

中医辨证论治 解锁“冬补密码”

——安阳市中医院第三届膏方节现场见闻



与会领导嘉宾现场参观膏方制品

□本报记者 郭凡 文/图

立冬节气,万物收藏。11月7日上午,安阳市中医院第三届膏方节启动仪式在该院门诊大厅举行。市中医院领导班子成员、各科室主要负责人等出席启动仪式。本届膏方节以“迎立冬 调养生”为主题,特邀上海中医药大学附属曙光医院安徽医院史玉虎教授领衔的资深中医专家团队,为市民提供从体质辨识、辨证开方到精品熬制的“一站式”服务,开启冬日养生新篇章。

启动仪式上,市中医院党委书记姚晓峰宣布活动开幕,市中医院院长尉建华致辞。尉建华表示,膏方历史悠久,底蕴深厚,是中医药文化的传统精华和优秀代表,在调养身体、预防疾病方面具有独特优势。我们将以本次膏方节为契机,继续秉持初心,深耕中医药沃土,不断创新服务模式,发挥好中医药“治未病”的作用,推动膏方这一中医养生方式更好地惠及千万家。当前,中医药事业迎来蓬勃发展的机遇期,我院以“区域领先、出彩中医”为目标定位,

医疗事业和产业化齐头并进,取得了良好成效。下一步,我们将继续挖掘、传承、弘扬中医药文化,提升医院综合服务能力,在推动我市中医药事业多元化发展方面作出努力。希望通过本次膏方节,能够激发更多人对中医药文化的了解和热爱,群策群力,共同推动中医药事业的繁荣发展。

对于初次接触膏方的市民而言,口味和适应性普遍有顾虑。今年膏方节特别设置了体验区,准备了阿胶膏、固元膏等经典成品供市民免费品尝。活动现场,熬药师展示了传统工艺——铜锅慢火熬制,空气中弥漫着中药材与芝麻、核桃交织的醇香。市民张阿姨尝了一口刚出锅的固元膏,惊喜地说:“原来膏方不苦,还有股坚果的香甜!”

除了膏方试吃,营养师还精心调配了4款茶饮和20款糕点,供市民群众近距离观赏和品尝,并进行了现场讲解。其中,“紫苏闻香”茶饮选用紫苏、薄荷等解表食材,适合爱吃海鲜的人群;“攻间赏雪”则将大红袍与玫瑰、桂花巧妙融合,帮助缓解秋冬抑郁情绪。现场制作

的“两仙椰蓉养颜糕”以紫薯山药为馅,裹着椰蓉,女士们争相品尝。药剂科相关负责人介绍,现代膏方在古法基础上优化工艺,使药物更易吸收。希望通过膏方节,让中医药“治未病”理念融入日常生活。

“医生,我每年冬天手脚冰凉,还容易感冒,吃什么膏方比较好?”来院咨询的王女士向专家抛出疑问。像王女士这样寻求冬日调理的市民不在少数。为满足市民需求,史玉虎教授专家团队在现场进行了义诊,通过舌诊、脉诊等传统手法,为每位市民“量身定制”调理方案。去年膏方节上,患有慢性咳嗽的刘先生通过专家辨证,连续服用了两个月的“温阳补肾膏”,今年咳嗽发作频率明显减少。“以前吃补品容易上火,这次专家根据我的体质调整了配方,继续进行调理。”刘先生表示。

“连续三年开膏方调理,现在睡眠质量明显改善,晚上能睡个整觉,白天精神也好多了。”备受失眠困扰多年的王先生在活动现场分享了自己的调理经历,他

在中医专家指导下,通过连续冬季服用安神膏,配合规律作息,不仅失眠问题得到解决,连带的焦虑情绪和疲劳感也显著减轻。今年,他再次来到膏方节现场,请专家根据他当前的体质状况调整方剂,进行巩固调理。

市中医院副院长张克清表示,这次活动为中医药文化传播搭建了一个立体、生动的科普平台,广大市民可以体验名医义诊、膏方制作、体质辨识等活动,“零距离”感受中医药文化的独特魅力。中药膏方不仅是冬季进补的佳品,更是亚健康调理、慢性病预防、提升生命质量的有效手段。我院中医专家团队严格把控从“辨证开方”到“药材甄选”,再到“工艺熬制”的每一个环节,旨在为群众提供安全、有效、个性化的膏方调理治疗方案。希望古老的中医药智慧,通过膏方这样的载体,更好地服务于当代人的健康生活。

据悉,市中医院膏方节已连续举办三届,累计服务超5000人次。本届活动将持续至立冬后,市民可通过医院公众号预约专家义诊。

流感≠普通感冒

□王书娟

秋冬季节呼吸道不适频发,很多人会把流感和普通感冒混为一谈,延误应对时机。想要判断是流感还是感冒?当然,最快速、最精准的方法还是病原检测。但是,如果没有办法及时进行检测,二者在病因、症状和疾病转归上有一定

的区别。

病因方面。流感由特定的流感病毒(甲型、乙型、丙型)引起,而普通感冒多由鼻病毒、冠状病毒、腺病毒、偏肺病毒等多种病毒导致。流感病毒的变异性强,每年流行株可能不同,而普通感冒病毒相对稳定。

症状表现方面。流感起病急,典型

症状为高热、头痛、全身肌肉酸痛、乏力,常伴有咳嗽、咽痛等呼吸道症状,部分儿童还会出现呕吐、腹泻等消化道症状,病程1周至2周,恢复较慢。普通感冒则以鼻塞、流涕、打喷嚏等呼吸道症状为主,全身症状轻微,一般不发热或仅低热,病程多在3天至7天,恢复较快。

疾病转归方面。普通感冒多为自限

性,很少引发严重并发症。但流感可能进展为重症,尤其是儿童、老人、孕妇、慢性病患者等高危人群,易出现肺炎、心肌炎、急性呼吸窘迫综合征(ARDS)等,甚至危及生命。若出现持续高热、呼吸困难等症状,务必及时就医,避免延误治疗。

安阳市疾病预防控制中心
安阳市健康教育所

安阳市中医院锦旗背后的故事

妙手祛顽痛 锦旗载深情

——记安阳市中医院针灸科的一则暖心故事

□本报记者 张武杰

“杨主任,真是太感谢您了!我现在感觉好多了,晚上睡觉也踏实了!”日前,远在北京的田先生在电话里再三向安阳市中医院针灸科主任杨志洋表示感谢。此前,他还专门寄来一面锦旗,“妙手回春”四个金灿灿的大字,在锦旗上熠熠生辉。这面跨越千里的锦旗,映照出医患之间的信任与温情。

市民田先生退休后便赴北京和子女团聚,闲暇时负责接送孙子上下学。谁承想,本想安享天伦之乐的他,却被一场不期而至的病痛打乱了生活。在北京当地一医院就诊后,田先生被诊断为带状疱疹性神经痛。不同于带状疱疹常见的腰背部发病,田先生为头面部出疹,同时引起三叉神经剧烈疼痛,两种疼痛交织,使其陷入了无尽的痛苦之中,身心俱疲。

“当时剧痛24小时不间断,疼得我觉都睡不成,整天焦虑,几乎丧失了生活的信心。此外,疼痛还导致我右眼部肌肉麻痹,睁眼都困难,看东西都是重影,走路时摇摇晃晃,像踩在棉花上似的,连基本的日常行动都受影响。”回忆当时情形,田先生是一肚子“苦水”。

为了止痛,田先生曾在北京先后做了不下6次手术,希望通过射频消融和球囊压迫神经等方式减轻痛苦。然而,治疗效果却远远没有达到预期,用他自己的形容就是疼痛感仅从起初的10分降到了6



杨志洋为患者进行针灸治疗(医院供图)

分,平时还得靠服用两种止痛药才能勉强维持。无奈之下,田先生踏上了四处求医之路。经过多方打听,田先生辗转联系到了市中医院针灸科主任杨志洋,希望能够通过中医找到破局之法。

接诊后,杨志洋对田先生的病情进行了全面、细致的研判。“患者体内湿热、热毒过盛,且超出了人体的耐受极限,这些毒素沿神经外发,破坏了浅表神经。同

时,长期被病痛折磨也导致他出现气血两虚的情况,虽然皮肤表面的水泡已结痂,但患处局部仍有明显的烧灼感,这是体内病机未除的表现。”杨志洋分析道。

结合病情研判结果,杨志洋为田先生量身制定了“中药+针灸”的综合治疗方案。一方面通过开具清热利湿、活血化瘀、凉血活血的中药方剂,从内部调理田先生体内失衡的机能,逐步清除体内

蓄积的热毒与湿热,改善气血两虚的状态;另一方面借助针灸治疗直接作用于患处以及相关穴位,通过刺激经络来改善局部血液循环,并辅以注射营养神经的药物,从而促进神经的修复与再生。

在市中医院针灸科接受治疗期间,田先生不仅感受到了杨志洋和同事们的精湛医术,更被其团队的温暖服务深深打动。“当时看病的患者络绎不绝,杨主任总是认真对待每一位患者,即便到了中午休息时间,他也不会中途停止诊疗,而是坚持为所有排队患者治疗完毕后才去吃饭。”田先生表示,亲眼看到杨志洋和同事们对每一位患者都是热情周到、细致入微,这种“以患者为中心”的服务态度,让他在对抗病痛的过程中多了一份安心与信心。

经过10余副中药的调理,以及3个疗程的针灸治疗,田先生的病情有了显著改善,在无天气变化等外界因素影响时,已经基本不会感受到明显疼痛。此外,他视物重影的症状也得到大幅缓解,走路也变稳了,生活重回正轨。回到北京的田先生难掩激动之情,于是便有了前面送锦旗的一幕。

“这面锦旗,不仅是对我们科室的认可,更是对我们守护患者健康的褒奖。它见证了医者的责任与担当,也诠释了医患同心的深刻意义。我们将把这份沉甸甸的信任化作前行的动力,用心守护每一位患者的健康,让中医的智慧与力量温暖更多人。”杨志洋说。

专家话健康

神奇的麻醉:

超声引导下的神经阻滞麻醉

□刘俊波

前不久,一位中年男性患者在安阳市第三人民医院实施了膝关节术后内固定取除术,手术前后可进食水,能自行出入手术间,且,患者及家属十分满意,这就引出了我们今天的话题:超声引导下的神经阻滞麻醉。

一、什么是神经阻滞麻醉

神经阻滞麻醉是精准手术部位的“靶向麻醉”。该方法就像是给身体的某根神经“戴上手套”,让它暂时不能传递疼痛信号,医生在超声引导下准确地找到负责传递疼痛信号的神经,然后注射麻醉药物来“封锁”它。患者清醒且无痛感。该方法规避了传统盲目操作的不确定性,减少了并发症,避免了全麻引起的血液动力学波动或椎管内麻醉导致的交感神经阻滞,其精准定位,安全可控的特点显著提升了手术麻醉的质量,更加符合加速康复外科(ERAS)理念。

二、哪些情况适用于神经阻滞麻醉

1. 局部麻醉的外科手术,尤其是四肢手术;2. 术后疼痛控制或慢性疼痛缓解的情况;3. 需要减少全麻风险,尤其是高龄且并存一些其他疾病,如慢阻肺、心功能不全的患者;4. 分娩时的疼痛缓解;5. 无痛人流检查与治疗如介入治疗、清创换药等。

三、神经阻滞麻醉的操作方法

1. 定位:利用超声等工具精准定位目标神经;2. 消毒铺巾:对注射部位进行消毒处理并铺消毒巾以减少感染风险;3. 注射

药物:在确认神经位置后,将麻醉药注射其周围,注射时需注意药物的剂量、浓度和注射速度,以确保麻醉效果和安全性;4. 观察与评估:注药后需密切观察患者的生命体征和麻醉效果,及时调整剂量或采取其他措施以确保患者的安全。

四、神经阻滞麻醉或潜在的副作用

1. 局部出血:注射针穿刺穿过皮肤和组织可能损伤血管,导致少量出血,压迫数分钟后即可止血;2. 感染:如果对皮肤消毒不充分或操作不规范可能导致局部感染,如发生在较深部位,还可能脓肿形成或败血症等严重并发症;3. 药物过敏:少数人轻则表现为皮肤红疹、瘙痒,重则可能过敏性休克;4. 神经损伤:药物可能对神经造成一定程度的损伤或者穿刺过程中意外损伤神经,导致感觉减退、运动障碍等症状;5. 疼痛加重,部分患者可能会出现临时性疼痛加重,可能与术后局部组织反应,神经敏感度变化等因素有关,大部分情况在数天或数周内逐渐恢复。

尽管神经阻滞麻醉与其他麻醉方式一样存在一定风险,但在严格遵循操作规范的情况下,这些风险相对较小,且具有无可比拟的优越性。本人所实施的近80例患者,尚无一例并发症发生,希望患者在治疗前应充分了解治疗方法及潜在危险,并遵循医生的建议,如有不适,及时就医。

(作者系安阳市第三人民医院麻醉科副主任医师)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

甲状腺患者饮食指南

甲状腺作为人体代谢的“指挥官”,其功能异常可能影响全身健康。常见甲状腺疾病包括甲状腺功能亢进症、甲状腺功能减退症、甲状腺结节等,患者饮食需根据具体疾病类型调整。

1. 限制碘摄入

甲状腺功能亢进症患者需严格限制海带、紫菜等高碘食物,减少加碘盐使用。甲状腺功能减退症由缺碘引起者可适量增加海产品,但桥本甲状腺炎患者应避免过量碘摄入。甲状腺结节患者若无功能异常,正常饮食即可,无须刻意补碘或限碘。

2. 保证优质蛋白

甲状腺激素合成需氨基酸参与,建议选择鸡蛋、瘦肉、豆制品等优质蛋白。甲亢患者因代谢亢进易出现负氮平衡,每日蛋白摄入量可略高于普通人。甲减患者胃肠蠕动减慢,应选择易消化的鱼类、乳清蛋白粉等。

3. 补充维生素

甲状腺疾病患者需重点补充维生素A、B族、D及

抗氧化维生素。甲亢患者可增加西兰花、胡萝卜等富含维生素A的食物,甲减患者建议补充维生素B12改善贫血症状。所有甲状腺患者均应通过晒太阳或强化食品补充维生素D。

4. 避免刺激性食物

甲亢患者需禁饮浓茶、咖啡等含咖啡因饮品,避免辣椒、酒精等刺激交感神经兴奋。术后甲状腺患者应暂时回避过硬、过热食物防止伤口刺激。合并胃肠功能紊乱者需减少油炸、高脂饮食以减轻消化负担。

5. 适量膳食纤维

甲减患者易便秘,可增加燕麦、苹果等可溶性膳食纤维摄入,每日25克至30克为宜。甲亢伴腹泻者需暂时减少粗纤维食物。甲状腺癌术后患者若接受放射性碘治疗,应选择低纤维饮食减少肠道辐射暴露风险。

甲状腺患者除饮食调整外,需定期监测甲状腺功能指标。甲亢患者应选择低强度有氧运动如散步、瑜伽,甲减患者可适当增加抗阻训练改善代谢。

(本报记者 郭凡 整理)

传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办