

## 市中医院膏方节大型义诊活动火热进行

## 上海名医来盐支“膏”招

□记者 姜琰 陶秋凤

“每到天气变冷的时候,我的皮肤变得干燥瘙痒,甚至开裂,涂润肤霜不管用,请问有好方法吗?”“我最近经常觉得累,食欲不好,话也懒得说,检查过了没毛病,可以用膏方试试吗?”……11月11日8时许,我市中医院院内就聚集了许多来找名医把脉问诊、开具膏方的市民。当天,市中医院再次举办膏方节大型义诊活动,不仅有来自中医院的省、市名中医专家,更有上海中医药大学附属龙华医院张惠勇教授、袁灿兴教授、徐莲薇教授、陈磊博士等名医大咖来院,为市民送上冬季养生健康大礼。

初冬来临,正是进补养生的好时机,正确的进补方式能够调已病、治未病。中医膏方历史悠久,是冬令进补的佳选。现场,名医们通过观气色、闻声息、问症状、切脉象等方式,“一对一”为市民把脉、“量身”开具膏方。膏方,又叫膏剂,属于中医传统剂型,是一种具有养生滋补和预防疾病综合疗效的成药。

“每到冬天,我就来开膏方调理身体,连续5年了,身体越来越硬朗。”身患多种慢性病的朱大爷乐呵呵地说,“我连续看了几年的李主任,他对我的身体状况了如指掌,开起膏方来也更加精准。”前来问诊的市民,他们中有的是亲自感受过膏方的效果,有的是亲朋好友推荐而来,还有的是出于对传统中医和市中医院的信任而来。通过宣传手册、展板、现场咨询等认真了解膏方知识,领略传承千年的冬补圣品的魅力。

义诊现场前来开膏方的以中老年慢性病患者为主,其中不乏中青年市民来开方增强免疫力。“平时生活节奏快,上有老、下有小的生活压力大。加上平时上班久坐,很少运动,饮食也不规律。也没大病,就是自己处于亚健康状态,抗病能力下降。得知市中医院的膏方节启动,今天有上海名医张惠勇教授的义诊活动,所以就一早过来让医生把把脉,根据身体情况开一份膏方补一补身体。”市民刘女士告诉记者,朋友吃过两年膏方,感觉效果很不错,所以自己今年也想试试,希望通过膏方综合调理身体机能,提高免疫力。

现场,刘女士经张惠勇教授诊断为慢性疲劳综合征,开具合适的膏方调理。毕业于上海中医药大学中医内科学专业的张惠勇教授,现任上海中医药大学附属龙华医院肺病科主任、肺病学科带头人。他师从著名中



义诊现场

西结合肺病专家邵长荣教授、国医大师晁恩祥教授。他提出灵活应用化痰祛瘀、益气养阴、软坚散结、扶正祛邪等治法,创立补肾纳气方、化纤煎等多个有效复方,疗效达国内同期先进水平。

张惠勇教授表示,随着社会经济的变化,人们处于快节奏、高压力的生活状态,影响着人们的生理和心理健康,慢性疲劳综合征的患病率也逐年增加。慢性疲劳综合征患者病程从6个月最长至20年不等。临床发现许多患者将其疲劳归结于“懒”或“体虚”,被困扰多年。中医学认为慢性疲劳综合征与其他慢性病一样需加辨证论治,以人的精、气、神为辨证的核心要

素,根据个体差异性制定个性化的干预和治疗方案。

同时,义诊专家也提醒广大市民,冬季膏方进补也不能随意乱吃,应在专业医师的指导下辨证施方,如果在发生感冒发热、咳嗽、慢性病急性发作以及其他急性疾病时,需要暂停服用,女性在经期也应暂停服用。同时,服用膏方期间应该少食生冷、油腻、刺激之品;不宜与咖啡、浓茶、可乐等含有咖啡因的饮料及牛奶同服;如与其他药同时服用,应间隔1小时。膏方开封后放于冰箱冷藏。

据了解,盐城市中医院膏方节门诊将持续到明年二月份,有需要开膏方的市民可前往医院门诊就诊,订制私人膏方。

特约刊登:盐城市中医院

## 寻医问药

## 哪些人适合服用膏方

市民张女士来电咨询:我的妈妈最近发现身边的很多朋友都在服用膏方调理身体,请问哪些人适合服用膏方呢?

省名中医、市中医院主任中医师徐兆山解答:膏方虽“补”,但并不是所有人都适合,那么到底有哪些人适合服用膏方呢?

中老年人 中医认为“人过四十,阴气自半”,如果不加注意,就容易出现体虚或未老先衰的各种病症。尤其是老年人,气血渐衰,脏腑功能活动逐步减退,选择膏方来调理补养,以补益脏腑气血,维持人体阴阳平衡。可起到强身抗老、延年益寿的作用。

女性 对于女性来说,脾胃主全身元气,脾胃虚弱,元气不足,就容易造成女性的衰老;当脾胃正常运转时,全身的营养不断得到补充,人的抗衰老能力、生命力随之增强,脸部就会红润,皮肤就会充满光泽和弹性。

体弱多病的儿童 小儿的生理特点是“阳常有余,阴常不足”,根据生长需要可适当进补,尤其是一些先天不足的小儿,容易发生反复的呼吸道感染,久咳不愈,厌食、贫血等体虚症状,更宜于调补。

慢性病人 久病者全身机能减退,非一针一药所能奏效,此时服用膏方,不仅补充能量,又能兼顾所患疾病,能使机体尽快康复。如慢性消化系统疾病、心血管疾病以及肿瘤病人放疗、化疗后,可以在进补的同时兼顾治疗所患疾病,对疾病的治疗和康复很有益处。

亚健康人群 现代社会中青年工作生活压力和劳动强度很大(主要为精神紧张、脑力透支),同时众多的应酬、无度的烟酒嗜好、长期不足的睡眠及休息,均可造成人体的各项正常生理机能大幅度变化,抗病能力下降,从而使机体处于亚健康状态,这就非常需要适时进行全面整体的调理,膏方方法就是最佳的选择。

## 如何处理窒息?

盐都区徐女士问:现在经常听说有小朋友或者大人因为误食危险异物导致窒息,如果遇到了要如何第一时间正确急救?

盐城120急救专家、市急救医疗中心主任胥伟华回答:由于人们对于急救措施了解有限,所以身边一旦出现窒息情况,人们很难立马进行抢救,容易错过抢救黄金时间,造成不可挽救的遗憾,下面就让我们一起来了解窒息的急救措施有哪些:

## 清除呼吸道障碍

导致患者出现窒息,一部分原因是呼吸道阻塞所致,所以针对这类患者应该尽快恢复患者的呼吸道顺畅,

让患者及早摆脱缺氧的情况。

掏取:若患者的咽喉部位是被食物阻塞,那么就需要人们迅速撑开患者的口腔掏出食物。

冲击:冲击也可以让阻塞在咽喉部位的食物排出,患者需要仰卧,然后双手在剑突下向上加压,人们需要在患者的身后用双手顶于剑突下,向上猛然冲击。

引流:人们要把患者的头低45度至90度体位,这样就可以帮助患者把咽喉部位的食物排出了。

拍背:人们在给患者做引流时,还要轻拍患者的背部,这样可帮助促使气管内的异物排出。

## 给氧急救

患者如果已经窒息了几分钟,大脑会存在严重的缺氧状态,口对口人工呼吸是为患者提供氧气的快速且有效的方法。用拇指和食指捏住鼻子,正常吸一口气(不需深吸气),用嘴唇封住患者的口周,使其完全不漏气,每次人工呼吸持续1秒,给予呼吸时,观察胸廓是否隆起,尝试两次后,若仍无法对患者进行通气,应迅速进行胸外按压。

特约刊登:盐城市急救医疗中心



## 盐城食药检

[微信公众平台]

全国安全用药月  
携手共建药品安全防线

请扫码阅读