

周口市中医院三伏贴火热“开贴”

快来趁“热”打“贴” 了解疗法功效

7月6日,周口市中医院冬病夏治三伏贴火热“开贴”。当日一早,该院治未病科热闹非凡,不少群众赶来“求贴”。那么,什么是三伏贴?它能治什么病?怎么贴三伏贴?针对大家关心的问题,周口市中医院治未病科专家团队进行了解答。

冬病夏治与三伏贴的来历

冬病夏治,是指针对一些容易因寒冷导致病情发作或加重的疾病,在病情相对缓和的夏季,采用适当的调治和补养方法,达到预防疾病乃至根除疾病的一种反季节自然疗法。

三伏贴疗法是我国传统中医药疗法的特色疗法,它根据《素问·四气调神论》中“春夏养阳”的原则,结合天灸疗法(中药外敷),在人体的穴位上进行药物贴敷,以鼓舞正气,增强抗病能力,从而达到防治疾病的目的。

三伏贴的适应证

三伏贴适用于阳气不足、肺气虚弱、关节疼痛类患者,主治以下疾病:

- 1.呼吸系统疾病:慢性支气管炎、哮喘、慢性咽炎、慢性鼻炎、过敏性鼻炎、慢性咳嗽、慢性阻塞性肺病等。
- 2.骨关节疾病:风湿性关节炎、类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、颈椎病、腰椎间盘突出症、骨性关节炎及各种风寒湿痹等。
- 3.消化系统疾病:慢性结肠炎、慢性胃炎(虚寒型)、慢性腹泻、消化不良、厌食、胃肠功能紊乱等。
- 4.儿科疾病:哮喘、咳嗽、支气管炎、消化不良等。
- 5.妇科疾病:痛经、寒湿带下、宫寒型不孕、“月子病”等。

如何贴敷三伏贴

今年三伏贴的贴敷时间为:伏前,7月6日~7月14日;初伏,7月15日~7月24日;中伏,7月25日~8月3日;中伏加强,8月4日~8月13日;末伏,8月14日~8月23日。

贴敷方法:贴敷前将局部皮肤清洗干净,穿着宽松、透风的衣服,防止闷汗引起不适。医生会根据病情将三伏贴贴至人体适宜位置。

成人贴敷时间为1小时~2小时,儿童以20分钟~40分钟为宜。如患者局部皮肤出现灼热、疼痛症状,应立刻去掉三伏贴,不必拘泥于时间长短。

贴敷次数:成人呼吸系统疾病患者、小儿呼吸系统疾病患者一个疗程贴5次,在上述5个时间段各贴1次,具体时间不必拘泥于每个时间段的第二天。

痛症、胃肠病、“月子病”患者一个疗程贴10次,隔日一次。病史较长或病情较为顽固者,可适当增加贴敷次数。

本版图片由记者郑伟元摄



小朋友在父母带领下体验三伏贴疗法。



三伏贴可治疗颈肩疼痛。



医生展示制作好的三伏贴。



医生根据市民需求现场制作三伏贴。

三伏贴疗法结合其他特色疗法效果更佳

1.针、药、罐结合治疗呼吸系统疾病:邵氏针灸流派的“三穴五针一火罐”特色疗法与三伏贴疗法相结合,先针刺、拔罐,再进行贴敷,可实现“1+1>2”的协同效果。

2.儿童贴敷提阳气:儿童三伏贴的主要成分包括麻黄、白芥子、甘遂、细辛等,可起到良好的化痰作用,消除儿童体内的浮痰,增强免疫力,治疗儿童呼吸系统和消化系统疾病。

3.事半功倍治疗骨关节病:三伏天是治疗骨关节病的最佳时节,此时人体内的凝寒之气处于易解状态,应用周口市中医院特制的三伏贴治疗骨关节病,可改善症状,防止外邪侵袭。

4.多措并举养脾胃:三伏贴疗法非常适合治疗脾胃疾病,常用药有檀香、干姜、升麻、附子等。治疗过程中再配合针刺、艾灸、拔罐等疗法,有助于药力直达病所,取得显著疗效。

5.强身健体火龙灸:火龙灸施灸于背部督脉及足

太阳经区域,贯通阳脉之海,峻补元阳,覆盖上中下三焦,促进体内阳气循环往复,而不至于阳气郁积、虚火上炎。火龙灸不仅适用于阳虚寒凝等症,“未病”之时,亦可鼓舞正气,强健身体。

6.益寿延年归元灸:归元灸是在以肚脐为中心的腹部冲脉、任脉区域施灸,该区域总领十二经脉气血,气血充足,冲任有力。归元灸可灌溉气血,使之渗透至五脏六腑及四肢,调节气机升降,调动阳气,对于妇科、生长发育、脾胃之疾可直达病所。归元灸与火龙灸交替进行,可养生保健、益寿延年。

7.根治“月子病”:“月子病”是妇女在分娩时或哺乳期间,因筋骨腠理大开,身体虚弱、内外空虚,风寒湿邪侵入体内所患的疾病。三伏贴应用当归、肉苁蓉、红藤等中药,贴敷归来、关元、子宫、肾俞等穴位,有效祛除体内阴寒,活血通络,促进女性盆腔部位血液循环,增强免疫力。除三伏贴疗法外,还可应用火龙灸、归元灸、刮痧、拔罐、针刺等方法治疗“月子病”。

注意事项和禁忌

1.如贴敷后局部皮肤出现轻微发痒、发热、起水泡现象,属于正常贴敷反应,不要恐慌。小水泡可自行吸收,避免磨破,注意局部消毒。较大的水泡需就医处理,以防感染。

2.贴敷后注意避免被冷风直吹。

3.贴敷当天不能见水,次日洗澡时避免使用刺激性洗涤剂揉搓,以免刺激皮肤。

4.贴敷前后均要注意饮食清淡,禁食辛辣、寒凉的

食物。

5.三伏贴属于调治疾病的一种疗法,需按疗程坚持治疗,在当年三伏天、三九天都要贴敷,一般情况下要坚持3个疗程~5个疗程。

6.禁忌:月经期、妊娠期女性禁用;皮肤易过敏者,有疮、疖、疔和皮肤破损者禁用;患有严重糖尿病的患者禁用;疾病发作期(如发热)的患者应待症状缓解后使用。

(记者 郑伟元 整理)