



冬日进补有“膏”招

态。这是自然界在养精蓄锐,为来年的阳气生发、万物复苏储备物质条件。此时适当补养,顺天之时,调解和改善人体各器官生理功能,增强抵抗力,达到养生防病的目的。民间自古流传“今冬进补,明年打虎”、“三九补一冬,来年无病痛”的说法。

三、膏方适宜人群有哪些?

1、慢性病患者

患有慢性疾病的患者,冬令进补膏方,可以结合原有的病症,一边施补,一边治病,这样对疾病的治疗和康复,作用更大。

2、老年人

老年人身体的各种机能随着年龄的增长而趋向衰退,而冬令进补,则能增强体质,延缓衰老。

3、亚健康人群

现代社会中越来越多人工作压力很大,造成人体的各项正常生理机能变化,抗病能力下降,从而使机体处于亚健康状态,这就需要适时进行整体调理,膏方疗法就是最佳的选择。

4、妇女

对于女性来说,脾胃主全身元气,脾胃虚弱,就容易造成女性的衰老,适时进补脾胃,使之正常运转,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,皮肤就会红润,充满光泽和弹性。

5、儿童

小儿根据生长需要可以适当进补,尤其是小儿反复呼吸道感染,久咳不

愈,厌食、贫血等宜于调补。

6、病后康复

多种大病后元气大伤的病人康复;

四、膏方的服用方法?

含化膏方:将膏滋含在口中,让药慢慢在口中融化发挥药效。

冲服膏方:取一勺膏滋,放在开水中,搅匀,晨起空腹及晚饭后1小时服用效果最佳。

五、膏方服用要注意什么?

服膏方时忌食白萝卜、浓茶、咖啡,生冷油腻、辛辣香燥、不易消化和特殊刺激性食物。若冲服时有微量沉淀(为药粉),请搅匀再服。所用汤匙应洗干净,避免污染容器。每次开盖时间要短,放入冰箱冷藏以防止变质。

六、内服膏方也要注意以下禁忌症:

一是急性病(感冒、发热、咽喉痛、咳嗽、腹泻等)期间,以及慢性病急性发作、活动期间不宜应用膏方。

二是脾胃虚弱者,消化功能差,膏方药性黏腻,难以消化,会加重脾胃负担,出现消化不良、胸闷、腹胀等副反应,即“虚不受补”,应先调理脾胃。

三是一些代谢性疾病,如糖尿病患者不宜服用含糖的膏方,可用木糖醇炼制的膏方,高尿酸症者不宜服用含胶类补药的膏方等。

四是妊娠期妇女和3岁以下幼儿一般不主张应用膏方。

一、什么是膏方?

膏方又叫“膏剂”,属于中医里丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种剂型之一,通常由多味中药熬制而成,具有滋补性强、服用方便、吸收迅速等特点。膏方以中医理论为指导,辨证论治为基础,运用中医的整体观念,通过调养脏腑气血,平衡阴阳,补虚泻实起到滋补强身、抗衰延年、治病纠偏、未病先防、

已病防变的作用。

二、为什么说冬季是最适合服用膏方的季节?

人生活在大自然中,与自然息息相关。四时气候更替,万物春生、夏长、秋收、冬藏。冬季是一年中最冷的季节,这时阳气潜伏、草木枯衰、昆虫蛰伏、大地冰封,一切生物都处于冬眠状



咸宁麻塘风湿病医院
Rheumatism Hospital Of Matang Xianning

冬令进补 来年打虎 三九补一冬 来年无病痛

2018第五届“麻塘”膏方养生节

国家级非遗传承人·膏方专家团队



镇万雄

主任医师, 湖北省有突出贡献的中青年专家, 首届“咸宁市十大名中医”、湖北中医药大学兼职教授。曾任医院院长, 著名风湿病专家镇海徐先生长子, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第四代代表性传承人。



镇万林

主任医师, 首届“咸宁市十大名中医”, 湖北中医药大学兼职教授。曾任医院院长, 系著名风湿病专家镇海徐先生次子, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第四代传承人。



镇水清

主任医师, 麻塘风湿病医院院长, 湖北中医药大学兼职教授, 咸宁市新世纪高层次人才, “湖北青年五四奖章”、首届“湖北省中青年知名中医”获得者, 系著名风湿病专家镇海徐先生之孙, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代代表性传承人。



黄莉华

主任医师, 医学硕士, 湖北中医药大学兼职教授、国家执业药师, 麻塘风湿病医院院长助理, 治未病科、预防保健科、老年病科主任, 院级学科带头人, 咸宁市新世纪高层次人才, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



镇树清

副主任医师, 医学硕士, 湖北中医药大学兼职副教授, 咸宁麻塘风湿病医院风湿病科专家组长兼大内科主任, 湖北省青年岗位能手, 系著名风湿病专家镇海徐先生之孙, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



镇东春

副主任医师, 医学硕士, 湖北中医药大学兼职副教授, 大内科副主任及风湿病科副主任, 湖北省青年岗位能手, 咸宁市咸安区“十佳医生”, 武汉首届老百姓心中好医生, 系著名风湿病专家镇海徐先生之孙, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



镇兰芳

副主任医师, 医学博士, 湖北中医药大学兼职副教授, 麻塘风湿病医院风湿病科主任、颈腰腿痛诊疗中心主任, 湖北省青年岗位能手, 咸宁市十佳医生, 咸宁市新世纪高层次人才, 系著名风湿病专家镇海徐先生之孙女, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



艾相乾

副主任医师, 咸宁市中医名师, 湖北中医药大学兼职副教授, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》传承人。



镇新友

副主任医师, 湖北中医药大学兼职副教授, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》传承人。



张仕武

副主任医师, 医学硕士, 麻塘风湿病医院风湿病科病区主任, 国家执业药师、国家公共营养师, 国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》传承人。



“雪梨膏”免费领!!! 扫一扫关注微信, 回复“麻塘膏方节”, 得到领取办法, 了解6大膏方福利!

院址: 咸宁市桂乡大道2号(咸宁市公安局咸安分局往东380米即可)
电话: 0715-8618999(24小时)