免费治疗医院

孩子为何 牙齿表面脱落

王女士:我女儿快两岁了,近来发现她的牙齿渐渐变黄,并开始小片剥落,牙齿表面变得斑斑驳驳,请问是怎么回事?

郑州市口腔医院儿

童牙科主任李路平:您女儿可能患了奶瓶龋,大多是孩子含着奶瓶入睡引起的,奶瓶正好顶在唇部,使上门牙浸泡在奶液里,夜间唾液分泌减少,口腔的自洁作用减弱,残留在牙面及牙间隙的奶液更容易被细菌分解,引起牙齿脱钙发展为龋齿。另外,母乳喂养的孩子如果夜间喂奶次数过多或经常性含着乳头入睡,也会造成急性大面积乳牙牙体剥脱,即猛性龋。

此病首先会直接造成牙体缺损,其次可继发牙髓炎、尖周炎、残冠、残根,最终导致失

牙,使孩子降低或丧失咀嚼功能,并会影响孩子将来恒牙的正常萌出。

所以平时要控制孩子每次使用奶瓶的时间,一般限制在10-15分钟,不要让孩子含着奶瓶睡觉;每次给幼儿喂奶后再喂少量白开水,起到清洁口腔的作用;同时,尽早让孩子停用奶瓶,一般1周岁以后就应改用水杯或小匙喂奶,并定期带孩子到医院做口腔检查及健康指导,早发现、早治疗。

治疗时可以将牙髓做彻底处理,然后再做充填,经2-3次能将牙补好。如果无法治疗的残根要等到孩子3岁半左右去除残根后,给孩子戴上活动(或固定)保持器(类似成人假牙),帮助孩子恢复咀嚼及发育功能。

健康资讯



郑大一附院

5A级智能化病房楼开业

本报讯(记者 汪辉 通讯员 曹咏 周厚亮)记者从郑大一附院获悉,我省重点工程建设项目、5A级智能化病房楼——郑大一附院高级病房楼正式投入使用。

该高级病房楼工程按照国际一流的5A级智能化服务标准设计,建筑面积达3.1263万平方米,内设有住院诊疗病区、医技服务区、就餐服务区、地下停车场等,拥有近700张床位。病房楼内安装有全方位安全监控系统、先进的物流传输系统,每个病房都设有卫生间、配备了多功能高级病床、装有液晶闭路电视、紧急呼叫系统以及宽带网络接口等。除为普通患者提供常规的诊疗服务外,病房楼还开设了特色服务病区,如重症监护病区、康复医学病区和生殖医学病区等,以满足患者不同的需求。

“孩子终于会叫妈妈了”

“妈妈”当这两个音从登封市16岁的女孩陈苏嘴里发出时,她的母亲和在场的医护人员脸上都露出了笑容。

5月底,因遭遇车祸造成中度脑挫裂伤合并颅内血肿的陈苏,转入郑州市二院脑外科配合高压氧进行综合治疗。经过一个疗程(十次)高压氧治疗后,昏迷不醒的她渐渐苏醒了过来,两个疗程后,病情开始好转。

市二院高压氧科是郑州市卫生系统临床医学特色专科,曾多次参与重大突发事件中毒事件的抢救治疗。7月7日,市二院高压氧科被河南省卫生厅正式命名为“河南省高压氧培训基地”,成为河南省高压氧专业唯一的培训机构。 李笑展 陈燕

“黄海制药杯”民星总动员

凸显药企社会责任感

奥运圣火“祥云”将于7月21日在奥帆赛举办城市青岛进行传递,市民表现出空前高涨的热情,纷纷用自己的方式为奥运呐喊助威,从日前如火如荼的“黄海制药杯”帆船之都魅力民星总动员活动中可窥一斑:从启动到紧锣密鼓的海选,已吸引了从天真活泼的五岁儿童到头发花白的六旬大爷大妈等上百万人参加。

“提供这样一个平台,不仅是为了帮助老百姓实现他们的奥运梦想,更重要的是能让更多的人体验奥运精神。”青岛黄海制药总经理王桂来表示:“奥运精神强调的是乐观的精神和对美好生活的热爱与追求。这种生活态度不仅是迎接一切挑战的强大源动力,也是和谐社会的主旋律。”从昵福达健康网的开通,到高血压科普知识普及;从力行社会公益定期举办“过期药品换新药”活动,到“药店店员专业知识培训”,再到普及奥运精神、文化,激发人们的爱国心和自豪感……这一切充分体现了青岛黄海制药始终把“爱”、“责任”作为品牌理念的本质。

作为一个具有社会责任感的药企,青岛黄海制药还积极投入慈善事业。仅在今年,南方遭遇冰雪灾害后,黄海制药立即捐出204万元的药品和现金支援灾区;汶川地震后,黄海制药又连夜生产灾区急需的药品进行援助,共捐出220万元药品和现金以解灾区燃眉之急;5月底,黄海制药针对社区低保户捐赠了价值10万余元的药品。在企业社会责任越来越成为核心竞争力的今天,青岛黄海制药将自身发展壮大和整个社会环境相融合,全方位创造社会效益,无疑为企业的可持续发展夯实了基础。 郑磊