

医疗

目前,刚刚进入三伏天,“冬病夏治”成为流行的词汇。有哪些方法可以冬病夏治,防病健体呢?打伏针能治疗哪些病症?身体较弱可以打伏针吗?穴位敷贴可以防治哪些疾病?本周二上午9:30~10:30,本报健康热线0551-2623752,邀请安徽中医学院附属针灸医院副院长曹奕就有关注话题与读者交流。以下内容根据电话整理,未经曹奕本人审阅。

黄剑 记者 王松青/文 王恒/摄

本期指导专家曹奕



专家简介

安徽中医学院附属针灸医院副院长,主任医师,硕士生导师,第一批全国优秀中医临床人才,安徽省中医药学会理事,安徽省针灸学会常务理事,安徽中医脑病专业委员会副主任委员。1983年毕业于安徽中医学院,承担了脑中风预防的科研课题。

独家秘笈

长期从事中医针灸临床工作,在治疗针灸科常见病、多发病,尤其是心脑血管疾病的防治方面积累了一定的经验。

门诊时间:周一、三、五、六上午/周二、四下午

安徽省中医学院附属针灸医院 合肥市寿春路300号

最佳时机在夏至以后

读者:现在大家都注重保健,有哪些方法可以冬病夏治,防病健体呢?

曹奕:冬病夏治的常用方法用特定中药复方制成的天灸膏进行穴位贴敷、艾灸、针刺、穴位注射、中药内服等方法。天灸膏穴位外敷,是利用夏天汗腺分泌强、穴位对药物敏感的特点,经过一定疗程的贴敷后,能够提高机体免疫能力,对预防冬季疾病很有好处。该方法简便、安全,患者易接受。冬病夏治的最佳时机一般在夏至以后,最佳时间为夏令三伏,即每年初、中、末三伏。

打伏针如吃补品

读者:我母亲老是腰痛,冬天怕冷,我一个朋友很热衷中医,懂得很多中医知识,建议最好是“打伏针”。我想问一下什么叫“打伏针”?

曹奕:“打伏针”,指的就是在三伏天进行温针灸疗法,民间有“冬养三九补品旺,夏治三伏行针忙”之说,讲的是对于身体虚弱者来说,三伏天针灸、拔罐能起到与冬天吃补品一样的效果。在盛夏伏天进行针刺以治疗疾病也体现了中医“不治已病治未病”的保健思想。因此“打伏针”也成为冬病夏治常用的治疗手段之一。

寒湿型病症打伏针最佳

读者:打伏针能治疗哪些病症?身体较弱可以打伏针吗?

曹奕:打“伏针”主要治疗运动、神经、呼吸等系统的疾病,特别对于寒湿型的效果更佳。运动系统的疾病,如颈肩腰腿痛,“痛则不通”,“伏针”和艾疗法相结合,再辅以火罐活血化痰,就能很有效地将瘀于人体内的寒气“拔”出,疏通经络气血,达到“通则不痛”的作用。神经系统的疾病,例

如中风、三叉神经痛、帕金森症等利用打“伏针”,也能很有效地控制病情。对于寒盛湿重,经络壅滞之证,如关节痹痛,肌肤不仁、慢性咳嗽、过敏性鼻炎、鼻窦炎、冻疮、胃脘冷痛、便溏、月经不调、前列腺增生等亦有良好效果。

15类病患针灸效果良好

读者:现在中医针灸很热,很多电视台和刊物上都介绍,那针灸到底能治哪些病呢?

曹奕:针灸治疗对以下几类疾病效果良好:(1)各类痛症:头痛、偏头痛、三叉神经痛、颈肩腰腿痛、胃脘痛、肾绞痛、牙痛等痛症。(2)功能性疾病:包括麻痹性肠梗阻及手术后肠麻痹、消化不良所致的腹泻、便秘(尤其是老年人的习惯性便秘)、功能性阳痿、痛经、闭经、胎位不正、产后尿潴留、产后宫缩无力、小儿遗尿等。(3)某些神经精神类疾病:针灸治疗中风、神经损伤、截瘫、失眠、抑郁、癔病等。(4)某些急症:如昏迷、休克、抽搐、惊厥等病人。(5)上呼吸道疾病:急性鼻窦炎、急性鼻炎、普通感冒、急性扁桃体炎、急性支气管炎、支气管哮喘等。(6)眼科疾患:急性结膜炎、中枢性视网膜炎、青少年近视眼、无合并症的白内障等。(7)口腔五官科疾患:牙痛、拔牙后的疼痛、牙龈炎、急性慢性咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、下颌关节炎、耳鸣等。(8)胃肠道疾患:食道和贲门痉挛、呃逆、胃下垂、急慢性胃炎、胃酸分泌过多、慢性十二指肠溃疡(缓解疼痛)、急性十二指肠溃疡、急慢性结肠炎、急便秘、腹泻、不完全性肠梗阻等。(9)神经、运动系统疾患:头痛和偏头痛、三叉神经痛、面瘫、中风、末梢神经炎、眩晕、神经性膀胱功能紊乱、尿床、肋间神经痛、肩颈综合征、肩周炎、网球肘、坐骨神经痛、背部疼痛、骨关节炎等。(10)骨伤科疾病:颈肩腰腿痛、各类关节炎、扭挫伤、软组织慢性

疼痛、骨折后遗症等;(11)代谢综合症:单纯性肥胖、高脂血症、戒烟、针灸美容等等。(12)妇科常见病:月经不调、痛经、闭经、慢性盆腔炎、经期紧张综合征、更年期综合征等;(13)男科常见病:前列腺增生、前列腺炎、阳痿、早泄、遗精、不育症等;(14)皮肤科常见病:带状疱疹、神经性皮炎、荨麻疹、各类皮肤过敏等。(15)儿科疾病:咳嗽、腹泻、厌食、脑瘫等。

慢性病

可试试穴位敷贴

读者:很多医院都在做穴位敷贴,穴位敷贴可防治哪些疾病?

曹奕:小儿、老年人的慢性支气管炎、哮喘、体感感冒的治疗,长期以来只停留在抗病毒、抗感染、止咳、平喘等对症治疗上,造成该病反复缠绵难愈。此外,过多的或不当的使用抗生素,可造成诸多不良反应,并给患者增加经济负担。而传统医学根据“天人相应”、“春夏养阳,秋冬养阴”的养生理念,选择在三伏天进行“穴位敷贴”治疗,可提高人体呼吸系统免疫功能,从而达到预防和治疗慢性肺系疾病的作用。穴位敷贴主要适用于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、慢性阻塞性肺病、间质性肺炎、支气管哮喘、过敏性鼻炎等慢性呼吸系统疾患,以及各种关节炎和冻疮等等。

三伏天均可冬病夏治

读者:我想咨询冬病夏治的具体时间是什么?

曹奕:“冬病夏治”穴位敷贴疗法主要在特定的时间段内,即在农历“头伏”、“中伏”、“末伏”的时令期间,采用穴位敷贴法,通过中药对人体穴位的刺激,激发经络功能,促进调整机体动态平衡,调动人体免疫功能和内在的抗病能力,从而达到“内病外治”、“治未病”的目的。

下期话题

如何防治肠梗阻 专家下周坐诊解答

读者可登陆星空社区(www.xksq.net)向医生提问

肠梗阻是指肠内容物在肠道中通过受阻,是常见的急腹症,发病率仅次于急性阑尾炎和胆道疾病,可因多种因素引起。

肠梗阻有哪些类型?引起肠梗阻的常见原因有哪些?出现哪些情况可考虑肠梗阻?得了肠梗阻应该怎么办?中西医结合治疗粘连性肠梗阻有哪些优势?肠梗阻的预后如何?应该如何预防?肠梗阻患者的饮食应注意些什么?本报周二(7月27日)上午9:30~10:30,将开通健康热线0551-2623752,邀请安徽中医学院第一附属医院普外科主任医师潘晋方与读者交流。潘晋方擅长中西医结合治疗肝、胆、胰、脾、甲状腺疾病,胃肠系统疾病。

陈小飞 记者 王松青

一周病情播报

泳池里 泡出不少红眼病

根据合肥市第一人民医院门诊统计数据显示,暑期学生游泳高峰期来临,自7月以来,前来该院眼科门诊就诊的急性传染性眼结膜炎患者明显增多,其中青少年因游泳感染该疾病的患者占了相当大比例。

上周,程大妈带着孙子小胖来到合肥市一院的眼科门诊,“小孙子这几天眼睛又红又肿,还老是控制不住流眼泪”。经检查,小胖被诊断为急性传染性眼结膜炎,也就是我们常说的“红眼病”,原来小胖从放暑假以来就办了一张小区游泳馆的月卡,每天下午都会去游泳。医生表示,小胖的红眼病可能是在游泳池里泡出来的。

专家提醒,夏季是细菌、病毒繁殖和生长的活跃期,它们可以通过水快速传播,一旦有已经感染的患者在游泳池中游泳,其他游泳者就很容易被传染。杜绝因游泳导致的交叉感染最好在游泳时带上泳镜,游泳前或者游泳结束后滴上一点抗菌素类的眼药水能够有效杀菌;本身患有眼病的患者尽量减少游泳次数,而戴隐形眼镜游泳是绝对不行的。

费秦茹 记者 王松青

“洁癖”洗出女性难“炎”之隐

据合肥妇幼保健院相关资料统计显示,妇科疾病正呈年轻化趋势,其中妇科感染性疾病约占妇科门诊量40%以上,特别是慢性宫颈炎、霉菌性阴道炎、滴虫性阴道炎、细菌性阴道病等女性生殖系统炎症发病率极高,严重困扰女性身心健康,成为年轻女性难“炎”之隐。

该院专家介绍,女性生殖道具有天然的自净作用。健康的女性生殖道中可存在约20多种微生物,正常生理情况下,这些

菌群和机体是协调的共生关系,并不致病。当这种和谐共生环境被破坏时,引起菌群失调,从而导致阴道炎。过度卫生“洁癖”就是重要的破坏因素之一。

生活中,有些女性过于讲究卫生,频繁的使用各种消毒剂清洁阴道外阴,反而破坏了阴道的和谐环境,导致菌群失调,使正常情况下不致病菌变成致病菌或导致致病菌入侵,引起阴道炎。因此建议妇女朋友们在日常生活中注意纠正不当用水习

惯。当发生不适时,应及时到正规医院就诊,对症下药而不应乱用药剂。

专家提醒,引起阴道炎的原因是多种多样的,如:长期滥用抗生素,免疫功能低下,在内衣洗涤或在出差、浴室等公共场所未注意卫生“小节”,不洁性生活等均可导致妇科炎症发生,所以在日常生活中,养成良好卫生习惯当然是重要的,但要注意避免“洗出来的炎症”尴尬情况的出现。

王爱娣 本报记者 殷江霞