



### 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，人与自然息息相关。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

# 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生活压力很大，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，让药慢慢在口中熔化发挥药效。

冲服膏方：取一勺膏滋，放在开水中，搅匀，晨起空腹服及晚饭后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质变。

### 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、腹胀、腹痛等副反应，即“虚不受补”，应先调理脾胃。

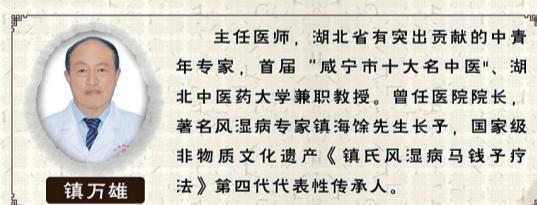
三是一些代谢性疾病，如糖尿病患者不宜服用含糖的膏方，可用木糖醇炼制的膏方，高尿酸症者不宜服用含胶类补药的膏方等。

四是妊娠期妇女和3岁以下幼儿一般不主张应用膏方。

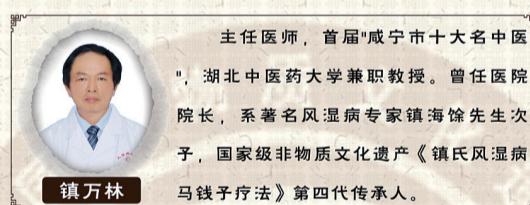
**咸宁麻塘风湿病医院**  
Rheumatism Hospital Of Matang Xianning

冬令进补 来年打虎 三九补一冬 来年无病痛

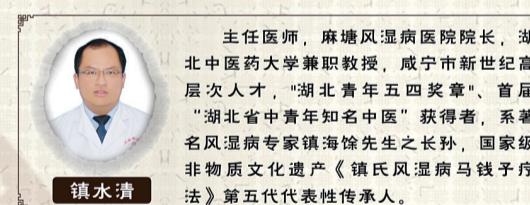
## 2018第五届“麻塘”膏方养生节 国家级非遗传承人·膏方专家团队



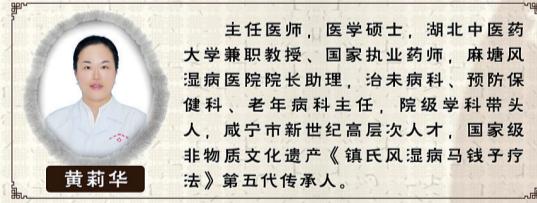
主任医师，湖北省有突出贡献的中青年专家，首届“咸宁市十大名中医”、湖北中医药大学兼职教授。曾任医院院长，著名风湿病专家镇海馀先生长子，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第四代代表性传承人。



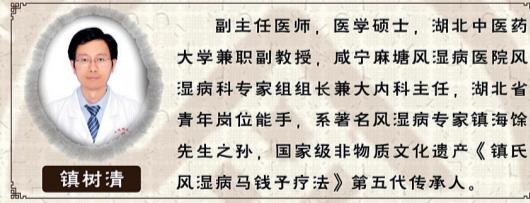
主任医师，首届“咸宁市十大名中医”，湖北中医药大学兼职教授。曾任医院院长，系著名风湿病专家镇海馀先生次子，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第四代传承人。



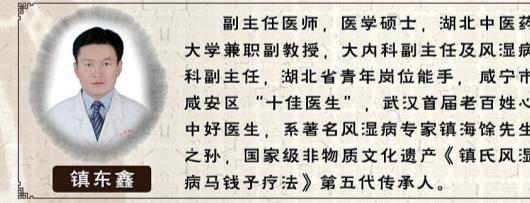
主任医师，麻塘风湿病医院院长，湖北中医药大学兼职教授，咸宁市新世纪高层次人才，“湖北青年五四奖章”、首届“湖北省中青年知名中医”获得者，系著名风湿病专家镇海馀先生之长孙，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代代表性传承人。



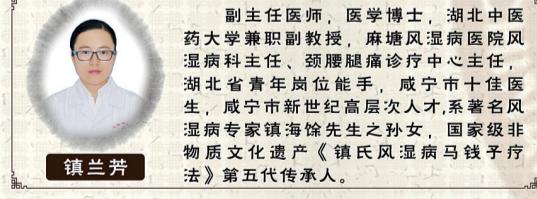
主任医师，医学硕士，湖北中医药大学兼职教授、国家执业药师，麻塘风湿病医院院长助理，治未病科、预防保健科、老年病科主任，院级学科带头人，咸宁市新世纪高层次人才，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



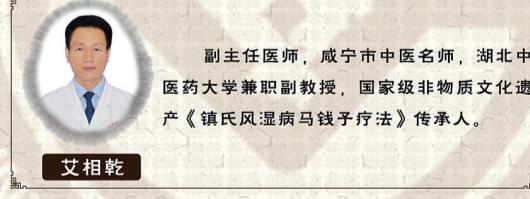
副主任医师，医学硕士，湖北中医药大学兼职副教授，咸宁麻塘风湿病医院风湿病科专家组组长兼大内科主任，湖北省青年岗位能手，系著名风湿病专家镇海馀先生之孙，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



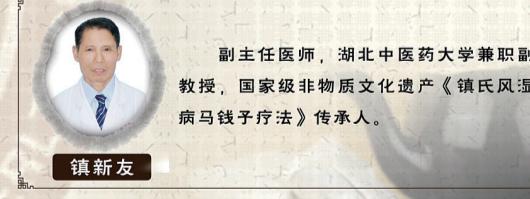
副主任医师，医学硕士，湖北中医药大学兼职副教授，大内科副主任及风湿病科副主任，湖北省青年岗位能手，咸宁市咸安区“十佳医生”，武汉首届老百姓心中好医生，系著名风湿病专家镇海馀先生之孙，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



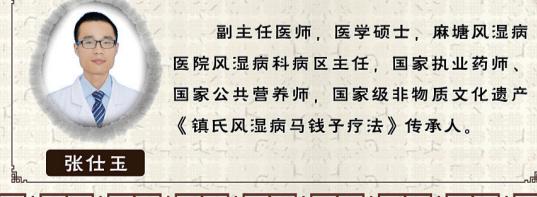
副主任医师，医学博士，湖北中医药大学兼职副教授，麻塘风湿病医院风湿病科主任、颈腰腿痛诊疗中心主任，湖北省青年岗位能手，咸宁市十佳医生，咸宁市新世纪高层次人才，系著名风湿病专家镇海馀先生之孙女，国家级非物质文化遗产《镇氏风湿病马钱子疗法》第五代传承人。



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。



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。



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大膏方节福利!

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