

无锡市中医医院第二届夏季养生节

6月21日盛大启幕

四大特色权威打造 六大活动全面开展

随着锡城气温渐升,你的身体是否出现了头晕、乏力、厌食、失眠等症状?面对即将到来的一年中气温最高的三伏天,也是阳气最盛的时节,正是治疗“冬病”的最佳时机,一些备受哮喘、鼻炎、颈腰痛等慢性疾病困扰的“老病号”纷纷想知道何时才能接受“冬病夏治”治疗。无锡市中医医院夏季养生节6月21日盛大启幕,传统“三伏贴”项目将于7月12日开始。

何谓“冬病夏治”?

“冬病夏治”是我国传统中医药特色疗法。它是根据祖国传统医学典籍《黄帝内经·素问》中的“春夏养阳”、“长夏胜冬”等中医养生“治未病”思想,对于一些在冬季容易发生或加重的疾病,在夏季给予针对性的治疗,提高机体的抗病能力,从而使冬季易发生或加重的病症减轻或消失,是中医学“天人合一”的整体观和“未病先防”的疾病预防观的具体运用。龙砂医学流派医家注重“五运六气”理论的研究和临床运用,注重“天人相应”及以“因人”、“因时”、

“因病”为主的“三因制宜”理念,对“冬病夏治”有更为深刻的认识和见解。

在二十四节气中,“三伏”为最热时段,为自然界阳气最盛、机体阳气充沛的有利时机,很多冬季好发或加重的疾病都处在缓解期。在这一时段,对人体施以穴位贴敷、针刺、中药内服等药物或非药物治疗,能够益气温阳,散寒通络,消灭蛰伏在体内的阴寒之邪,调整人体阴阳平衡,减少和避免宿疾发作,从而达到防治冬季易发疾病的目的。

“冬病夏治”何时治?

中医认为,一般从每年夏季“小暑”节气的首日起,以“三伏天”为最佳,约持续1个多月时间。“三伏天”是一年中气温最高的日子,“伏”为潜伏的意思,这一时期外界风、暑、湿等致病邪容易侵袭人体。从另外一个角度来说,这一

时期也是用最少的药、最简单的方式治疗一些“冬病”或“寒性体质”的最佳时期。今年伏天时长为40天,其中初伏为7月12日-7月21日,中伏为7月22日-8月10日,末伏为8月11日-8月20日。

六大活动全面展示“冬病夏治”特色

为充分展示传统中医药魅力,让市民体验中医药养生保健特色,无锡市中医医院第二届夏季养生节6月21日盛大启幕,期间推出六大特色活动。

活动一 “冬病夏治”专家义诊咨询

6月21日8:30,医院将在门诊大厅举办“冬病夏治”专家义诊咨询,呼吸科、针灸科、耳鼻咽喉科、皮肤科、风湿病科、消化科、儿科、治未病科、生殖医学科9大专科最强专家阵容将面对面为市民答疑解惑,给出治疗建议,为您提供“冬病夏治”正确的打开方式。

呼吸科	高广飞副主任中医师
针灸科	冯骅副主任中医师
耳鼻咽喉科	晏英副主任中医师
皮肤科	汪文主任中医师
风湿病科	周腊梅主任中医师
消化科	沈且蕾副主任中医师
儿科	严平副主任医师
治未病科	周菊华主任中医师
生殖医学科	王淼副主任中医师

活动二 百名“冬病夏治”免费贴敷名额

养生节当天,前100名预约的患者将可享受首次贴敷免费福利,市民可至

门诊大厅义诊咨询处现场领取免费名额(按专科发放)。

活动三 中医养生制品展示及特色项目体验

当天,将在门诊大厅进行中医保健养生产品、自制制剂等展示,中医专家现场提供健康养生咨询服务,以及灸疗、刮痧、耳穴埋籽等“冬病夏治”特色疗法体验及“巧手做香囊”中医养生互动,现场还可免费品尝养生粥、养生茶、健脾生津酸梅茶。

活动四 道地药材辨识

活动当天还将在门诊大厅开展道地药材辨识活动,现场将由资深中药师为大家答疑解惑,让市民能够更加直观地了解常见中药材的优劣识别。

活动五 养生功法展示

为展示中医药文化魅力,推广普及中医养生功法,将在门诊广场前进行“八段锦”展示,有兴趣的市民不妨与我们相约,让健康养生好习惯伴您度过这个夏季。

活动六 夏季养生小课堂

当天,医院将开展“冬病夏治”养生小课堂,医院治未病科专家在院内为市民朋友带来健康讲座。



九大科室量身定制“冬病夏治”方案

无锡市中医医院“三伏贴”治疗将于7月12日(头伏)开始,届时呼吸科、儿科、针灸科、皮肤科、耳鼻咽喉科、消化科、风湿病科、治未病科、生殖医学科9大专科联袂,采用多种中医传统疗法,为适宜人群开展治疗。

1、呼吸科 采用自制特色膏药进行穴位贴敷,预防慢性支气管炎、哮喘、慢性阻塞性肺疾病等冬季易发的呼吸系统疾病。

2、儿科 根据小儿的年龄、体重、皮肤敏感度等个体差异配制外贴药膏及内服汤剂,通过穴位外敷、小儿推拿、中药饮片等方法,预防小儿变异性咳嗽、哮喘、气管炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎等冬季易发的呼吸道疾病。

3、针灸科 采用穴位贴敷、隔饼灸、针灸、拔罐、火灸等方法,预防和辅助治疗在冬天容易发作或加重的慢性咳嗽、慢性支气管炎、支气管哮喘、体虚易感冒、慢性肠炎、慢性胃炎、过敏性鼻炎、慢性咽喉炎、类风湿关节炎、骨性关节炎、痛经、不孕

症等疾病。

4、皮肤科 采用穴位贴敷、中医定向透入、中药皮肤贴敷配合熏蒸的方法治疗反复发作的慢性荨麻疹、慢性湿疹、皮炎患者,以及冬日发作的冻疮、寒冷性多形红斑。

5、耳鼻咽喉科 采用穴位贴敷、针灸等方法预防和治疗咽喉咳嗽、过敏性鼻炎、反复感冒等疾病。

6、消化科 采用穴位贴敷方法,适宜反复发作脾胃虚寒型胃痛、腹胀、腹痛、腹泻等消化系统疾病患者。

7、风湿病科 采用穴位贴敷疗法,预防治疗类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、骨关节炎等疾病。

8、治未病科 采用针灸、拔罐、穴位贴敷等多种疗法,配合温肾壮阳贴、温脾暖胃贴、温经通络贴、暖宫贴等,适宜哮喘、鼻炎、咽炎、老慢支、关节炎、腰腿痛等患者。

9、生殖医学科 穴位贴敷配合暖宫运气贴,治疗痛经、月经量少、手足不温、经期头痛、不孕、卵巢早衰、卵巢囊肿、子宫肌瘤等疾病。

四大特色权威打造“冬病夏治”品牌

无锡市中医医院拥有权威的专家团队,强大的技术力量,为全市唯一的“全国冬病夏治先进单位”,专业开展“冬病夏治”数十年。从中医辨证、组方原则、操作方法等都有严格的标准和规范,开展包括中药外敷、中药内服、针灸、艾灸、艾条灸、拔罐、刮痧等多种“冬病夏治”治疗,其中“三伏贴”为“冬病夏治”最重要的手段。

特色一:权威打造

作为全市百姓就医首选的唯一三甲中医院,无锡市中医医院拥有10余年“冬病夏治”临床经验,集中医传统疗法及龙砂医学运气学说理论精髓,致力于为市民提供专科门类齐全、辨证论治到位,提供集病情评估、专业治疗、疗效观察于一体的全程服务。多年来,从治疗时机、适宜病种论证、组方、药物配制到穴位选取、体质辨识,每个环节均由院内临床、药学专家严格把关,引领正统、确保规范。

特色二:多科联袂

作为全市专业开展“冬病夏治”的唯一三甲中医院,市中医院整合了全院技术雄厚、特色鲜明的多个专科开展“冬病夏治”特色治疗,迄今造福了数十万锡城市民。今年,医

院集合呼吸科、儿科、针灸科、皮肤科、耳鼻咽喉科、消化科、风湿病科、治未病科、生殖医学科9大专科优势特色,多科联袂为市民百姓扫除“冬病”。

特色三:方法齐全

市中医院拥有权威的专家团队、强大的技术力量,开展包括中药外敷、中药内服、针灸、艾灸、艾条灸、拔罐、刮痧等多种“冬病夏治”治疗,其中以“三伏贴”为“冬病夏治”最重要的手段。一方面药物直接通过穴位渗透,进入血液循环,发挥药物作用,另一方面间接通过刺激穴位调整阴阳平衡,增强免疫力而发挥作用。

特色四:药材地道

药材质量与“冬病夏治”疗效也有着直接关系。中药是中医院的“魂”,好的中药材才能出好的疗效,给老百姓的药,必须保证是最好的。为了广大锡城市民的健康,为了提供更加优质的中医药服务,无锡市中医医院积极推进优质中药饮片品牌建设,全力打造中医院中药品牌,与道地药材生产基地合作确保道地药材从产地源头直供无锡市中医医院,努力让老百姓用上道地优质的中药,有效提高临床疗效,提升中医药服务品质。(钟意)

