

7月12日,是今年入伏第一天,也是冬病夏治最常用手段——“三伏贴”头伏贴的首日,我市多家医院迎来冬病夏治“贴敷大军”。有专家提醒,三伏天虽是冬病夏治的好时机,但并非人人适宜,在治疗之前应咨询医生,根据病情和体质,辨证施治。



三伏至 冬病夏治正当时

本报记者 苏立萌

疾病发作期不宜“夏治”

冬病夏治是中医治疗的一大特色。其利用夏季气温高、机体阳气充沛的有利时机,调整人体的阴阳平衡,对强身健体、治疗冬季易发疾病有事半功倍的效果。

“所谓‘冬病’,指好发于冬季或冬季易加重的虚寒性疾病或慢性疾病,因冬季阴盛阳衰,患者机体也多阳气不足,导致疾病反复发作或加重。而‘夏治’原理,则是三伏天自然界及人体阳气最旺,通过中药贴敷、针灸等措施,温阳散寒、运脾燥湿、活血通络,使疾病得到有效治疗或缓解,也能提升机体免疫力,达到强身健体的作用。”郑州市中医院儿科主任王燕燕介绍,在儿科门诊,一岁以上的孩子只要符合要求,都可进行冬病夏治。

据了解,冬病夏治对哮喘、反复咳嗽、气管炎、慢性阻塞性肺病、类风湿性关节炎、关节疼痛、慢性腹泻、颈肩腰腿痛等多数疾病治疗效果显著,但并不是

所有人都适合冬病夏治。“孕妇、一岁以下幼儿、糖尿病患者血糖控制不佳者、瘢痕体质者、皮肤有破损或严重过敏者不适合冬病夏治。”郑州市中心医院针灸理疗科主任中医师赵晓晓提醒,另外,处于疾病急性发作期的患者也不适用。

“三伏贴”加分健康

“我患有过敏性鼻炎、哮喘,每年都来贴‘三伏贴’,已经坚持十几年了,效果很不错,过敏性疾病很少发作了。”在郑州市中医院排队贴敷“三伏贴”的董大妈说,冬病夏治效果明显,让自身免疫力提高许多。

中药贴敷“三伏贴”是冬病夏治常用手段,由温阳通络等疗效的中药制成,针对不同疾病,贴敷在相应穴位治疗。进入三伏天,我市多家医院的冬病夏治“三伏贴”活动相继启动,为市民健康“加分”。

在郑州市中医院,即日起至8月

30日,市民前往儿科、针灸疼痛科、肺病科、治未病科等相应科室均可敷“三伏贴”;郑州市中心医院的“三伏贴”贴敷工作也如火如荼地进行着,将持续至8月20日;郑州市骨科医院则结合治未病科推出特色“三伏贴”,适应症包括颈椎病、肩周炎、网球肘、腰间盘突出症、坐骨神经痛等骨科疾病。

郑州市中医院针灸疼痛科副主任中医师龚晓强告诉记者,每家医院的“三伏贴”用药略有差异,但药理同出一辙,就拿关节疼痛来说,所用药物都以活血通络为主。在治疗效果上,因人而异,病史长且病情顽固的患者可适当增加贴敷次数,或配合“三伏灸”、中药汤剂共同治疗。

贴敷宜按疗程

有专家表示,冬病夏治以三伏天为佳,“三伏贴”则以头伏开贴为宜,头伏、中伏、末伏每伏需贴一次,每次贴敷间隔10天,而今年有闰中伏,需多贴一

次。具体时间为:头伏7月12日~7月21日,中伏7月22日~7月31日,闰中伏8月1日~8月10日,末伏8月11日~8月20日,成人每次贴敷时间为2到6小时,儿童尽量不要超过两小时。

“我刚贴了1小时,贴敷穴位就火辣辣的疼。”有不少市民反映,贴“三伏贴”期间,贴敷处皮肤出现红、痒、痛、出泡等不同症状。其实,这属于正常现象。

“‘三伏贴’古时被称为‘天疱敷’,因为贴敷之后大多会起水泡或红疹。”赵晓晓表示,出现发疱情况,治疗效果也就更好。他建议,在贴敷时,出现轻微或者可以忍受的痛、痒,可坚持贴满4到6小时,不能忍耐可随时揭掉,并用热毛巾擦去残留药物。

“贴敷以后,不要立即洗澡,饮食宜清淡,且不可贪凉。”郑州市中心医院儿科副主任刘静提醒,冬病夏治是治疗疾病的辅助方式,疗程一般为3年,半途而废会使效果大打折扣,患者应遵照医嘱把握治疗时间长短,并采用综合治疗,减少或避免疾病发作。

医讯速递

市骨科医院优化门诊服务流程

本报讯(记者 王治 实习生 边静 通讯员 闫清涛)近日,记者从郑州市骨科医院获悉,为切实方便患者就医,减少患者在各环节等候时间,市骨科医院出台了一系列门诊医疗服务改善优化措施。针对早上挂号排队时间长的问题,医院改进了传统挂号方式,在门诊大厅增设了自助挂号机,患者只要经过几步简单的操作,就可以完成挂号,大大节省了排队等候时间。

为切实方便群众,医院把原来设在门诊二楼的部分门诊室和功能科搬至一楼,并通过医院微信和院内的电子屏幕第一时间公布门诊每日出诊的医生和专家。同时,郑州市骨科医院还进一步优化门诊诊疗流程。医院门诊采取多种形式预约挂号,实现挂号缴费自助,缩短排队等候时间;疼痛中心增加工作时间,早上7点上班,晚上10点下班,极大地方便了病人。为简化就医流程,医院加强了网络信息化建设,全面开通使用电子处方、电子申请单,减少了病人划价程序,极大缩短了就医等候时间;信息化水平升级,提高医疗就诊速度,使各类检查更加便捷。特别是生化报告比过去平均提速了2-4小时,原来需等一两天,现在一个上午就能完成。

栏杆穿透身体 手术保住性命

本报讯(记者 王治 实习生 边静 通讯员 闫良玉)日前,一男子驾车不慎撞到马路护栏,护栏穿透身体,经河南省省立医院紧急手术,成功取出护栏保住男子生命。

据了解,当晚9点16分,河南省省立医院接到急救电话,称在航空港区振兴路与郑港十一路交叉口向南100米处,一男子驾车撞击到马路护栏,护栏紧贴心脏穿透司机身体,情况十分危急。9点20分,省立医院赶到,快速建立静脉通道,维持生命体征,预防其大出血,配合119剪断护栏后把男子送至医院作进一步检查,并组织多方专家紧急会诊,迅速实施手术取出护栏。

在经过2个多小时紧张的手术后,穿透伤者的栏杆被成功取出,随即送至ICU进行重症监护。目前,伤者已经脱离生命危险,自主意识清醒,生命体征平稳。

市中医院开展结直肠癌筛查培训

本报讯(记者 王治 实习生 边静 通讯员 楚萌)2017年,郑州市委、市政府继续将“免费为全市群众开展结直肠癌筛查评估干预服务”列入为民办“十件实事”。近日,记者从市中医院获悉,今年该院也将继续参与承担我市的结直肠癌筛查工作。

7月10日下午,郑州市中医院召开了2017年结直肠癌筛查评估干预服务项目暨培训会。院领导班子、中层干部、科室骨干等200余人参加了会议。会上,该院业务副院长徐学功对今年我市结直肠癌筛查评估干预服务项目与实施方案进行了详细全面的解读。市中医院院长刘宝琴就医院今年承担的筛查工作任务对全院职工提出了要求。医院肿瘤血液科主任曾宝珠在会上针对今年筛查工作的重点业务内容对参会人员进行了培训,对结直肠癌的预防、诊断、治疗工作进行了辅导。据了解,今后一段时间内还将围绕此项工作开展一系列的培训。

吉祥人寿保险股份有限公司
JIXIANG LIFE INSURANCE CO.,LTD.

吉祥人寿保险股份有限公司成立于2012年9月21日,为湖南首家保险法人机构。公司注册地位于湖南省长沙市,当前注册资本23亿元。公司经营人寿保险、健康保险、意外伤害保险等各类人身保险业务和经中国保监会批准的人身保险的再保险业务,国家法律、法规允许或国务院批准的资金运用业务以及中国保监会批准的与保险有关的其他业务。

开业以来,吉祥人寿始终胸怀“让所有人都拥有健康养老保障”的企业使命,以人才招募和培养为抓手,以信息技术建设为依托,积极实施创新发展,建立了个险、银保、团险、创新、经代等业务渠道,构筑了完善的产品体系、客户服务体系和风险管理体系,形成

五六联动业务前十强

第一名 周口市 肖辨 我可以接受失败,但绝对不能接受未曾奋斗过的自己!	第二名 郑州市 程彦玲 考虑一千次,不如去做一次;华丽的跌倒,胜过无谓的徘徊。	第三名 郑州市 王敏 用有限的生命帮助更多的人。	第四名 郑州市 李琰 没有比人更高的山,没有比脚更远的路。	第五名 南阳市 刘安峰 我成功因为我志在成功。
第六名 郑州市 曹艳君 努力到无能为力,拼搏到感动自己。	第七名 郑州市 李艳丽 简单的事情重复做,你就是专家。	第八名 郑州市 苗艳丽 有理想,有目标,有行动,才有出路。	第九名 郑州市 弓丽霞 踏踏实实做事,认认真真做人。	第十名 郑州市 苗艳玲 成功的秘诀在于对目标的执着追求。

五六联动万年青销售前十强

第一名 郑州市 程彦玲 考虑一千次,不如去做一次;华丽的跌倒,胜过无谓的徘徊。	第二名 周口 王辽原 付出总有回报,要做就做最好!	第三名 焦作市 杜新红 诚信诚心做事,诚实诚挚待人。	第四名 焦作市 师风文 环境不会改变,解决之道在于改变自己。	第五名 郑州市 李琰 没有比人更高的山,没有比脚更远的路。
第六名 南阳市 陈洪伟 做人善良!做事执着!践行耐力!	第七名 郑州市 苗艳玲 成功的秘诀在于对目标的执着追求。	第八名 焦作市 苗欢 雨后的彩虹更美丽,磨难的人生更辉煌。	第九名 周口 任梦轲 自信是成功的前提,勤奋是成功的催化剂。	第十名 郑州市 李欣 坚持做对的事。

健康121 防病真容易

首款拥有慢性病保障的全方位重疾险
吉祥人寿万年青终身重大疾病保险

- 121种 疾病保障
- 85种 重大疾病
- 30种 轻症疾病
- 6种 慢性疾病
- 3次轻症 额外给付

日行1万步 | 吃动平衡 | 健康一辈子

地址:郑州市郑东新区商鼎路77号河南文化产业大厦郑州报业集团 邮编:450046 电话:郑州报业集团办公室 67655666 67655888 新闻协调处 67651111 编办 56568203 编辑中心 56568179 财政 56568159 经济部 56568212 市场部 56568156 文编刊部 56568223 广告部 67655632 发行部 67655511 广告经营许可证:郑工商广字001号 印刷厂 87532636 零售 1.50元

保得多 强慢病
 保得全 强豁免
 保得长 强服务