

咸安区中医医院

三伏贴即将“开贴” 市民可错峰预约

●记者 夏咸芳 通讯员 胡学军

热辣滚烫的三伏天即将到来，备受市民关注的“冬病夏治”良机——三伏贴也将如期而至。记者今日从咸安区中医医院获悉，该院三伏贴将于7月20日正式启动贴敷。为方便市民就诊，减少等待时间，院方建议市民提前预约，错峰前往医院开方问诊与敷贴。

■适用人群:冬病夏治正当时

“今年三伏贴的具体时间段为：初伏：7月20日——7月29日；中伏：7月30日——8月8日；末伏：8月9日——8月18日。”咸安区中医医院康复科主任陆波介绍，“三伏贴”是中医“天人相应”理论指导下，顺应四时特性的一种内病外治疗法，也是治疗“冬病”的特色疗法。

“3岁以上儿童及成人，凡患有反复呼吸道感染、咳嗽、哮喘、过敏性鼻炎等呼吸系统疾病，以及胃胀、便秘、胃痛、腰腿疼痛、妇科等相关疾病，均可前来贴敷。”陆波表示，“冬病”特指那些在寒冷冬季容易发作或显著加重的虚寒性疾病，其根本在于体内阳气亏虚或寒邪深伏于经络脏腑。典型病症包括慢性支气管炎、哮喘、过敏性鼻炎、反复感冒、虚寒性胃痛、腹泻、关节冷痛僵硬以及寒凝血瘀引起的痛经等。值得注意的是，即便是尚未明确诊断为上述疾病，但属于阳虚、气虚、痰湿体质的人群，常表现为畏寒怕冷、

手足不温、倦怠乏力、脘腹冷痛、大便稀溏、反复感冒，也往往是“冬病”的潜在易感人群，同样适合进行夏治调理。

■冬病夏治:借天时为健康蓄能

“民间素有‘冷在三九，热在三伏’之说。”陆波指出，三伏期间虽酷暑难当、湿气弥漫，却蕴含着独特的养生治病契机。此时自然界阳气鼎盛，人体亦顺应天时，阳气浮于体表，腠理(毛孔)开泄，气血运行最为畅达。恰恰是这种生理状态，为“三伏贴”疗法创造了绝佳条件：此时将特制中药贴敷于特定穴位，药物成分更易透过开泄的腠理被吸收，并能高效地激发经络之气，鼓动体内阳气，从而事半功倍地达到温阳散寒、疏通经络、调节脏腑、增强免疫力的效果，显著提升防治冬季易发疾病的能力。

他表示，作为一种纯正的中医外治法，三伏贴选用天然中药材制成绿色制剂，其作用方式直接作用于体表穴位，无需经过消化道吸收和肝肾代谢，因此最大程度避免了对胃肠道的刺激和肝肾负担。其操作简便、安全无创、费用经济、疗效确切的特点，尤其受到老年群体和儿童的欢迎。近年来，其受众群体已显著扩大，越来越多的中青年人也开始青睐这一传统疗法，将其用于调理过敏性鼻炎、慢性咳嗽等顽固性疾病，改善亚健康状态(如疲劳、畏寒)，以及有效祛除体内积聚的湿气，以适应现代快节奏生活下的健康需求。



■温馨提示:贴敷宜忌需明确

“三伏贴疗效虽佳，但并非人人皆宜，有严格的适应证与禁忌症。”陆波提醒，贴敷药方需根据患者年龄、体质、病种精准调配，穴位选择也因病而异。婴幼儿、妊娠期女性；患有急慢性皮肤病、皮肤过敏、接触性皮炎、水痘、湿疹者；严重心脑血管疾病、糖尿病、活动性胃溃疡、癌症患者；发热患者及对敷贴药物过敏者；贴敷部位皮肤有破损者等类人群禁用三伏贴。

针对未能赶在头伏首日贴敷的市民，陆波表示，头伏、中伏、末伏当日效果最佳，但并非错过首日就无效。在整个三伏期间任选三天贴敷，每次间隔约10天，同样能获得良好疗效。

■技术保障:多技并施护安康

作为中医特色疗法的践行者，咸安区中医医院在“冬病夏治”领域积累了丰富的临床经验。陆波主任介绍，经过近二十年的持续探索与临床实践，医院已构建起一套成熟、完善的“冬病夏治”防治体系。该方案突破了传统单一穴位贴敷的模式，融合了督脉灸、推拿、温针等多种中医适宜技术，形成了一套多技术协同、个体化施治的特色方案。医生会根据每位市民的具体体质、病症特点及需求，灵活组合运用这些技术，精准施治，从而为不同健康状况的市民提供更具针对性和实效性的个性化健康调理方案。

咸安妇幼保健院外科——

小包皮大烦恼，微创技术解您“忧”

●记者 夏咸芳 通讯员 邵国平 刘鹏

在咸安区妇幼保健院小儿外科诊室门口，总能看到家长们关切的身影。面对男孩常见的包皮过长问题，该院外科团队凭借娴熟的微创技术和充满温度的关怀，为众多家庭“切”除了健康烦恼，被家长们亲切称为“男宝健康的护航者”。

■七岁男童患上“难言之隐”

包皮过长是困扰不少男童的隐忧。它不仅容易藏污纳垢诱发反复感染，更可能影响孩子正常发育。今年7岁的乐乐(化名)就深受其扰：小便疼痛、包皮红肿发炎成了家常便饭，每次上厕所都变成一场折磨，就连晚上睡觉也不安稳，家长看着揪心，又怕手术孩子遭罪。

“像乐乐这样反复包皮炎的情况，手术干预是优选方案。”该院外科主任陈洪儒为乐乐进行了细致的检查后，发现乐乐的包皮过长，如果不处理，不仅增加感染风险，还可能影响发育甚至成年后健康。

他表示，包皮过长若处理不当，危害是多方面的：首先，它极易形成包皮垢，成为细菌滋生的温床，导致反复发作的包皮炎、龟头炎，严重时炎症还可能上行引发尿道炎、膀胱炎；其次，包皮口若过于狭窄出现病理性包茎，不仅排尿困难，形成尿线细、排尿时前端鼓包，长期束缚更可能影响阴茎的正常发育；同时，长期的慢性炎症刺激，

成年后可能增加相关健康风险；此外，持续的疼痛、排尿困难以及可能的异味，还会给孩子带来心理上的压力和自卑感。

“通常遇到以下三种情况，医生会建议手术。”陈洪儒介绍，一是包皮口形成瘢痕狭窄，无法上翻清洁(病理性包茎)；二是反复发作包皮龟头炎或伴有尿道感染；三是排尿困难，如尿线细、排尿鼓包、疼痛明显；四是继发了包皮嵌顿无法复位或其他并发症。对于像乐乐这样5—10岁的学龄儿童，身体恢复能力强，神经痛觉相对成人尚未完全发育成熟，是进行包皮手术比较理想的“黄金窗口期”。

■医生巧手祛病痛

针对乐乐的年龄特点和家长对安全性的高度关注，陈洪儒医疗团队制定了精准的微创手术方案——采用目前成熟的“包皮环切术”。手术当日，经验丰富的麻醉医师为乐乐实施了安全的舒适化麻醉。术中，陈洪儒借助精密器械仔细操作，仅用2分钟就完成了手术。最让乐乐妈妈欣慰的是，该手术几乎“零出血”，创伤极小。术后两周，复查的乐乐蹦蹦跳跳，困扰他数月的疼痛彻底消失，脸上也重现了久违的灿烂笑容。术后，乐乐得到了医护人员的精心护理和专业的康复指导。

“很多家长像乐乐妈妈一样，对手术存在天然的恐惧和顾虑，担心孩子受苦。这种心情我们非常理解。”陈洪儒表示，近年来，咸安区妇幼保健



儒表示，现代微创技术，特别是医院采用的包皮环切术，已经非常成熟和安全。它利用特制的环扎器械精准定位，一次性完成切割和止血，无需缝合，创口边缘整齐，恢复后平整美观。加上我们专业的儿童麻醉和术后疼痛管理，孩子的整体体验和恢复过程都比传统想象的要轻松得多。

■早筛早查是关键

“我们在临床中发现，部分家长有‘等青春期自愈’的认知误区，临床统计显示，5岁以上病理性包茎自愈率不足5%，拖延治疗将出现感染复发率增加，提升青春期阴茎发育不良风险。”陈洪儒表示，近年来，咸安区妇幼保健

院外科已成功为数百名男童及成人实施包皮包茎手术。科室不仅配备专用微创手术设备，更拥有一支深谙儿童心理的医护团队。从诊室墙壁的卡通图案到术中安抚玩具，从家长沟通室的详细图解到术后随访的温馨提醒，处处体现对儿童的特殊关爱。

“每一个走进诊室的孩子，都值得我们用专业和爱心温柔以待。”陈洪儒表示，“用最合适的技术解除孩子的病痛，看到他们恢复活泼天性的笑容，就是我们最大的成就感。”

在咸安区妇幼保健院外科，一把精准的手术刀，切除的是束缚健康的烦恼，展开的是孩子们无忧无虑的童年时光。这里没有冰冷的手术台，只有用专业与温情编织的成长守护网。