

# 顺天时 逆顽疾 调阳气 鼓正气

## 高邮市中医医院“冬病夏治”服务月活动正在进行中

“冬病夏治”是中医传统的特色疗法,根据“天人相应”的理论和“春夏养阳”的原则,对冬季气候寒冷时易发或加重的病(如哮喘、慢性支气管炎、过敏性鼻炎、风湿病、消化系统疾病等),在夏季气候炎热,疾病缓解时进行治疗,以预防和减少病症在冬季的发作。为使这一中医药“简、便、廉、验”特色疗法事半功倍,惠及广大群众,我院从7月份起开展“冬病夏治”服务月活动,设立“冬病夏治”门诊,由丰富临床经验的中医坐诊,为前来就诊的广大患者服务。

咨询服务电话:84665951

### “冬病夏治”防治过敏性鼻炎

高邮市中医医院 耳鼻喉科 副主任中医师 周仁金



功倍的效果

第三、“急期治其标,缓期治其本”。夏季不是该病的发病季节,为缓解期。因此,此时治疗是一种治本的方法,对于阻止发病有着积极的意义。但是不能因此放弃急性期、发作期的对标的治疗。

冬病夏治疗效固然好,但是治疗必须结合夏季的火热的自然特点,从饮食、药物及起居方面综合调养:

一、多用温补,慎用辛燥之品,以防伤阴 夏季气候炎热,易伤阴液,而辛温辛燥之品容易导致燥热内盛,暗耗津精,所以应慎食花椒、大茴香、小茴香、狗肉和新鲜桂圆等。

二、忌大量服用寒凉之品 此类患者本就阴寒内盛,再大量进食寒凉之品,很容易导致中阳受损,轻则加重病情,重则造成阳虚宿疾。

三、慎食肥甘滋腻之品 夏季易生暑湿,湿热之邪易侵袭人体,若服用大量肥甘之品,则易导致内外湿热之邪合击人体。

四、运动适量,过量运动会使人体汗出过多,导致气阴两虚。

#### 作者简介:

周仁金,副主任中医师,耳鼻喉科主任,扬州中医学学会耳鼻喉科专业委员会。1992年毕业于南京中医药大学,在省中医院深造进修,从事中西医结合耳鼻喉科工作10多年,能常规开展本科常见病的手术治疗。擅长治疗慢性咽喉炎、慢性鼻炎、鼻窦炎。

### 小儿哮喘缓解期的“冬病夏治”

高邮市中医医院 儿科 副主任中医师 许德军



小儿支气管哮喘是临床最常见的呼吸系统疾病,主要由于肺脾肾三脏不足、痰饮留伏、遇外诱因,一触即发,反复不已。现在医学认为:哮喘是由气管和支气管对各种刺激和变应原的反应性增强、气道产生广泛狭窄为特征的疾病,治疗本病主要为抗炎、平喘,即使在哮喘的缓解期,仍强调使用激素吸入减轻变态反应

甘遂、细辛各15g,上药共研细末,用鲜生姜汁调成糊状,制成直径2cm的圆饼,贴敷于肺俞、脾俞、肾俞、定喘等穴上胶布固定。每年夏季入伏日使用,3-5天敷贴1次,每年敷贴5次,连续3年为一疗程。以患儿感觉轻微灼热感为度。

#### 注意事项

平素忌食辛辣,海鲜、油腻、煎炸之品。治疗期间忌游泳。若起泡,可用消毒针刺破水泡,用消毒棉球擦净渗出液体,外用碘伏消毒,切勿用手抓破,以免感染。对皮肤局部有破损者禁用此方法,皮肤贴胶布过敏者可换透气胶布。

#### 作者简介:

许德军,副主任中医师,儿科主任,江苏省中西医结合学会儿科专业委员会,扬州市“优秀医生”称号,高邮市有突出贡献的中青年专家。毕业于扬州医学院,结业于南京中医药大学中西医结合临床研究生班,先后在南京儿童医院、上海新华医院、北京大学第一医院进修学习。从事儿科临床10余年,在新生儿急危重症诊治、中西医结合治疗小儿腹泻病、哮喘、过敏性紫癜等疾病,积累了丰富的临床经验。目前正在研究过敏性紫癜的中西医结合治疗,且取得了一定进展,有望降低本病的复发率,在省级以上医学杂志发表论文10余篇。

#### 治疗方法

敷穴:药用白芥子、延胡索各30g,

### 2014年“冬病夏治三伏贴”具体时间

伏前加强	2014年7月07日(星期一)——2014年7月17日(星期四)
头伏	2014年7月18日(星期五)——2014年7月27日(星期日)
中伏	2014年7月28日(星期一)——2014年8月06日(星期三)
末伏	2014年8月07日(星期四)——2014年8月16日(星期六)
伏后加强	2014年8月17日(星期日)——2014年8月26日(星期二)

### “冬病夏治”,让你轻松呼吸

高邮市中医医院 呼吸内科 副主任中医师 吴孝田



现介绍具有补气益肾健脾的方剂如下:黄芪12g、党参12g、白术12g、淫羊藿12g、补骨脂12g、生地10g、百部12g、陈皮10g、炙甘草5g、紫河车10g、上方一日一剂,在夏季服用。

2、中药穴位贴敷:对于冬季受寒易发属阳虚阴寒内盛的病人,在三伏天或夏至到秋分的阶段运用中药进行穴位外敷,能直到扶正固本的治疗效果。具体的方法如下,以细辛、白芥子、王不留行、葶苈子按一定的比例用生姜汁调成糊状,贴敷于肺俞(背部第三胸椎棘突下旁开1.5寸),心俞(背部第五胸椎到突下旁开1.5寸),膈俞(背部第七椎突下旁开1.5寸),每次贴1至2小时,每15天贴一次,以小暑至立秋共3次。

3、药膳调理:慢性肺病患者多气虚、阴虚。根据“药膳同源”的理论,可运用外气滋阴的中药做成药膳,长期服用,现介绍一些常用药膳。黄芪炖乌骨鸡,虫草炖老鸭,四仁鸡子羹,人参蛤蚧粥。总之,对于慢性肺病患者,目前是进行冬病夏治的最佳时机,应尽早进行。

#### 作者简介:

吴孝田,副主任中医师,内科副主任。毕业于南京中医药大学,扬州市医学会呼吸委员会委员,从事呼吸内科工作10余年,先后在扬州市第一人民医院、江苏省人民医院进修。在省级以上医学杂志发表论文数篇。

支气管哮喘、老慢支、肺气肿等呼吸道慢性疾病的发病率逐年上升,患者和家属深受其苦。虽然大多数患者服用抗菌素、激素、茶碱等药物后病情能得到暂时控制,但一旦停药,病情又容易复发或发作更加频繁,同时也不可避免地带来许多副作用,长此以往,使患者丧失治疗信心,进一步发展成为肺心病、肺性脑病和呼吸衰竭等,使死亡率也呈逐年上升趋势。

支气管哮喘、老慢支在寒冬季容易发病或病情容易加重,祖国医学统称为“冬病”,“冬病”的根本在于寒邪强盛和阳气亏损。我们强调在炎热的夏季采取各种相应的防治措施,以减少咳嗽、咯痰、气喘的发生和发展。在夏季三伏时令,阳气强盛,阴寒之气顿消,这就是《黄帝内经》所说的“春夏养阳”的道理。在此季节治疗“冬病”,其一可以乘伏天阳气旺盛之势,祛除体内沉痾之寒邪宿疾;其二可以有助于亏损阳气的培补;其三可以更好地发挥中药的药效,达到预防冬病的发作或彻底铲除病根从而治愈疾病的目的。

现介绍这类疾病的冬病夏治的一些方法:

1、中药调理:根据患者的体质状况,进行辨证组方,制成膏方、丸剂、散剂等剂长期服用。慢性肺病患者多气虚、脾虚肾虚。

**高邮市中医医院**  
GYYOU HOSPITAL OF TCM

**中医院之窗**

**健康之友** 总第194期  
2014年第13期  
[www.gyszzy.com](http://www.gyszzy.com)

主持人:夏在祥 特约编辑:陈进

新浪微博: @高邮市中医医院  
微信号: gaoyouzyyy  
QQ: 800041201