

市中醫院報

LIANYUNGANG CHINESE MEDICINE HOSPITAL NEWS

连云港市中医院 主办
南京中医药大学连云港附属医院

第3期 总第17期
2012年7月16日(内部发行)

创名院 建名科 树名医
建设省内一流中医院

坚定信心不动摇 真抓实干不懈怠 巩固成效不自满

我院全力以赴迎接三甲中医院复评

我院自2008年12月晋升为三级甲等中医院以来,以巩固和提升等级医院创建成果为目标,不断加强医院内涵建设,突出中医药优势,提高医院管理水平和医疗服务质量,使医院的综合服务能力全面提升,区域影响进一步扩大,社会认可进一步增强。

三级中医医院复核评审,对我院来说是件头等大事,是压倒一切的首要任务。复核评审,是对医院各项工作的再一次全面检阅,也是对医院工作的再一次促进和提升。院领导班子高度重视,把复核评审列为今年各项工作的重中之重,提出要以复核评审统领医院各项工作,坚持以评促建、以评促管、以评促改、评建结合。以全面提升内涵质量为重点,确保各个项目指标和关键措施落实到位。

我院先后召开了三甲中医院复核评审动员大会、推进大会、攻坚大会和12次



签订目标责任书

会办会、联席会、督办会;组织科主任和护士长外出学习调研。实行院领导分片包干负责制,院领导和迎评办人员每天深入

临床检查、指导。全体员工放弃休息时间,每天晚上加班加点,充实台帐、训练操作、提升技能。从职能到临床、从一线

到后勤,大家都坚定信心不动摇、真抓实干不懈怠。全院干部职工统一思想、强化认识,层级管理、责任到人,形成了上下联动、全员参与的良好迎评氛围。

市卫生局党委书记、院长周炜强调,要将持续保持中医药特色优势,不断增强医院综合服务能力作为一项长期工作,持之以恒地抓好、抓实。要总结三甲中医院创建和三甲中医院复核评审工作取得的经验和体会,积极探索,研究形成医院管理的长效机制,推进医院又好又快发展,向着省内一流中医医院的目标迈进!

按照江苏省中医药局的工作安排,我院将于8月10—11日接受国家中管局验收检查,评审专家组共18名,其中,黑龙江省10名、我省8名。目前,按照医院迎评办的统一部署,我院已经完成了自评和各项台帐资料的集中规整。

(江文)



复核评审推进会



复核评审攻坚会



组织科主任在常州市中医院调研



组织护士长在苏州市中医院学习

我院召开庆祝建党91周年总结表彰暨民主评议政风行风动员大会

6月28日下午,我院召开庆祝建党91周年总结表彰暨民主评议政风行风动员大会。市卫生局纪委书记杨永明应邀出席会议并讲话。会议部署了市中医院民主评议政风行风工作。

杨永明书记代表局党委向我院的广大党员干部职工致以节日的问候,并勉励大家做一名合格的共产党员;希望广大党员立足岗位创新争优,做一名让人民群众满意放心的医务工作者。就医疗机构开展的民主评议政风行风工作,杨永明书记强调,本次民主评议政风行风工作的主要

目的是进一步规范医疗服务行为,提升人民群众的满意度;医院主要是从依法办事、规范收费行为、办事公开、做好优质服务、清正廉洁等五个方面做好工作;每一名党员要积极参与其中,做好带头作用。通过深入开展民主评议政风行风工作,进一步提升医院的管理水平和医疗服务质量。

院党委书记李建军从“全力冲刺三甲复评、推进创先争优和‘三好一满意’活动、扎实做好基层组织建设和加强医院文化建设和思想政治工作以及加大医院宣传等五个方面提出具体要求。党委副书记

杨爽部署了我院开展民主评议政风行风工作,强调做好五个结合。一是要与三甲中医院复核评审相结合,进一步提升管理水平。二是要与“十佳员工评选”活动相结合,进一步提升职工凝聚力。三是要与“三好一满意”活动相结合,进一步提升服务质量。四是要与年度目标考核相结合,进一步提升目标完成的效率。五是要与卫生文化建设相结合,进一步提升职工人文素质。会议分别为荣获2011—2012年度医院优秀基层党组织、党员示范岗、优秀共产党员表彰颁奖;举行了新党员入党宣誓。(顾豪)

北京大学王岳教授来院讲座

讲座期间,播放了美国真人真事改编的电影《Patch Adams》(《心灵点滴》)的片段,通过剧中主人公帕奇的行医经历,阐述了“医生治好病人,而不仅仅是治好病”的理念。王教授鲜明独特的观点,给全体人员留下了深刻的印象。如“帮助和保护弱者,就是在帮助和保护今后我们自己”、“医务人员行医的目的是竭尽全力去帮助病人”、“医务人员最大的敌人不是疾病,而是自身心灵的冷漠”、“医务人员最重要的本领不是诊疗技术,而是与各色各样的人沟通的能力”、“工作中我们要时刻保持良好的心态,做一个有幸福

感的医务人员”、“病人好,我才好”……王教授凭借高超的理论水平和丰富的工作实践经验,从法律角度分析了医患关系及权利,对新形势下的医患关系进行了深刻的解读。

王教授严谨的谈吐,诙谐的言语,不时引发听众会心的微笑,现场气氛十分活跃。精彩的讲座更让在场的医务人员受益匪浅,重新对医学人文精神和医生的职业信仰有了全新的认识,转变了医护人员在对待和处理医患关系问题的思想观念,为优化服务质量、提升服务水平起到了有力的推动作用。

(江文)

7月4日,省卫生厅专家组对我院消毒供应中心评审验收。专家组由无锡市二院苏纯音主任、苏大一附院刘月秀主任和江大附院庄若主任等护理专家组成。院领导李建军、杨爽、丰广魁、李德勤,市卫生局医政处唐玉玲主任参加评审会,杨爽副书记陪同检查。

护理部副主任邱艳华向专家组汇报消毒供应中心管理运行情况。随后,专家组实地查看了消毒供应中心,并对工作人员进行了深入的访谈。在评审验收反馈会上,专家组认为我院消毒供应中心环境清洁、布局合理,工作人员能够熟练掌握岗位操作程序和突发事件应急预案,工作基本符合国家规范要求;同时,专家组指出,在使用面积、周围环境、设备更新等几个方面仍需进一步优化和完善。

我院消毒供应中心于2011年进行了扩建,在原来的基础上最大限度的扩张,以满足功能需求。消毒供应中心承担着全院所有可重复使用诊疗器械、器具和物品的回收、清洗消毒、灭菌以及无菌物品供应工作,并以良好的工作质量赢得了临床科室的一致好评!

(护理部)

我院消毒供应中心通过省验收

名医集锦

青年中医师怎样看病

——第三讲：多学习、多临床、多实践

□ 赵化南

编者按：中医药在几千年的传承中，积累了丰富的优秀成果，为人类文明作出了巨大的贡献。我们坚信，中医药的未来美好的，前景光明的。每期，我报设立“名医集锦”专栏，以我院名中医资源为后盾，陆续推荐一批名老中医的临床经验和学术思想，给年轻医生以启迪，提升他们的医术医德，共同打造我院的中医药特色品牌。

养成读书习惯，重视单、验方的搜集。“天才就是勤奋，知识在于积累”（吴晗），希望各位学医者要多读书，尤其当下是信息时代，循证医学介绍多，挤点时间读书非常必要。我想每天读点书，起

码不落后，不当权威也是个行家里手。一个人的记忆总是有限的，所以要养成记读书笔记的习惯，遇有好文章、好方子、好的疗法，记一下，“书到用时方恨少”，说不定什么时候用得上。你用得有效，就是你的经验，你的本钱钱了。

作为一个医生，知识面要广一点。作为一名内科医生，最好要旁通一点其他科的知识。几年前有一个农民从赣榆来找我，看皮肤顽固瘙痒，我给他开了五剂“乌蛇驱风汤”，是北京中医院朱仁康老中医的方剂，服后效果很好。“单方一味，气死名医”。有人说，单方、验方是中医药宝库里的“金子”，北京著名老中医赵锡武说：“专病专方是经实践认识，再经实践证明，再实践，多次反复之结晶，而较一病多方更为可贵”。一些全国知名的老中

医常有一、二张或数张好方子，验之临床，确有疗效。《名医方录》中有些好方子，可供参改。

要重视医嘱。对每个病人要有医嘱，如教初诊病人怎么煎中药，以传统煎滋补药的方法来煎服“银翘散”，肯定没有什么效果，一些易挥发的成分早已煎没了。还有怎么服药，什么时间服药最好。如服“镇心安神汤”，最好在下午 4 时和晚上 8 时效果好。还有饮食忌宜，胃炎的病人不宜饮冷或食辛辣及烟酒，要懂相关保健知识。对于不识字的农民，让他把药拿来当面交代服法，这些既关系到治疗效果，也是沟通医患的重要方法之一。

多临床、多实践，正确对待中西两种医疗体系。一位医学家说：“医学在西方一般是与科学、技术相提并论的，互不隶

属。因为医学既包括理论，又充满技术因素，而且很多是要凭经验的，哪一类也包含不了。”这就是说明学医要多实践、多临床。中医有句古话叫“熟读王叔和，不如临证多”，教科书上一个病写的很多，不易记，但当你临床上处理过一个病人时，你就记清楚了。如急性左心衰的粉红色泡沫痰、急性有机磷农药中毒的肌纤维颤动，只要看过一次，可以终身不忘。所以医生要尽可能地多接触病人，增加自己的感性知识，再加上看看书，进步就比较快。

最后说：正确对待中西医两种治疗体系。山东中医药大学终身教授张灿甲撰文说：“中医文化是中国传统文化缩影”。由于历史原因，肯定不是十全十美，但也不要矫枉过正，否定中医，取消中医。作为现代中医，也要采取开放的态度，不断吸取现代医学新知，两种医学知识在实践中磨合，探索，使我们成为学贯中西，博古通今，做到古为今用，洋为中用的现代中医师。

（作者为市中医院肾病专家 省名中医 全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师）

荣誉榜

2011 年以来，我院各党支部和广大共产党员在院党委的领导下，以开展创先争优活动为载体，紧紧围绕医院中心工作，与时俱进，开拓创新，在加强基层党组织建设，发挥党员先锋模范作用，推进医院快速发展中，做出了显著成绩。院党委号召全体职工向先进党组织和优秀共产党员学习，紧紧围绕医院“三甲复评”工作重点，以高昂的精神风貌，务实的工作作风，积极投身到医院的改革与发展中，为医院又好又快发展，取得更大成效而努力奋斗。

一、市卫生系统先进基层党组织

外科党支部

二、市卫生系统优秀共产党员

李德勤、高元元、张连超、许开喜、沈凤燕、张 玲、陈 燕、申永涛

三、市中医院先进基层党组织

机关党支部、医技党支部

四、市中医院优秀共产党员

江 文、李洪琴、李乐军、蒋 娟、

张加荣、包 敏、石焕玉、徐加红、李祥永、王丽英、许海英、杨晓明、黄永斌、刘怀莹、嵇晓东、张旭伟

五、市中医院党员示范岗

高压氧科、十二病区、五病区、门诊护理组、手术室

庆祝建党91周年总结表彰暨民主评议政风行风工作动员大会



优秀共产党员代表

美国圣约瑟夫医学医疗中心施炯博士访问我院

应我院脑病科主任李乐军博士邀请，美国圣约瑟夫医学医疗中心施炯



施炯（右）在脑病科讲座

博士于 7 月 13、14 两日访问我院。市卫生局党委书记、市中医院院长周炜代表医院对施博士的到来表示热烈的欢迎和衷心的感谢。周书记简要介绍了我院的基本情况，并希望在实验室建设、人才培养以及远程会诊等方面得到施博士的指导并开展合作。在脑病科，施博士参与了教学查房工

作，并就多个疑难病例的诊疗给予指导。施博士还在该科开展科内讲座，介绍神经科学最新前沿知识并对科内医生所提出的问题作出一一解答。

【施炯博士简历】施炯博士现为美国圣约瑟夫医学医疗中心神经内科痴呆临床专业组主任并兼任认知功能恢复实验室主任。主要从事痴呆及认知功能恢复等领域的医学研究和临床诊疗工作，取得多项重要研究成果。在该领域获得较高学术声誉，现已成为美国神经科学学会委员和欧洲神经科学学会委员，在《新英格兰医学杂志》等国际著名医学期刊发表论文 40 余篇。（顾 豪）

该药是根据市名中医、我院肛肠科主任陆建良多年临床经验总结而成，主要成分是黄柏、地榆、荆芥、防风、枳壳、大黄、芒硝、川花椒等组成。功效主要是消肿止痛，用于痔疮肿痛和肛门术后出现的水肿、疼痛、感染等并发症，该药的特点是在中医辨证论治的基础上，结合现代中药学研究成果研制而成。

名药介绍——消炎止痛液

该药重用川花椒，因为花椒的有效成分花椒油具有表面麻醉镇痛的作用；同时重用芒硝，取芒硝的高渗溶液具有吸收水分的作用。同时使用黄柏、

大黄、枳壳等具有抑菌杀菌的作用。该药在 1995 年开始临床试验，1998 年总结并申请制成院内制剂，应用于临床，收到了良好的效果。（江文）

便秘患者的福音

肛肠科引进开展两项新疗法

今年，肛肠科根据科室发展和病人的需求，引进了治疗便秘的生物反馈疗法和以治疗、养生、保健为一体的洗肠疗法两项新技术，进一步扩大了科室的影响力。

生物反馈疗法

适应症。盆底生物反馈是一项崭新的技术，其采用表面肌电系统及水灌注间接测压系统、固态测压系统等，运用视觉或听觉反馈促使患者形成正确的排便和排尿方式。盆底生物反馈治疗的主要疾病包括：慢性便秘、大便失禁、肠易激综合征、肌性盆底痛、尿失禁等。对于出口梗阻性便秘的治疗，盆底生物反馈已成为目前的首选疗法。

治疗方法。首先对患者的病情进行全面评估，其次针对不同患者，制定个体化的治疗方案。运用生物反馈治疗仪，通过收缩放松训练加强盆底肌收缩功能，改善括约肌的协调性，提高盆底肌张力及耐疲劳性，同时采用高频电刺激和触发点刺激训练提高患者直肠敏感性。

洗肠疗法

治疗便秘。洗肠疗法通过肠道水疗仪，将长期累积在肠内壁上的废物软化、稀释，刺激结肠以引起收缩反应，将已稀释、软化的粪便排出，把肠内长期积滞的各种腐烂物质和寄生虫冲洗干净，排出体外。该方法可治疗便秘，帮助排出肠道内的干结大便，并可预防结肠癌，同时还可用于外科手术前的肠道准备及术后肠道功能的早期恢复等。

养生、保健于一体。洗肠疗法通过肠道水疗仪，把 38 摄氏度左右的过滤纯净水用 0.1 个大气压从肛门输入直肠，对肠道进行分段冲洗，把肠内宿便排出体外。该疗法可帮助人体轻松舒适地排空粪便，减少肠道内毒素的吸收，有利于疾病的预防，将预防、养生与保健结为一体，成为当代人排毒、养颜、健身、减肥的一种新选择。（张春霞 作者为肛肠科研究生）

脑病科科研成果斐然

我院脑病科自 1994 年成立以来，不断提高科研能力，推进了科室的快速发展。完成省级课题 6 项，市级课题 6 项，市卫生局课题 11 项，参与国家十一五科技支撑计划 2 项、国家 973 计划 2 项、科技部“重大新药创制”科技专项 1 项、卫生部卫生公益性行业科研项目 1 项。

目前，有在研省中医药局课题 4 项、市科技局课题 1 项、市卫生局课题 5 项。共获江苏省科学技术进步三等奖 1 项，连云港市科学技术进步奖二等奖 2 项，获连云港市科学技术进步三等奖 5 项，获连云港市新技术引进奖三等奖 3 项。近年来，科室共发表医学论文 136 篇，其中 SCI 论文 2 篇，中文核心期刊 21 篇。（李乐军 马先军）

医乃仁术

【编者按】 为进一步提升员工素质，增强员工的服务意识和团队协作精神，努力建设一支“政治坚定、业务精通、清正廉洁、作风优良”的优秀白衣战士队伍，院党委、院工会在全院开展了首届“十佳员工”评选活动。本报陆续报道各科室推荐的候选人事迹。

无影灯下的守护者——沈凤燕

没有轰轰烈烈的事业，她却在平凡的岗位上用爱心诠释着“救死扶伤”的内涵，她就是手术室护士长——沈凤燕。

她从事护理事业 28 年，在手术室工作了近 20 年。她以身作则，每天总是科内第一个到、最后一个离开，一天连续工作十几个小时是常有的事。只要病人需要，不分昼夜，她随叫随到，积极配合医生、麻醉师抢救病患。遇到重大抢救她总是抢在前、想在前、冲在前，做好手术前的各项工作以及手术中的巡视检查，做好“战前”的一切准备，为手术的顺利开展提供了坚实的支撑。

在做好日常工作同时，沈护士长还带领科室人员不断强化优质护理服务、加强制度规范落实、搞好科研创新、不断学习和引进护理新技术。为手术患者提供高效优质服务，使许许多多危重病人获得了第二次生命。沈护士长还积极参与社会公益事业，汶川地震捐款、玉树地震捐款、对口支援捐款、无偿献血……只要是公益的场所，我们总是能看到她的身影。

“无影灯下的守望”是对每一位的患者康复的追求，也是沈凤燕护士长对工作的精益求精和孜孜不倦的态度。一分耕耘一份收获，她相继荣获了省百名优质护理服务标兵、市优秀共产党员、市卫生系统优秀护士等一系列荣誉称号。

心系病人的好医生——陈隐漪

在科室人员紧张的情况下，带病坚持工作。为了抢救危重病人，她曾连续两天两夜守在病房……她就是脑病科副主任陈隐漪。

有一次在查房中，她突然接到通知，急诊送进来一个危重病人，她带着另外一个医生赶了过去。在抢救病人过程中，她的手机响了起来：她儿子在上体育课时不小心小腿骨骨折，已经在医院骨科门诊了。怎么办？一边是病人，一边是自己的儿子，她告诉儿子再等等。等她把病人检查完，下了医嘱以后，才赶去看儿子，此时儿子已经由护士长带着在骨科进行了处置。看着儿子还挂在脸上的泪珠，她内疚极了，但是她明白，此时她别无选择，因为她的`心里装着病人。

一次晚间查房的时候，她发现一个病人裤子上沾满了大便。她赶紧喊来值班的护士，一起把病人的裤子脱下，并打来热水帮他清洗身上的粪便。刚安顿好，家人回来了，很是感激的说：“真的没想到，陈主任不嫌脏，连我们自己家人有时候都会嫌的，太感谢了！”

就是这样一位时刻心系病人的好医生，先后被评为医院先进个人、市卫生系统优秀共产党员；在科研上获得市新技术引进奖、市科技进步奖等殊荣。

急诊患者的贴心人——刁井地

他很和善，目光中透露出坚毅与自信；他很执着，在自己的岗位上默默的坚守与奉献。白衣天使，仁爱之心——他就是市中医院急诊 ICU 主任刁井地。

刁井地主任在急诊急救领域，不仅技术全面、娴熟，而且服务周到、细致，深得同行和病人的肯定与赞许。无论是接诊平常病人，还是抢救急危重病人，刁井地主任都想在前、做在前。遇到急救病人，他是随时叫随到；休息日和节假日，医院里经常出现他的身影；科室人员少，工作起来“连轴转”更是平常事。

自从选择了从医这个职业，刁井地就这样要求自己：作为一名医者，必须不断提高技术水平，千方百计为病人解除痛苦。他时常说：“作为一名医务人员，在和病人交流时亲近一点，把病情解释的清楚一点，回答疑问时耐心一点，病人有困难时能够力所能及帮助一点，所有这些只不过多花一点点时间而已，但对于病人而言，换回的可能就是健康乃至生命。”透过这些质朴的话语，折射出他对工作的执着，对病人的无私；在他的心目中，病人的利益永远放在第一位。正是这样，他在自己的岗位上，以一位普通医生的仁爱之心，以精湛的医术和高尚的医德，默默地耕耘和无私地奉献着。

(顾 豪)

做一名爱心男护士 (摘录)

——市中医院“5.12”护理征文选登

我和其他男护士一样，起初学护理并不是我的本意，高考填报志愿的时候家人大都反对，认为一个男孩子粗粗莽莽干不了那些细活，但当时本科毕业生多，就业压力大，再加上男护士好就业的时情，我勉强的选择了护理专业。

带着一种不自信和疑惑走进了大学的校门。刚上大学那会，我不止一次的找辅导员，跑教务处要求转专业，但都没能成功。我记得后来之所以心能渐渐安定下来是教室的墙上有个牌子写着一则护士誓言。“我宣誓：以救死扶伤、防病治病，实行社会主义的人道主义，全心全意为人民服务为宗旨，履行护士的天职……”每次在教室学习累了的时候抬头看看窗外，埋头读书之前我总会细细斟酌一下上面的每一个字，慢慢的理解了其中的含义，并且随着专业课的学习，也对护理事业充满了一种敬仰和神圣感。

2010 年毕业以后，如当初所愿我顺利的找到了工作，并且一干就是两年。两年来的确遇到过很多的不便，护理操作时被女病人拒绝，多少次被病人家属问起大男生怎么学护理，甚至操作中不被配合的病人动手打过，因此我曾退缩，信念也动摇过。但一想起当年教室墙上那则誓言：用我的真心、爱心去对待我所护理的每一个病人，我又重新振奋起来。护士长也多次鼓励我，压力一定会有，要把握好自己的角色，发挥优势，做病人喜欢的男护士！随着工作经验的积累，我逐渐的认识到爱心在护理工作的重要性。与患者面对面心连心的交流，化解他们对我一个男孩子的怀疑和不信任的态度，工作中减少了很多不必要的麻烦。

我们知道，一位身患疾病、带着焦虑与恐惧的心理走进医院的病人，他首先是多么渴望能得到医务人员重视和关爱啊！就像是冬日里的阳光，使寒冷的人们感受到人间的温暖；像是一股流淌在心头的泉水，使沉浸在痛苦中的人们感到人间的甘甜；这无疑就是一味难得的良药。当你带着这份关爱和真心接待他时，有哪一个病人还会顾忌性别的不便，又有哪一个病人还能不敞开心了和你交谈。

荷兰画家梵高曾经说过：爱之花常开的地方，生命便能欣欣向荣。我愿意在这平凡又美丽的岗位上，做一个有爱心有责任心的男护士，不但要以男性特有的优势被病人接受还要被喜欢，用我的爱心去抚平病人躯体和心灵的伤痛，为之生命保驾护航；用微笑的脸庞化解病人的烦恼和焦虑，为之建立一座通往健康的桥梁。

(脑病科 邵长远)

感谢信选登

她是一位好医生

市中医院：

这是一封迟到的感谢信。感谢的是贵院杨菊医生，是她治好了我不孕症。现在孩子已经 5 个月了，长的活泼可爱。我一直在犹豫是否需要用“感谢信”这样的“老套”的形式来表达我和我们全家对贵院杨菊医生的感激之情，一度以为只要真诚地对杨医生说声感谢就足够了。但是，想到杨菊医生对工作的尽心尽职，对病人照顾的无微不至，对每位病人的耐心、细心，我觉得杨医生的精湛的医术如果不为认知，高尚的医德如果得不到彰扬，是否也是对善的淹没，甚至也是我的一个过错？

在遇到杨菊医生之前，我已经走过近 10 年的艰辛求医之路，就在我快要绝望之际，经其他患者介绍，我认识了杨医生。杨医生给我做了全面检查后，对我说的第一句话就是：我对治好你的病很有信心！以后的每次诊疗，杨医生都会面带笑容，坚定地对我说这句话。这样一句简单但鼓舞人心的话语一直伴随着我走过治疗的全过程，给我带来莫大的鼓舞，使我充满信心积极配合治疗。

杨医生对病人的细心、耐心也给我留下深刻的印象。每次诊疗，她都会给我细致地讲解病因，对开出的药方也逐一讲解作用原理，对我遇到的每个疑问，更是会耐心细致地进行解答。或许在外人看来，杨医生的事迹再平凡不过，我所经历的事情也再普通不过。但是，在当前这个社会大环境中，杨医生为众多像我这样的濒于绝望的普通人带来了希望，使我们对医生有了更多的理解与认识，往大里说，也是促进了医患关系的和谐，为和谐社会的建设做出了贡献。

在此，请允许我再一次表达对杨菊医生的感激之情，祝愿杨医生工作顺利、家庭幸福，希望杨医生的精湛的医术、高尚的医德能得以广泛弘扬，祝愿贵院越办越好，成为人民更加满意的医院！

宋连平
2012 年 6 月 14 日



市中医院杏林苑一角

“缘·我与中医中药”征文选登

我爱中医中药

亲爱的朋友，中医中药是中华民族的传统文`化，是我国国粹。闪亮的银针、灵巧的推拿、浓郁的药香，还有传统的食疗、健身、养性之方，都在造福我们的社会，改变我们的生活。请您拿起笔或敲击键盘，把您与中医中药的亲密接触，对中医中药的切身感受，诉诸文字，娓娓道来。文体不限，要求内容真实。请投稿至：市中医院办公室 顾豪：QQ：2587355836。并附作者姓名、简介、工作单位、联系方式。

我自小体弱多病，30 岁左右就患有严重的神经衰弱、慢性乙肝。我现已过天命之年，几十年来，一直与病难相伴着，抗争着。在长期的求医问药过程中，我深切地体会到中医中药的无穷魅力和神奇疗效。

20 年前，在机关的一次体检中，我被查出是乙肝病毒携带者。医生说，不用吃

药打针，注意保养身体。几年后，肝功能开始不正常，大三阳，转氨酶升高。几经治疗，时好时坏，反反复复，变成了慢性乙肝。当时我正值壮年，但被肝病折磨得非常痛苦，严重影响工作学习和家庭生活。经人介绍，苏州吴中中医研究所老中医杨企震擅长治疗慢性乙肝。1998 年秋，我专程去苏州请杨老先生诊治。那时杨老已 70 多岁，但精神矍铄，思维敏捷。他仔细询问我的病情，每一个细节都问得很清楚，他在开方时，反复推敲、揣摩，足足用了半个小时。当时我正是乙肝发作期，茶饭不思，浑身无力，失眠多梦，腰酸膝软。我吃了第一付方剂后，就有些想吃饭了，十付药吃完，上述诸症基本消失了。一个月后我去检查肝功能，全部正常。我一直坚持服用杨老的中药 3 年多，乙肝大三阳变成了小三阳，这期间肝病也没有复发。

由于工作原因，我身体长期出现疲劳乏力、纳呆腹胀、口干口苦、手心发热等症

状，多方求治，效果不大。我抱着试试看的心里，去中医院找丰广魁副院长诊治。他仔细为我把脉、看舌苔，询问病史。他认为，我的症状表面上看是阴虚，而实质上是阳虚。他高人一筹，令我十分敬佩。多年来，其他医生和我本人一直认为自己属于阳虚体质。丰院长第一次辩证地诊断出我阳虚甚于阴虚，从而标本兼治，对症下药。他给我开七付中药，吃了三付就见效了，后来又陆续吃了半年中药，诸病消失，身体好转，人也精神了，面色红润了。

有些人觉得中医中药治病见效慢，不如西药来得快，其实这是一种偏见和误区。事实上，中医中药治病有着神速的疗效。我曾经有一个时期老是发低烧，吃西药或打吊针也不见效果。后来，我请市中医院老院长赵化南治疗，他给我开了 3 付中药，吃了 2 付就好了。从此以后，我再也没有出现发低烧的现象。还有一次，我得了感冒，请耳鼻喉科专家宋长新医生开了几付药，吃了以后，感冒完全好了。如果用西医药治疗感冒，可能需要一周甚至半个月。宋医生治疗耳鼻喉方面的疾病，更是驾轻就熟，一般两三付中药就解决问题了。

(河江源 作者为我市某机关干部)

冬病夏治——增强体质

中药穴位贴敷疗法是中医特色疗法。我院自 1987 年开始，在夏季三伏天运用中药穴位贴敷疗法防治慢性支气管炎、支气管哮喘、脾胃虚寒等症取得了非常满意的效果，深受广大患者的欢迎。今年三伏将至，我院将继续开展“冬病夏治”穴位贴敷。

初伏:7 月 18 日;中伏:7 月 28 日;末伏:8 月 7 日。

咨询电话: 85407197、85574088、85574132。

“冬病夏治”是我国中医药治病特色疗法之一，“冬病”指某些好发于冬季,或在冬季加重的疾病,“夏治”指这些疾病在夏季缓解,趁“虚”而治的季节性疗法,这是中医“春夏养阳”养生原则的体现,就

《内经》云：“圣人春夏养阳，秋冬养阴以从其根”，其意是指懂得养生之道的人，能顺从四时阴阳变化这个万物的根本，在春夏之季，注意调养人体的阳气，在秋冬之季注意调养上藏之气，调养人体的阴精，使人与自然界万物一样，生存于四时阴阳变化的环境之中，维持着正常的生长发育的规律。

夏季是一年中气温最高的季节，是自然界中阳气旺盛的季节，而“三伏”天更是自然界四时中气候最炎热、阳气最旺盛的阶段，人体腠理开泄，这是顺势就势，摄取阳气，是温阳气，驱散内伏寒邪的最佳时节。

“天灸”是一种发泡疗法，即是用一些对皮肤有刺激性，使局部皮肤充血、起泡，甚至引起发泡的药物敷贴于穴位处的一种外治法。因局部发泡如火燎，形成灸疱，又名“发泡灸”，这种灸疱的情形和艾灸疗法形成的疱有相似之处，但它是不用艾绒及其他材料为热源的施灸方法，又称为冷灸。

“冬病夏治”是具有中医特色的一种传统疗法，是中医学“天人相应”与“治未病”思想的体现。三伏天阳气强盛，阴寒之气顿消，在此季节治疗“冬病”，可以乘伏天阳气旺盛之气，祛除体内沉痾之寒邪宿疾，还可以有助于亏损阳气的培补，还能更好地发挥中药的疗效达到预防“冬病”发作或彻底铲除病根，从而减轻，治愈沉疾。“天灸”通过人体穴位给予温把刺激，以达到温通经络，调和阴阳、调和气血，健脾养胃，活血化瘀，行气散结、祛痰，解痉平喘的调整脏腑功能的作用。现代研究表明三伏天“天灸”能增强机体细胞免疫的功能，并提高皮质醇，抑制机体的过敏状态，降低呼吸道的高反应性，从而起效。

“天灸”疗法，一般适用于中医辨证为“阳气不足，阴寒较重”的病症，如慢支哮喘、过敏性鼻炎，消化系统虚寒性胃炎、肠炎，妇科寒性痛经、坐月伤寒寒等症。“天灸”所用中药大多为药力峻猛，气味浓厚、芳香走窜，温热气锐之品如白芥子、冰片、斑蝥，对皮肤有强烈的刺激作用，故孕妇、肺结核、支气管扩张、恶性肿瘤、发烧、急性咽喉炎、黄疸、咯血、强过敏体质的患者要慎用或禁用。

（杨正明 市中医院副主任中医师 健康咨询电话:85574155）

是利用夏季“天”、“人”阳气两旺之季补充人体阳气,调整人体的阴阳平衡,使一些宿疾得以治愈的防治疾病的方法。

“冬病夏治”方法很多，有内服中药，穴位敷贴、注射，刮痧法，拔罐法等等。三伏天敷贴疗法是应用最为广泛的手段之一。因为夏季的“三伏”是一年中阳气最旺盛的时期，此时阳气宣发，气血旺于体表，毛孔开泄，便于药物渗入皮肤、穴位，以达到调节脏腑，温通阳气、祛散伏痰的目的。

“冬病夏治”适用于所有阳气不足、肺气虚弱及虚寒疼痛和一些免疫功能低下类的疾病，如慢性支气管炎、支气管哮喘、反复呼吸道感染、风湿与类风湿性关节炎、老年畏寒症、冻疮等；特别是对寒冷天气经常感冒、咳嗽的病人，尤其哮喘的儿童效果较好。但敷贴也不是人人合

适。热性病不宜“冬病夏治”。三伏天阳气最充足，“冬病夏治”是借助天地间的阳气扶助人体的阳气化痰祛邪的最佳时机。贴敷时间是夏令三伏，即每年的初、中、末伏治疗三~四次，每次 2-6 个小时，连续外敷三年为宜。

“冬病夏治”虽然副作用小，但孕妇、有危重疾病之人、对药物过敏的者、皮肤过敏者、皮肤长有疱疹以及皮肤有破损者都不宜敷贴；疾病发作期(如发烧、哮喘发作等)的病人也不宜敷贴；敷贴期间应忌食生冷、油腻、辛辣之品，不宜剧烈运动，也不宜留在空调房间及顶风吹电扇，最好是在自然通风的地方，以免寒气入侵，影响“冬病夏治”的效果。

（丰广魁 中医博士 市名中医 市中医院副院长 主任中医师 健康咨询电话: 85574088）



“冬病夏治”是根据中医“内病外治”和“春夏养阳”的原则，在夏天来临的时候，对人体的穴位进行的一系列治疗，“冬病”指在秋冬季发作或加重的疾病。夏季是一种最炎热的时候，由于“天人相应”，此时人体阳气发泄，气血趋于体表，皮肤松弛，毛孔张开，在穴位上敷贴的药物易于作用于穴位、渗透皮肤、疏通经络、调节脏腑，所以在“三伏天”开展冬病夏治、穴位敷贴的疗法，对疾病的预防和治疗起到事半功倍的效果，也是中医“治未病”具体思想的体现。

儿童疾病，绝大多数是呼吸系统疾

随着伏天到来，传统的“冬病夏治”吸引着越来越多的患者前来咨询就诊。其实际常见的呼吸科疾病治疗外，还是改善身体状况的好时机，可借助高温天除去体内因风寒导致的“寒症”。

什么是虚寒体质。虚寒体质是指具有抑制、偏寒、多静等特征的体质类型。体质特征为：形体适中或偏胖，但较弱，容易疲劳；面色偏白而欠华；食量较小，消化功能一般；平时畏寒喜热，或体温偏低；唇舌偏白偏淡，脉多迟缓；性格内向，喜静少动；精力偏弱，动作迟缓，反应较慢，性欲偏弱。

具有这种体质特征的人，对寒、湿等阴邪的易感性较强，受邪发病后多表现为寒证、虚证；表证易传里或直中内脏；冬天易生冻疮；内伤杂病多见阴盛、

冬病夏治更适合儿童

病，如上呼吸道感染、急性支气管炎、儿童哮喘、急性扁桃体炎、过敏性鼻炎、反复呼吸道感染等。以上疾病的发病特点，都呈现出冬季发病次数明显高于其他季节，而且儿童所患疾病，绝大多数以功能异常为主，很少进入不可逆的器质性病变阶段。小儿又处于不断生长发育过程，具有很好的可塑性，在患病早期，即给予积极干预治疗，对于减少发

阳虚之证；容易发生湿滞、水肿、痰饮、瘀血等病症。由于本类体质者阳气偏弱，长期发展，易致阳气虚弱，脏腑机能偏弱，水湿内生，从而形成临床常见的阳虚、痰湿、水饮等病理性质。

夏天不可轻视寒症。随着气温转暖，

像哮喘等一些冬天容易发作的病症，夏季病情缓解，患者就开始“轻敌”，不再医治及预防。这类病多为风、寒、湿、热之邪侵袭所致。利用夏季气温高，机体阳气充沛的有利时机，加以调治，有利于达到减轻病症、恢复健康的目的。

夏天来了，又到了“冬病夏治”时节，现在人们普遍了解“冬病夏治”可以治疗哮喘、支气管炎、虚寒性胃痛、冻疮等病。但是“冬病夏治”的特色疗法还可以治疗女子痛经，也许很多人还不知道。

痛经是指经期前后或行经期间，出现下腹部痉挛性疼痛，并有全身不适，严重者影响日常生活。虽然痛经并非典型的“冬病”，但是多数痛经好发于经期涉冷饮冷，并有遇寒加剧，得热痛减的特点，且多见于虚寒体质的患者。“冬病夏治”利用夏季三伏天气温高，机体阳气充沛，肌肤腠理开泄，此时在人体上选穴敷贴，药物容易由皮肤渗入穴位经络，鼓舞正气，通过经络气穴直达病处，起到驱逐寒邪、痰饮和瘀血，疏通经络、活血通脉、温经散寒等作用。因此，“冬病夏治”对寒湿内阻，气血淤滞型的痛经非常适合。其方法是在患者的下腹部和腰骶部选 6-8 个穴位，在每个穴位处贴敷直径 1.5cm 左右伏灸膏，每次贴 4-6 个小时，每 10 天 1 次，共贴敷了 3-4 次。

痛经的疼痛部位在小腹，药物在局部近距离发挥作用更容易被吸收，作用更直接。另外，药物刺激穴位，可使穴位发挥良性、双向的调节作用。药物、穴位共同作用，产生疏经通络、理气活血的功效，从而使盆腔内组织器官气血畅通，经畅通消，痛经自然缓解。有痛经的女性朋友不妨来试试中医传统的“冬病夏治”。

（潘捷 市名中医 市中医院主任中医师 健康咨询电话:13056091300）

痛经试试冬病夏治

病次数、截断疾病发展过程有明显优势。另外，小儿肌肤薄弱、脏气清灵，药物容易透过角质层和表皮，而被真皮层的毛细血管及皮肤附属器吸收而发挥作用，也更容易通过体表穴位吸收和经络传导使药效得到放大，疗效更佳，所以说冬病夏治疗法更适合于儿童。（殷勤 市中医院儿科主任 主任中医师 健康咨询电话: 15305130602）

中药穴位贴敷可使阳气更旺，通过经络调整全身阴阳气血，并为肌体储备阳气。阳气充足则疾病好发季节不易被外邪所伤。

女性寒甚，伏天驱寒。不少年轻女性，总是喜薄透，但一摸手儿，三伏天还冷冰冰的，这是体内寒气太甚。盛夏来临，哮喘、鼻炎、上呼吸道感染、手脚冰凉等很多由风寒引起的病症有所减轻，若此时放松治疗，冬季仍会继续发作，并会越来越严重。趁着高温天，从治疗到生活护理“全面出击”，祛除寒气。“冬病夏治”常用的方法除了穴位贴敷还包括伏天里针灸、拔火罐、按摩、理疗、服中药、食疗等。三伏天做这些治疗，往往可收到事半功倍的效果。

（石岫岩 中医博士 市中医院副主任中医师 健康咨询电话: 85574637）

