

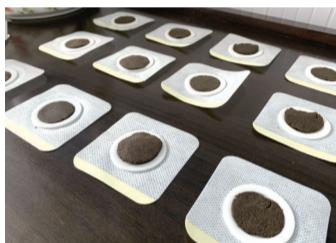
趁“热”打“贴”!

咸宁麻塘中医院“三伏贴”火爆开贴

●记者 叶子 通讯员 晏晓玲

“以前总听朋友说三伏天贴‘三伏贴’对身体好，一直都沒尝试过，今年是我第一次来贴，今天早上七点多就来了，没想到活动这么火爆。”7月16日，在咸宁麻塘中医院第十届“麻塘”冬病夏治三伏贴活动现场，市民缪女士感慨道。

当天正是入伏的头一天，也是“三伏贴”开贴的日子。一大清早，咸宁麻塘中医院大厅内早已人头攒动，许多市民为了赶上“初伏第一贴”，早早地就来到医院等候排队。



因时制宜 冬病夏治正当时

“近年来，‘冬病夏治’的养生理念越发深入人心。什么是冬病夏治？顾名思义，就是冬天容易发作或加重的疾病放到夏天来治疗。”咸宁麻塘中医院副主任医师、针灸科主任彭树刚介绍，中医讲究“阳气充足，百病不生”，夏天自然界的阳气旺盛，选择在一年中最炎热，阳气发泄皮毛松弛的三伏天，将制好的三伏药膏贴敷于人体的特定穴位，利用药物的直接渗透以及经络的作用，来补充阳气，以达到治疗“冬病”的目的。

按照中国传统节气，今年的三伏天依旧属于40天的“加长版本”，从7月16日持续至8月24日，这也是冬病夏治贴“三伏贴”的最佳时节。“三伏贴”的敷贴分为初伏、中伏、末伏三个阶段，其中，7月16日至7月25日属初伏，7月26日至8月14日属中伏，8月15日至8月24日属末伏。

“‘三伏贴’的最佳贴敷方法是初伏开始第一次贴敷，然后中伏、末伏各贴一次，一起贴敷3次。”彭树刚提醒，即使初伏因某些原因错过，中伏之后也可贴敷，只是效果稍差；连续贴敷至少三年，可以持续刺激经络穴位，效果更好。



配方多样 敷贴存在适应症

据介绍，“三伏贴”配方分为多类，尤其适合阳气虚弱导致的疾病，比如过敏性鼻炎、哮喘、慢性支气管炎等呼吸系统疾病；虚寒性胃痛、慢性胃肠炎、腹泻、消化不良等消化系统疾病；痛经、月经不调、产后头痛等妇产科疾病；类风湿关节炎、骨关节炎、肩周炎等风湿类疾病等等。

市民张女士就是一名“三伏贴”临床治疗效果明显的患者，据张女士介绍，前些年，她一到换季就容易感冒，贴了几年“三伏贴”，自我感觉身体素质提高了不少。这不，今年张女士特意带了爸爸和妈妈一起来敷贴，希

望爸妈身体越来越好。

“张女士的中医辨证为体虚易感，因此，在敷贴三伏贴的同时，我们还推荐她进行‘督脉灸’。”彭树刚说，根据中医辨证，他选取了肺俞、足三里、肾俞以及膻中等穴位为其敷贴，效果会更好。

5岁的小泽有过敏性鼻炎，去年贴敷“三伏贴”后，鼻炎发作的次数明显减少。“鼻炎，中医上讲属于宿疾，我们利用药物刺激振发孩子阳气，达到阴阳平衡的状态，起到治疗的效果。”该院疼痛科病区主任张仕玉提醒，敷贴后，家长需要注意儿童反应，痒疼比较

明显，需要早点揭除；敷贴当天忌食咸鲜辛辣的食物，注意不要游泳，不能直接吹空调、风扇。

和张女士、小泽一样，许多患者在“三伏贴”的帮助下，不同程度地摆脱了各种慢性疾病困扰，感受到“三伏贴”的良好疗效。因此，有部分市民误以为“三伏贴”是万能的，所有疾病都可以贴敷。“这是不现实的，三伏贴也不是所有疾病都适合。”彭树刚提醒，红肿热痛的关节类疾病患者，阴虚火旺等热证疾病患者，孕产妇，皮肤类疾病患者以及药物过敏人群都不宜贴敷“三伏贴”。

因人而异 辨证取穴效果好

“敷贴‘三伏贴’，需要在中医理论指导下进行辨证取穴。”彭树刚说，中医治病是一个整体概念，不是治疗疾病，而是治疗有病症的人。临幊上，他需要经过中医四诊望闻问切，来辨识患者的体质，随后结合“三伏贴”进行个体化治疗。许多亚健康调理老都可以在体质辨证后结合“三伏贴”进行治疗。

“一个月前就有人打听‘三伏贴’，但是我们并不是人人都推荐使用。”彭树刚说，“三伏贴”需要辨证论治，不是所有的人都适合敷贴。而脾虚有湿就需要辨证，如果湿热较重比如舌苔黄厚腻，就不能推荐其使用

“三伏贴”。阴虚火旺的人群贴敷后反而会越发虚弱。

“我们家孩子有哮喘，贴在哪个位置比较合适呀？”“三伏贴一定要根据症状来使用，您看这张图，孩子有哮喘的话您就贴在这个位置，两乳头连线中间的膻中穴，后背的位置还有几处，分别是肺俞穴，左右各一处，以及大椎穴。”现场，张仕玉一边给孩子把脉问诊，一边拿出穴位敷贴图给家长细致讲解。

“一次给孩子贴2到4个小时就可以，在这个过程中一定要注意观察孩子的皮肤，如果出现发红、发痒，有灼

烧感，要及时取下来。”张仕玉表示，“三伏贴”利用外界阳气旺盛的时候改善体质，激发人体的阳气，增强人体抵抗力。健康人群也可以尝试贴敷，对增强免疫力还是有不错疗效。

作为全市冬病夏治的开展时间较长的医院之一，咸宁麻塘中医院在冬病夏治方面备受市民好评，从2002年以来，该院坚持每年开展冬病夏治诊疗活动，通过选取道地中药熬制膏贴、专家现场把诊，指导敷贴，对不同疾病采取不同的方式，让不少市民受益，这种传统经典的中医治病手段也备受老百姓青睐。

