

今天入伏，三伏贴贴起来

无锡市中医医院13个科室推出冬病夏治

前几周，陆续有患者挂无锡市中医医院呼吸内科主任中医师壮健的专家号，要求冬病夏治。对于符合冬病夏治的呼吸内科患者，壮健建议从7月16日起，可以来贴三伏贴，能起到减少疾病急性发作，提高抗病能力的作用。记者了解到，无锡市中医医院今年共在13个科室推出冬病夏治，治疗手段还包括针灸、艾灸、督灸、隔饼灸、拔罐、刮痧、中药内服、药膳等。

壮健介绍，前几周就有市民要求冬病夏治，但是，他建议患者再等等，因为今年的初伏从7月16日起，末伏到8月24日。他告诉记者，三伏贴只有在入伏后贴敷，才符合《黄帝内经》春夏养阳理论，如果提前贴敷，又遇上今年的梅雨季，在药物的作用下皮肤腠理被打开，暑湿之邪就会趁势而入，反而得不偿失。当然，对于慢阻肺、支气管哮喘、慢性

咳嗽、感冒易感人群等呼吸内科患者，入伏后还是很适合贴敷三伏贴的，当然还须属于虚寒体质。如一名老慢支患者，因为咳、喘反复发作，日积月累，久病及肾，久病必虚，加上抗生素等药物长时间使用，从而使患者脾虚生湿、生痰，肾阳虚损，更容易引起风寒等邪气外侵，如此恶性循环，最终导致他每年冬季都要咳嗽数月。他从前年起接受三伏贴贴敷后，去年冬天虽然复发，但是病程缩短，一用药就见效。壮健介绍，这名患者今年继续冬病夏治，有望减少发作频率。

对于过敏体质的患者，三伏贴可能并不太适合，那么是不是就不能接受冬病夏治了呢？无锡市中医医院专家介绍，除了三伏贴，还有针灸、艾灸、督灸、隔饼灸、拔罐、刮痧、中药内服、药膳等等。今年市中医医院在呼吸科、消化科、风湿病科、儿科、

耳鼻咽喉科、眼科、针灸科、皮肤科、妇科、生殖医学科、男科、治未病科、推拿科13大专科都将开设“冬病夏治”特色诊疗项目。据介绍，凡是在冬季容易发作或者加重的疾病都适合冬病夏治，起到治疗陈年旧疾和未病先防的作用。三伏贴也只是冬病夏治众多治疗手段中的一个重要组成部分。

如一名患有克罗恩病10多年的患者出现腹痛腹泻，炎症指标直线飙升，四处求医，药物一再调整，副作用都出现了，可是丝毫未见改善。偶然间，他得知中医灸疗这种方法后，便趁着冬病夏治，通过隔饼灸等治疗，腹痛腹泻情况好转，复查炎症指标也全部恢复正常。今年三伏天，他还要再来巩固一下，并拉上有老腰病的老伴和生了外孙之后落下肩颈冷痛的女儿一起接受冬病夏治。（卫文）

夏季尘螨多 鼻子易过敏

最近，在无锡九院耳鼻咽喉科，中招过敏性鼻炎的患者多了起来。不少人疑惑，过敏性鼻炎一般春季高发，夏季为何也多？其实，日常生活中，尘螨是最常见的一种过敏原，空调、沙发、地毯等的使用均会给螨虫“出没”创造条件。

打喷嚏、清水样鼻涕、鼻痒、眼痒、流泪……这些典型症状让过敏性鼻炎患者非常困扰，严重时导致全身症状，甚至哮喘。无锡九院耳鼻咽喉科副主任邱景山介绍，如今过敏性鼻炎患者越来越

多，这种疾病常会反反复复，一年四季都可能发作，尤其是在春季高发。螨虫、花粉、动物皮屑、食物等是过敏性鼻炎常见的过敏原，其中最常见引起过敏性疾病的致敏过敏原为尘螨，约50%—90%的过敏性疾病与尘螨有关。“尘螨几乎存在于生活中的各个角落，由此引起的过敏防不胜防。”医生表示，不少患者病情反复，不断看医生，在门诊中不乏十多年的老病人。

据了解，抗过敏药物、鼻喷激素等是治疗过敏性鼻炎

最常见的手段，不少患者想要找到过敏原，以便尽可能预防过敏发生。邱景山介绍，目前较好的过敏原检测为皮肤点刺试验，是目前公认的最为快捷、有效的过敏原检测方法。除了常规的治疗方法，如今，部分患者选择特异性免疫疗法（又称脱敏治疗），是根据点刺试验的结果，对患者使用脱敏药物，使患者对过敏原产生耐受，再次接触过敏原时，过敏症状减轻甚至完全消失的一种治疗方法。（蓝田）

《化妆品监督管理条例》正式公布 “美丽”行业更有保障

国务院正式公布《化妆品监督管理条例》（以下简称《条例》），自2021年1月1日起开始施行，保障化妆品使用安全。日前，无锡市保健食品化妆品安全协会组织我市化妆品生产销售企业进行《条例》专题培训，推动“美丽产业”健康发展。

据了解，《条例》明确指出，化妆品的功效宣称应当有充分的科学依据，同时，严禁化妆品标签标注明示或者暗示具有医疗作用的内容、虚假或者引人误解的内容等。江苏省药品监督管理局无锡检查分局王丹介绍，新《条例》加大对违法行为惩处

力度，如未经许可从事化妆品生产活动、委托未取得许可的企业生产化妆品、生产经营或者进口未经注册的特殊化妆品、使用禁用原料、非法添加有害物质等行为，最高可处以货值金额30倍罚款。（小遑）



近日，在管社山庄，趁着雨停的间隙，一位母亲在观看孩子打拳。（郑宙 摄）

带腰椎病母亲看遍各医院 孝顺儿坚持反对手术 颈肩腰腿痛9成不必手术

中老年人常见的顽固性腰腿痛，能治好吗？新区患者朱阿姨的孝顺儿子没放弃，这些年带着母亲四处求医。很多大医院建议手术，但他坚持非手术治疗，近日来到了三个上海名医在无锡开的易可中医医院“谭氏筋伤中心”。

能不开刀就不要开 “孝子”求医孜孜不倦

朱阿姨今年68岁，5年前出现腰痛，左下肢疼痛麻得厉害，走路都难。接受了中医针灸推拿吃药后，症状一度缓解，但半年后又复发。看了多家医院，建议开刀，但其儿子坚决反对。

儿子带着她转遍了苏锡常很多医院，并去了

上海，依然建议手术。“都说没有太好办法，开刀是一个见效快的选择。但‘术后复发’的可能性太大，还是希望能不开刀就不要开！”

后来，他们了解到，“谭氏筋伤中心”治疗颈肩腰腿痛有绝活，于是决定再试试。

9成颈肩腰腿痛不必手术 这里“治筋”创新手段令人“大开眼界”

“80后”美女医生、易可中医医院“谭氏筋伤中心”主任王杰为其进行了手诊，通过手指按压并结合CT，确认了病灶，为其实施了“高频电火花”为主的三阶段不手术特色治筋系统治疗。

王杰的老师、易可中医医院顾问、南京中大医院骨伤科沈锡山主任说，颈椎病、腰椎间盘突出、颈肩腰腿痛、风湿类风湿性关节炎、痛风、强直性脊柱炎等属于中医“筋痹”，根源在“筋”，俗称“怪筋不怪骨”。

治疗过程中，王杰先进行筋膜刀探查，查明患处深部情况。然后实施“松筋”，再通过“钻

地弹”式深部治疗——“高频电火花”、俗称“用腿吃药”的熏蒸给药等多种给药手段进行内外治，从根上解决“筋痹”。谭氏筋松系列内外治秘方有36种，针对每个患者定制给药，助力提升疗效。

此外，还传授朱阿姨“易筋经”导引术令其居家练习，并全程关注其复诊、康复训练、防复发等情况，医患相处似家人。一个月前，老人还参加了易可中医院组织的“筋伤导引防复发”旅行团出游，心情好了很多。“90%颈肩腰腿痛不必手术”，王杰透露，当前处于“后新冠时代”，忙着“治筋”。（江南）

医讯

7月17日周五上午，上海中医药大学硕导谭德福教授，在易可中医院为痛风、风湿类风湿性关节炎、强直性脊柱炎患者服务。

7月18日周六上午，上海曙光医院周围血管

科主任柳国斌，在易可中医院为老烂脚、静脉曲张术后复发烂脚、丹毒、糖尿病足、慢性淋巴水肿等下肢肿痛痒黑烂患者服务。

7月19日周日上午，南京中大医院骨伤科沈

锡山主任，到易可中医院为颈肩腰腿痛患者服务。

7月19日周日上午，上海曙光医院神经内科原主任魏江磊教授，在易可中医院为帕金森、三叉神经痛、偏头痛、耳鸣、眩晕等脑病患者服务。



小易有爱

——讲述他们的健康故事