



“冬病夏治”正当时

市中医院“三伏贴”开贴

□赵达

又到了一年一度的“冬病夏治”时，俗话说：冬至养生，夏至治病。夏季人阳气处于较旺盛状态，正是“冬病夏治”的好时机，让潜伏在身体里的“冬病”烟消云散。

什么是“冬病夏治”

“冬病夏治”是我国传统中医药治疗中的特色疗法，是指在夏季“三伏天”治疗冬天容易发作或加重的疾病。

《黄帝内经》提出“春夏养阳”，便是利用自然界阳热最盛、人体的阳气最旺的“三伏天”，运用中医疗法补充阳气，提高人体“正气”，增强抗病能力，以阳克寒，达到“正气存内，邪不可干”的效果，以预防和减少寒性疾病在冬季来临时再发作，或减轻其症状，属于中医“治未病”的范畴。

“三伏贴”适应症

肺病科:反复咳嗽、气喘疾病(如支气管炎、哮喘、慢性阻塞性肺疾病、肺气肿、慢性咳嗽)；过敏性鼻炎伴哮喘；反复呼吸道感染；易感冒；肺术后体质虚弱；阳虚怕冷或受寒加重的呼吸系统疾病。

儿科:儿童哮喘、反复呼吸道感染(鼻炎、咽炎扁桃体炎、支气管炎、支气管肺炎)；过敏性鼻炎、扁桃体肥大、过敏性咳嗽、咳嗽变异性哮喘等呼吸系统疾病；小儿脾胃虚弱、厌食、积食、泄泻、功能性腹痛等消化系统疾病以及多汗、面部白斑等疾病。

骨伤科:肢体麻木疼痛、寒湿腰腿痛、肩周炎、骨关节炎、颈椎病、腰椎病、风湿及类风湿性关节炎等腰腿关节疾病。

脾胃病科:慢性腹泻、慢性胃炎、慢性肠炎以及腹胀冷痛、怕冷等脾胃虚寒、脾肾阳虚导致的病症。

中医妇科:月经不调、痛经、慢性盆腔炎、月经不调带下病、习惯性流产、不孕症等。

康复科:颈椎病、腰椎病、肩周炎、网球肘、膝关节炎、腱鞘炎、周围性面神经麻痹、中风等疾病。

内分泌科:糖尿病及其慢性并发症(糖尿病性肾脏病、糖尿病性周围神经病变、糖尿病性腹泻等)、甲状腺功能减退及其他内分泌系慢性功能减退类疾病。

推拿科:颈椎病、腰椎间盘突出症、风湿关节骨病强直性脊柱炎、增生性脊柱炎等风寒痹证。

肿瘤科:肿瘤患者术后、放化疗后免疫力低下患者；中医辨证属虚寒体质，肺气虚、脾胃气虚、脾阳虚、肾气虚、肾阳虚者。

皮肤科:鹅掌风、冻疮、寒冷性多形红斑、寒冷性荨麻疹等寒凝肌肤皮肤病。

眼科:晴明1号方：主治“近视、弱视”；晴明2号方：主治“糖尿病性视网膜病变”；晴明3号方：主治“视网膜色素变性、过敏性结膜炎、视神经萎缩、陈旧性虹膜炎”。

耳鼻喉科:慢性鼻炎、过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽炎、慢性扁桃体炎、腺样体肥大、儿童鼾症、上气道咳嗽综合征、中耳炎、耳鸣耳聋、口腔溃疡。

男科:慢性前列腺炎、前列腺增生、阳痿、早泄不射精、性欲低下等疾病。

风湿科:风湿及类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、自身免疫病等关节疾病。

老年科:老年虚劳、虚损患者，如免疫力低下易感冒者、慢性咳嗽、慢性胃炎、慢性肠炎、慢性骨关节炎、腰腿痛者、疲劳综合征、自汗盗汗、失眠、眩晕等，特别是以气虚、阳虚为主要症状表现者。

外科(乳腺、疮疡):乳腺增生症等。

治未病中心:疲劳综合征、关节炎、腰腿痛、肩颈痛、颈椎病；慢性腹泻、慢性胃炎、慢性肠炎；高血压、失眠、头痛、眩晕等。

肝病科:脂肪肝、病毒性肝炎、肝硬化、肝硬化失代偿、顽固性腹腔积液、胆囊炎、胆囊结石等疾病。

2025年“冬病夏治”各科室开诊时间及地点一览表

科室	适应症	地点	门诊诊室号	开始时间	咨询电话
肺病科	反复咳嗽、气喘疾病(如支气管炎、哮喘、慢性阻塞性肺疾病、肺气肿、慢性咳嗽)；过敏性鼻炎伴哮喘；反复呼吸道感染；易感冒；肺术后体质虚弱；阳虚怕冷或受寒加重的呼吸系统疾病。	1号楼门诊4楼肺病科门诊中医治疗室	440	6月25日	15240354829(宗老师)
儿科	儿童哮喘、反复呼吸道感染(鼻炎、咽炎、扁桃体炎、支气管炎、支气管肺炎)；过敏性鼻炎、扁桃体肥大、咳嗽变异性哮喘等呼吸系统疾病；小儿脾胃虚弱、厌食、积食、泄泻、功能性腹痛等消化系统疾病以及多汗、面部白斑等疾病。	2号楼3楼儿科门诊东侧		7月7日	0515-81881992(病区) 15195123036(袁主任)
骨伤科	肢体麻木疼痛、寒湿腰腿痛、肩周炎、骨关节炎、颈椎病、腰椎病、风湿及类风湿性关节炎等腰腿关节疾病。	1号楼门诊2楼骨科治疗室	217	7月7日	13615160639(徐老师) 0515-81881925(骨伤二科病区) 0515-81881936(骨伤三科病区)
脾胃病科	慢性腹泻、慢性胃炎、慢性肠炎以及腹痛、怕冷等脾胃虚寒、脾肾阳虚导致的病症。	1号楼门诊4楼脾胃病科中医治疗室	453	6月25日	18305114828(周老师) 0515-81881965(脾胃病一科病区) 0515-81881962(脾胃病二科病区)
脑病(针灸)科	颈椎病、肩周炎、腰腿疼痛、肢体关节活动障碍、疼痛、肿胀、麻木；中风后遗症，长期慢性、顽固性失眠症、头痛、眩晕、免疫性疾病等。	1号楼门诊5楼(针灸一科) 1号楼门诊5楼(针灸二科) 1号楼14楼B区脑病科护士站	515、520 517	7月1日	0515-81881951(脑病科病区) 13770179899(姚主任) 15151006530(针灸一科主任) 0515-81881957(针灸二科病区) 13365181559(王主任)
心内科	冠心病、眩晕(高血压、颈椎病、脑梗)、心衰病、失眠、便秘、腰背痛、心悸心律失常。	1号楼门诊2楼心内科中医治疗室	258	7月1日	0515-69192126(心内一科病区) 13605109039(潘主任) 0515-69192123(心内二科病区) 18961945858(周主任) 0515-69192121(心内三科病区) 13270066886(顾主任)
肝病科	脂肪肝、病毒性肝炎、肝硬化、肝硬化失代偿、顽固性腹腔积液、胆囊炎、胆囊结石等疾病。	2号楼10楼肝病科中医治疗室		7月7日	0515-81881707(病区) 15189209991(王主任)
肾内科	慢性肾小球肾炎、肾病综合征、慢性肾功能不全等慢性虚劳性疾病。包括腰膝酸软、尿频水肿、小便不利、夜尿增多、耳聋耳鸣、失眠健忘、盗汗等常见症状。	1号楼15楼A区肾病科护士站		7月1日	0515-81881960(病区) 15050650562(张主任)
妇产科	月经过少、痛经、慢性盆腔炎、月经不调、带下病、习惯性流产、不孕症，以及产后病、妇科手术后调理等。	1号楼门诊4楼妇产科中医治疗室	412	7月1日	0515-81881909(病区) 13615161330(陈主任) 13921806680(张主任)
中医妇科	月经过少、痛经、慢性盆腔炎、月经不调、带下病、习惯性流产、不孕症等。	1号楼门诊4楼妇产科中医治疗室	412	7月1日	13705105590(常主任) 0515-81881705(病区)
康复科	颈椎病、腰椎病、肩周炎、网球肘、膝关节炎、腱鞘炎、周围性面神经麻痹、中风等疾病。	3号楼4楼3436室	3436	7月1日	0515-81881939(刘主任) 18962076266(陈主任) 18066189882(王老师)
内分泌科	糖尿病及其慢性并发症(糖尿病性肾脏病、糖尿病性周围神经病变、糖尿病性腹泻等)、甲状腺功能减退及其他内分泌系慢性功能减退类疾病。	1号楼门诊4楼内分泌科中医治疗室	439	7月1日	15962081907(陈主任) 0515-81881995(内分泌一科病区) 0515-81881997(内分泌二科病区)
推拿科	颈椎病、腰椎间盘突出症、风湿关节骨病、强直性脊柱炎、增生性脊柱炎等风寒痹证。	1号楼9楼B区推拿科护士站		7月9日	0515-81881912(病区) 15851075352(刘老师)
肿瘤科	肿瘤患者术后、放化疗后免疫力低下患者；中医辨证属虚寒体质，肺气虚、脾胃气虚、脾阳虚、肾阳虚者。	2号楼8楼肿瘤科护士站		7月1日	0515-81881702(病区) 15961970877(徐主任)
皮肤科	鹅掌风、冻疮、寒冷性多形红斑、寒冷性荨麻疹等寒凝肌肤皮肤病。	3号楼3楼治未病科		7月7日	13813224478(姚主任) 0515-88166279(治未病科室电话)
眼科	晴明1号方：主治“近视、弱视”；晴明2号方：主治“糖尿病性视网膜病变”；晴明3号方：主治“视网膜色素变性、过敏性结膜炎、视神经萎缩、陈旧性虹膜炎”。	1号楼门诊3楼眼科治疗室	320	7月2日	18662027605(顾老师)
耳鼻喉科	慢性鼻炎、过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽炎、慢性扁桃体炎、腺样体肥大、儿童鼾症、上气道咳嗽综合征、中耳炎、耳鸣耳聋、口腔溃疡。	1号楼门诊3楼耳鼻喉科治疗室	302	6月25日	15950336588(王主任)
男科	慢性前列腺炎、前列腺增生、阳痿、早泄不射精、性欲低下等疾病。	1号楼门诊3楼男科诊室	349、353	7月7日	15950230263(朱主任)
风湿科	风湿及类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、免疫性关节炎。	1号楼2楼风湿科门诊中医治疗室	226、228	7月6日	13815582097(李主任)
老年科	老年虚劳、虚损患者，如免疫力低下易感冒者、慢性咳嗽、慢性胃炎、慢性肠炎、慢性骨关节炎、腰腿痛者、疲劳综合征、自汗盗汗、失眠、眩晕等，特别是以气虚、阳虚为主要原因表现者。	2号楼11楼老年病科护士站		7月7日	13921806663(沈主任)
外科(乳腺、疮疡)	乳腺增生症等。	3号楼3楼治未病科		7月7日	18262486122(王医师) 0515-88166279(治未病科室电话)
中医全科/体质管理门诊	体重管理及体质调理、糖尿病及并发症、甲状腺疾病、高尿酸血症/痛风/伏天调理、睡眠障碍、常见慢性病健康管理。	3号楼3楼中医护理门诊	3318	7月1日	13851051813(郭主任)
治未病中心	疲劳综合征、关节炎、腰腿痛、肩颈痛、颈椎病；慢性腹泻、慢性胃炎、慢性肠炎；高血压、失眠、头痛、眩晕等。	3号楼3楼治未病科		7月7日	0515-88166279(科室电话) 15961933399(郭主任)

“三伏贴”时间 伏前: 6月24日-7月19日 初伏: 7月20日-7月29日 中伏: 7月30日-8月8日 末伏: 8月9日-8月18日 伏后加强: 8月19日-8月28日

- 注意事项**
- 贴敷后局部皮肤微红或有色素沉着、轻度瘙痒、轻度灼热感均为正常反应，不影响疗效。
 - 贴敷后皮肤局部出现刺痒难忍、灼热、疼痛感觉时，应立即取下药膏，禁止抓挠，不宜擅自涂抹药物，一般可自行痊愈。
 - 若皮肤出现红肿、水泡等严重反应，需至皮肤科就医，及时处理。
 - 贴敷时间：一般成人2-4小时，儿童0.5-2小时，根据个体差异，贴敷时间也可以适当调整。贴敷疗法多为三年一疗程，病程长的患者可适当延长疗程。
 - 贴敷期间，慎食辛辣、海鲜、羊肉、蘑菇等发物。
 - 三岁以下的幼儿因皮肤娇嫩，不宜贴敷。

健 / 康 / 新 / 力 / 量 科 / 普 / 好 / 声 / 音

第八届盐城健康科普秀火热进行

主办单位：盐城市科学技术协会 盐城市卫生健康委员会 盐阜大众报报业集团

承办单位：盐城市卫生健康促进中心 盐城市医学会 盐阜大众报文化传媒公司

媒体支持：学习强国 盐城学习平台 盐阜大众报 盐城晚报 盐城新闻网 我言新闻客户端 登瀛观察 官微 众说健康科普 官微

