



# 冬养三九 夏治三伏

## ——三伏贴备受我市市民青睐

□本报记者 曹新俊

“我有慢性咽炎,膝关节还有点风湿,用了好多方法也不见效,一发病就难受死。这不听朋友说三伏贴可以‘冬病夏治’,效果还不错,所以就试试,看看效果咋样。”7月17日上午,市民郭玉良一大早就来到市中心医院针灸康复科等待贴三伏贴。

近年来,随着群众健康意识的提高,对养生保健越来越重视,中医药在大众中的地位也在不断提升。得益于三伏贴,三伏贴也变得炙手可热。在我市各大医院,像郭玉良这样抢在进伏当天贴三伏贴的市民络绎不绝,挤满了各大医院门诊科室。

7月17日,三伏首日,记者实地走访了市中医院、信阳信钢医院、市第二中医院等,近距离感受三伏贴的独特魅力。

### 医院见闻

三伏首日,患者排队“求贴”

7月17日7时40分,记者来到市中心医院时,该院针灸康复科、儿科、五官科等科室前均排起了长队,不少患者还是专门从外地赶来的。

“我是从十三里桥专门赶过来的,孩子以前经常感冒,2岁开始给他贴,已经贴了2年了,感觉效果不错,所以今年又带他来继续贴。”一大早,于大爷就专门带着5岁的孙子来到了市中心医院针灸康复科等待。

在市中医院五官科,这里的几间诊室均被“求贴”的市民挤满。今

年来,随着群众健康意识的提高,对养生保健越来越重视,中医药在大众中的地位也在不断提升。得益于三伏贴,三伏贴也变得炙手可热。在我市各大医院,像郭玉良这样抢在进伏当天贴三伏贴的市民络绎不绝,挤满了各大医院门诊科室。

“今天是初伏首日,考虑到前来贴三伏贴的市民较多,我们全员放弃周日休息,7点就基本准备妥当。”该科主任李春敏向记者介绍,科室现场制作三伏贴,保质保量,让群众明白放心;同时,还准备了足够多的姜糖水,保证每一位贴过三伏贴的市民都能喝一杯。

上午10时,记者离开时,该院各科室前“求贴”的队伍仍是那么长。而当天,共有1000余名市民来到市中医院贴三伏贴。

在信阳信钢医院,记者见到内科医生杨文霞时,她正忙着给患者贴三伏贴。“我们虽然有充分准备,但没想到来的人还是超出了我们的预料。我也不知道贴了多少个,都停不下来手。”杨文霞告诉记者,三伏首日,除了明港的群众,还有确山等不少外地群众来贴。

在市第二中医院儿科,9岁的雯雯和奶奶排在“求贴”的长队中。“我孙女患有哮喘,前年开始来儿科贴三伏贴,今年已经是第三年了,她哮喘发作的次数一年比一年减少,效果不错。”她向记者表示,明年还会继续来贴。

“很多病人在第一次贴完后感觉好,会在第二年接着贴,还会带



医生为市民贴三伏贴。

本报记者 曹新俊 摄

动亲朋好友来贴。来我们这贴三伏贴的人一年比一年多,三伏首日,就有600多人前来贴。幸好准备充分,没有辜负广大市民朋友的期望。”儿科护士长潘蕾蕾告诉记者。

### 专家解读

冬病夏治,可达事半功倍之效

“‘冬病夏治’是我国传统中医药的特色疗法,以‘春夏养阳’的原则,在人体穴位上用中药敷贴。尤其是在三伏天,是一年中医气最旺的时候,此时是调理的最佳时机,可使冬天的抗病能力得到增强,达到防病治病的目的。”市中医院针灸康复科主任张聪向记者介绍。

“冬病是指在冬季反复发作或加重的感冒、咳嗽、哮喘、鼻炎,也即现代医学诊断的慢性支气管炎、支气管哮喘、慢性阻塞性肺病、过敏性鼻炎等疾病。”张聪告诉记者,这类病人多以阳虚为主,所以在寒冷季节会发病加重、易感冒,又往往导致哮喘发作,而夏天尤其是农历三伏天是一年中医气最旺盛的时候,此时人体穴位敏感性增强,是调理阳气的最佳时机,因此,选择此时贴穴,可达事半功倍之效。

作为全市最早从事三伏贴的医师之一,市中医院老中医杨诗琴

已经贴了20多年的三伏贴,拥有十分丰富的经验。她介绍,三伏贴就是在夏天采用白芥子、延胡索、甘遂、细辛等中药研末,在人体相应穴位上少量贴敷,通过穴位、经络、中药三者作用相结合的治疗。“我们在中医院在传统三伏贴的基础上加开新的药剂,可对如风湿和肩周炎以及其他免疫力低下患者进行三伏贴治疗,使得此类患者虚弱阳气得以调养恢复,抗病力增强。”她向记者表示,这种新开发的三伏贴效果较好,备受市民好评。

### 温馨提示

三伏贴,不是人人都能贴

“三伏贴虽好,但不是人人都能贴。”信阳信钢医院副主任医师薛新梅告诉记者,选择三伏贴需要注意的,是贴敷对象为2岁以上儿童及成人。在贴敷期间,忌烟、酒、生冷、油腻、辛辣之品。一般的贴敷时间成人1小时~3小时,儿童半小时左右。贴敷后皮肤局部出现刺痒、灼热、疼痛感时,应立即取下药膏,禁止抓挠,一般可自行痊愈。若贴敷后皮肤出现瘙痒、红肿、水泡等属于正常反应,一般不用处理,若症状严重,需及时到皮肤科就医。

哪些人不适合贴三伏贴?市中医院针灸康复科主任张聪说:“虽然贴敷覆盖的范围广泛,但是也有很多患者并不适合穴位贴敷。例如支气管扩张、活动性肺结核、咯血患者、孕妇等特殊人群禁用。糖尿病、血糖控制不佳者、癍痕体质者、严重皮肤过敏者、贴敷部位表皮破损者等要慎用。此外,阴虚火旺体质、感冒发烧期间,以及女性经期也不适合贴敷。”

当下,网购或在药店买三伏贴很流行。对这种现象,市中医院老中医杨诗琴说,三伏贴所采用的中药成分基本一样,最关键的是找准穴位。“医院的专家会根据每个患者的情况采取相应的穴位和贴敷时间,让患者贴敷达到最佳效果。而明辨穴位不是一般群众所能掌握的,如果盲目贴敷不仅达不到预期的治疗和保健效果,还会耽误治疗,甚至造成皮肤灼伤等后果。所以,患者一定要到正规医院接受贴敷。”

“不治已病治未病”。三伏贴,这个小小的贴剂,经过中医薪火的代代相传,经过新一代中医专家的研判,为中医的发展注入了新鲜的血液,彰显了中医的独特魅力,必将成为中医界的盛事!



医生现场制作三伏贴。

本报记者 曹新俊 摄

## 中暑怎么办

### 专家:应迅速降低体温

□张向阳

中暑是一种与环境高温相关的疾病,重者可发生热痉挛、热衰竭、热衰竭、热休克等,发现或者处置不及时有可能会造成严重不良后果。

### 中暑原因

环境温度及湿度与中暑密切相关。高温并高湿的环境更容易发生中暑。环境温度在35摄氏度以上,散热的途径主要靠汗液蒸发;环境温度超过75%,人体即使“汗出如浆”,也不能通过汗液蒸发的途径散热了。

### 中暑表现

中暑表现多种多样,如:在高温环境下活动一段时间后,出现乏力、大量出汗、恶心、胸闷、心慌、头晕、眼花、耳鸣,站立不稳、体温正常或略高;或者出现皮肤潮红、体温升高、面色苍白、脉率增快、血压下降等周围循环衰竭表现,严重者出现肢体痉挛、晕厥、昏迷等表现,也可以出现横纹肌溶解、肾功能损害、呼吸衰竭等严重并发症。

### 中暑怎么办

有关专家指出,发生中暑,应迅速脱离高温、高湿、日晒环境,置阴凉处、通风处静卧,避免高强度运动和重体力劳动,有条件的要将病人置于空调环境。神志清醒者及时补充含盐清凉饮料,如淡盐水、冷西瓜水、绿豆汤等,严重者经以上处理即可恢复;重症者需要送至医院

## 一条特殊的微信

### 张红 杨晓晨

近日,潢川县人民医院宣传科的工作人员打开手机,看到一条特殊的微信。点击这条微信,映入眼帘的是几张医院工作人员的照片,照片下面写着这样一段话:“邂逅这几位医院工作人员,他们的行为感染、感动着我,更是一份让人既歌且赞的正能量!因此,我要抒写,我要传播潢川县人民医院这股正能量!”

这些照片后面到底有着什么样的故事呢?

原来,6月11日的中午,60多岁的张女士因意外突发脑梗,张女士的儿子小王来不及联系家人,便独自开车带母亲来到潢川县人民医院。到了该院住院部心内科以后,主治医师方圆和值班护士张冰澄积极抢救,张冰澄始终守护在患者的身边,一边轻轻按摩,一边安慰着紧张的患者,张女士还特别交代张女士的家属,一定要抒写、我要传播潢川县人民医院这股正能量!”

### 市肿瘤医院微创治疗椎间盘病技术——

## 让你的椎间盘不再“突出”

信阳市肿瘤医院椎间盘治疗中心,使椎间盘病治疗逐步走向“超市化”,即患者自主选择治疗方案,治疗过程充分体现人性化关怀,严格依据患者的病情,遵循“能简单不复杂、能保守不微创、能微创不手术”的原则,确保患者创伤小、恢复快、效果好,最大限度地减少患者痛苦。该中心自成立以来治疗此类病人近5000人次,总有效率达98%,在豫南地区享有较高声誉。

传统椎间盘病治疗手术,不仅使医生感到棘手,也使患者

的美丽护士,我的眼睛湿润了。那态度是诚恳的,那眼神是关切的,那语调是柔和的,那形象是美丽的。”

射频频点消融术。此疗法是国内最为先进的治疗方法,它是在CT的导航下将射频频针刺到病变椎间盘靶点内,利用高频电波产生热凝固,从而解除对神经的压迫,尤其适合不能开刀、不愿开刀、害怕开刀的患者。

## 为什么提倡捐献血小板

### 为什么提倡捐献血小板

血小板是血液成分的一种,由骨髓造血组织中的巨核细胞产生,其主要功能是促进止血,加速凝血,防止出血。当人体组织受到损伤出血时,血小板会成群聚集,形成血栓,堵塞创口。血小板在止血和凝血过程中,能够释放与凝血有关的各种因子,加速凝血。

因此,捐献血小板是救治病人的一种必要手段。(刘荣蕾)

因血小板严重减少或功能异常并伴有出血的病人,只要输注血小板就能达到治疗效果,且不良反应少、疗效好。如输全血,不仅浪费资源,还会因大量增加不必要的血液成分而可能对病人身体产生损害。

因此,捐献血小板是救治病人的一种必要手段。(刘荣蕾)

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

据了解,目前,张女士已康复出院。

## 建章立制 规范服务

### 商城县卫计委扎实推进行风建设

本报讯(曹可成)今年以来,商城县卫计委立足卫生计生工作实际,坚持纠、建、评并举,扎实推进行风建设。

督促检查,增强活动实效。县卫计委制定行业作风建设工作方案,组织有关人员进行卫生、计生单位进行督促检查,帮助各相关单位自查自纠,找出存在的突出问题,提出整改措施。开展“四查四看”:一查职责,看是否忠于职守、爱岗敬业、落实主体责任;二查整改,看医药购销领域自查自纠问题、“三合理一规范”专项治理中发现问题、群众满意度调查和群众反馈问题的整改情况;三查民生,看新农合资金和公共卫生资金等涉农资金使用、监管情况;四查纪律,看有无违反国家卫计委提出的九不准规定。发现一起,查处一起,决不姑息迁就。

建章立制,形成常态机制。各卫生计生单位针对薄弱环节,制定

和完善医德医风考核、奖惩等各种规章制度,如建立院长一岗双责制、科室服务承诺制、病人首诊负责制、医患双向承诺制、药品价格查询制、医疗服务价格公示制、职业道德教育和考核制、廉洁行医承诺书等,营造良好的内部环境,使文明行医、廉洁自律、关爱患者、取信于民成为全体卫生计生工作者的行为准则。

群众评议,规范服务行为。依托“建设群众满意的乡镇卫生院”等载体,各单位开展形式多样的评议活动。如开展评选优秀医生、优秀护士、优秀乡村医生和“九个一”形象工程等,把行风建设引向深入。各医院积极查找存在的突出问题,向社会及病人发放问卷调查表,广泛征求意见,并将调查结果和存在问题反馈到有关科室,对存在问题的科室和个人建立台账,制定整改措施,限期整改。

## “全国无偿献血奉献奖”光荣榜



许长生,男,浙河区商务局工作人员。截至2016年1月1日,他累计献血24次、7400毫升,先后获得全国无偿献血奉献奖金奖1次、铜奖1次。

通讯员 刘荣蕾 摄

## 信阳市中心医院优秀护士光荣榜

### 汪玲玲 手术室护士



汪玲玲 手术室护士

平凡中蕴藏着伟大,琐碎中孕育着崇高。身为一名手术室护士,我要感谢我的职业,是它让我懂得了如何珍爱生命,明白了平凡就是幸福,奉献让我更美丽。让我们带着一个美好的愿望,向着生活,向着工作,向着迎面走来的病人,微笑。带给他们希望,带给他们光明与健康。创优无止境,服务无穷期。在手术室这个平凡的护理岗位上,我要以新的姿态,展示新的风貌,创造新的业绩,让青春在无影灯下焕发出绚丽的光彩。

我们生活在天地之间,若能献出自己的热力,如骄阳之壮烈,给予患者温暖;若能展开自己的热情,如春花之绚丽,给予患者更多对生命的希望,那么生活就没有白活,短暂的一生,便不只是一生。(朱德军)