

市中醫院報

LIANYUNGANG CHINESE MEDICINE HOSPITAL NEWS

连云港市中医院
南京中医药大学连云港附属医院 主办

第5期 总第30期
2014年10月22日(内部发行)

三十年心怀感恩再启程

三十年辛勤耕耘，始于感恩之心，坚守责任
三十年跨越发展，勇于回报之行，成就未来

我院隆重召开

庆祝建院三十周年暨科技大会

三十载沧桑砺洗，春华秋实；三十载大医精诚，薪火相承。2014年9月28日上午，我院在16楼多功能厅隆重召开庆祝建院三十周年暨科技大会。大会秉承“感恩与回报”主题，共分为“发展篇、成果篇、感恩篇”三个篇章，院领导李秀连、李建军、杨爽先后主持大会。

市委常委、宣传部长、市政府党组成员滕雯，南京中医药大学副校长段金廛，南京中医药大学第一临床医学院院长、江苏省中医院副院长汪悦，南京医科大学康达学院副院长李洪兵，市科技局局长李莉，市卫生局党委书记周炜、副局长董青、陈志，以及来自市中医药发展集团、市中医院集团，市直医疗卫生机构，赣榆区、东海县、灌云县、灌南县人民医院等领导和嘉宾出席庆祝大会。我院历届领导班子成员、老专家代表、离退休人员代表、职工代表参加庆祝大会。

滕雯部长代表市委、市政府对我院三



医院历届领导班子和老专家代表与嘉宾合影

十周年华诞表示祝贺，对三十年来所取得的科技成就给予充分肯定，并对我院三十年来为港城卫生事业和中医药事业所作出的突出贡献表示感谢。滕雯部长希望我院

以科技创新为动力，进一步加强内涵建设，强化基础管理；努力继承发展中医药特色和优势，加速中医药人才培养和学科建设；继续强化行风和职业道德建设，努

力塑造作风优良、技术精湛、服务优质的良好医院形象，为建设和谐港城、健康港城做出更大的贡献。滕雯部长还为全国名老中医药传承工作室指导老师、南京中医药大学博士生导师、江苏省名中医赵化南颁发了“医院人才建设特别贡献奖”。

南京中医药大学副校长段金廛为周克振、丰广魁、李乐军、张旭伟等省级名老中医药专家继承指导老师及南京中医药大学硕士研究生导师颁奖。南京中医药大学副校长段金廛和市卫生局党委书记周炜为南京中医药大学连云港校友会揭牌。南京中医药大学副校长段金廛，市卫生局党委书记周炜，院长李秀连，省名中医赵化南，连云港中医药职业学院校长顾强，连云港康缘医药商业有限公司董事长杨寅等领导，为连云港市中医院中医药发展基金会和赵化南青年科技基金会成立共同按动启动球。

(下转第3版)

我院代表队在市护理技能竞赛中荣获佳绩

日前，在市政府、市总工会、市卫生局、市护理学会联合开展的“连云港市护理技能大赛”活动中，我院代表队囊括了包括团体一等奖、个人全能第四名、第五名、第六名的4项奖项。派出的三位选手刘静、李丹、孙姗姗均获得市人社局授予的“市技能标兵”荣誉称号。

本次技能大赛由市直医疗机构7支代表队、县区6支代表队共13支代表队39名选手参赛，竞赛包括理论知识考核和技能操作两个部分，理论知识考核采取闭卷笔试的形式，随后进行技能操作的比赛，分别是外周静脉输液（留置针）、心肺复苏（简易呼吸器）两项操作，由省、市级护理专家对竞赛项目进行现场打分，并最终角逐出个人和团体奖项。

我院护理部精心准备比赛，从病区到全院范围内层层推荐、考核、选拔护理优秀人才，最终决出刘静、李丹、孙姗姗3名选手。3名选手克服工作和家庭困难，放弃节假日休息，从护理理论知识、操作技能以及仪表形态精神面貌等方面进入强化训练。在9月份举办的全市中医医院集团第二届“中医护理知识和技能竞赛”活动，3名选手不负众望，为我院摘取了团体一等奖和个人全能一、二等奖的好成绩。本次技能大赛取得佳绩是我院近年来注重护理学科建设，理论实践获得双赢的又一具体体现。

(护理部)

我院开展博士论坛和名医大讲堂活动

为庆祝建院三十周年，提升院内学术氛围，我院自9月3日起至9月22日开展了为期四周的《名医大讲堂和博士论坛》院内系列讲座活动，近三十名医学博士和省市名中医参与此次讲座活动，吸引了广大院内职工与市民的积极参与。

我院科教处在院内集中组织了博士论坛和名医讲座，医院省市名中医与医学博士参与这项活动中。讲座内容丰富多样，注重科技创新与发展、中医药特色优势发挥、医药体制改革、医药新进展等方面。在此基础上，宣传处开

展了名医大讲堂外巡讲和健康义诊活动，按照南京中医药六十周年校庆统一部署集中开展了宣讲和义诊活动，将中医文化与知识带出院外，走进社区、学校、机关，先后到浦南镇、苍梧中学、供电公司等10多个地方，普及中医健康知识，将“感恩与回报”做到真正落到实处、落实到基层，使人民群众近距离感受中医药，让社会更多的认知中医药、享用中医药。

此次博士论坛和名医大讲堂活动共吸引医院职工参与人数近千人次，社区、企事

业听众近二千人。讲座内容丰富，主题新颖，充分显示了院庞大的人才队伍，体现了科教兴院、人才强院的立院之本；传承与弘扬中医药文化，推动了医院快速发展，获得了院领导的大力支持，受到职工与市民的广泛赞扬和充分肯定，活动取得了圆满成功。

(刘萍思坦)



博士生导师赵化南中医讲座

工作简报

——9月15日，市卫生局应急办主任李洪洪和紫金保险连云港中心支公司总经理李树军一行三人莅临我院，代表省卫生厅授予我院“江苏省道路交通救助基金服务示范医院”称号。院党委书记李建军参加授牌仪式，双方就如何进一步做好道路交通救助基金服务工作进行了沟通和交流。自2011年起，我院道路交通事故社会救助基金累计发生40余件，总额120余万元。

(财务处)

——9月23日下午，我院在糖尿病科病人活动室组织召开了今年第三季度工休座谈会。监察室随机抽取了五号楼6个病区的12位住院患者及家属参加会议，大家在对我院服务态度、医疗水平和医德医风表示满意的同时也中肯地提出诸多改进意见。与会各职能部门表示将进一步把工作落到实处，力求提供更加优质高效的人性化服务，让更多的患者更加满意。

(监察室)

——9月25日，省中医药局专家组一行对我院赵化南全国名老中医药专家传承工作室建设项目进行评估，同时对第五批全国老中医药专家学术经验继承

中期检查进行督导检查。院党委书记李建军以及老专家赵化南参加检查。专家组通过听汇报、查台账、看现场，对我院的相关工作给予了充分肯定，并希望我院继续重视和支持老中医药专家学术经验继承工作，推动医院人才建设迈上新台阶。

(医务处)

——9月25日，我院针灸科祁红艳和妇产科朱霖云两名医师参加了南京中医药大学举办的附属医院教师教学竞赛。两位医师精神饱满，自然大方，用生动的语言展示了新颖的教学设计和丰富的教学内容，充分展现教学组织能力和教学风采，赢得了现场专家和学生的的一致好评，最终双双取得了二等奖的好成绩。

(科教处)

——昆山粉尘爆炸事件发生后，接到市卫生局统一救援指令，我院先后选派具有丰富烧伤疮疡临床经验的孟庆叶主任和重症监护实践经验的穆成云护士

赶赴昆山，对烧伤患者展开急救和重症监护工作。两位医务人员克服个人家庭、工作、生活上的困难，以精湛的医疗技术和良好的服务态度全身心投入到对外应急救援工作中，赢得了上级主管部门的一致认可。

(医务处 护理部)

——为庆祝我院建院三十周年暨南京中医药大学建校60周年，10月15日上午，我院在门诊大厅举办了专家义诊活动。来自内、外、妇、儿科的专家热情地为患者细心问诊，耐心指导，发送健康教育资料，普及中医药文化与知识。义诊过程秩序井然，共接受就诊咨询市民200余人次，放健康宣传材料300余份。

(宣传处 团委)

——10月17日是全国“扶贫日”，我院组织专家赴灌南县开展专家义诊活动。来自呼吸科、糖尿病科、骨伤科等多名专家来到灌南县新安镇敬老院，细心为100余名老人进行了心肺听诊、测血压等，并在强身保健、生活起居、医疗用药等方面给予了详细指导。我院还为敬老院赠送药品与医疗设备，受到了老人的热烈欢迎。

(宣传处)

美国 GE 3.0T 磁共振在我院临床使用

为了满足日益增多的病人检查需要,确保影像诊断质量,缩短诊疗时间,提高医疗质量,我院新引进目前世界上最先进的美国 GE 公司 Discovery MR750 3.0T 磁共振成像系统,经过一个多月的安装调试,日前正式投入临床使用。

磁共振具有良好的软组织分辨能力,能多方位和多参数成像,且没有电离辐射,对正常人体无危害。Discovery MR750 3.0T 是美国 GE 公司推出的全新一代顶级临床科研型磁共振成像系统,是目前 3.0T 核磁共振中的最高端机型,也是全球范围投入临床应用的最高端机型。它配有全套相控阵线圈和丰富的软件,能进行全身各部位的 MRI 检查,具有更高的图像质量、更丰富的检查序列、更快的检查时间;可以开展更多的检查方法,能为疾病早发现、早诊断、准确诊断提供更多的有价值信息,具有更宽广的临床应用前景。

MR750 独有的三维全脑不打药灌注成像以及多组分弥散成像等先进技术,能进行肿瘤早期预测和疗效评估,并且在骨骼、神经、血管、乳腺系统、全身肿瘤筛查方面具有明显优势。MR750 还拥有中空内冷梯度设计,使得在该机上可以实现业内最高梯度场强 50mT/m 和梯度切换率 200T/m/s,并且可以让梯度远离发热与失真,大幅度提升梯度保真性和精确性,从而提高扫描图像分辨率,减少图像变形。

近年来,我院设备添置档次不断提升,先后引进了美国 GE Brightspeed 16 排

螺旋 CT、德国西门子 Artis Z floor 落地式数字平板探测器血管造影系统(DSA)以及德国西门子双板悬吊式数字放射成像系统(DR)等一批先进医疗设备,为提高临床医疗水平、保障临床医疗安全,不断增强医院综合能力奠定了坚实基础。

(设备处)



我院引进的最新磁共振

为进一步发挥中医药特色优势,我院在全力打造专科、专家、专药的特色基础上,又增设和开设了肝胆脾胃、肾病、糖尿病等一批专病。看病按“病”不按“科”,这种全新的求诊路径为社会提供了优质的中医药服务。

我院自 2006 年设立了名医堂以来,不仅吸引了大批患者前来就诊,也成为医院对外交流,展示形象的窗口。为凸显中医特色诊疗,门诊部近期就专病开设开展了前期调研,对全院主治及以上人员进行了前期调研,有开诊意愿的人员共有四十余人,涉及普外、肛肠、泌尿、骨伤、妇科、神经内、心血管、肝胆脾胃、呼吸、肾病、糖尿病、肿瘤、皮肤、针灸及大五官等科室。专病门诊以推“专病、专医、专家、专技”为特点,突出中医特色,大力推广中药、院内制剂的使用,以彰显中医特色门诊的特点。

以往患者由于医学知识有限,一旦发生疾病较难在第一时间内到对应的专科进行诊疗,而一些病因多样的患者更不知去哪儿就医,专病门诊令这类病人一目了然。通过细分专科专病,使患者可方便地对号入座、择医就诊,从而优化了就诊流程,缩短了就诊时间。这种个性化治疗不仅进一步细化了临床诊疗服务,提升了服务质量,且“专家看专病”这种在最精熟的领域对患者进行一对一的规范化治疗与专项指导的形式,也让各个专科专病的医生专业特长定位更加明确,进一步提高临床诊疗质量。

(陈云)

我院肾病科和康复科通过市级临床重点专科评审

日前,从市卫生局获悉,经过一系列严格申报和评审程序,我院肾病科和康复科顺利通过市级临床重点专科评审。截止目前,我院已拥有 6 个市级临床重点专科,在全市中医行业处于领先地位。

我院肾病科始建于 1996 年,较早早在连云港市地区组建了肾病专科,同期开展了血液透析、腹膜透析工作。目前作为江苏省中医重点专科建设单位已建成包括病房、门诊、血液净化室、国家名

老中医工作室、医学教研室、肾友之家为一体的肾病治疗中心。科室现拥有博士生导师 1 名,在读博士 2 名;拥有血液透析机器、床边便携式彩超机、肾穿刺设备等一系列先进设备;熟练开展血液透析、腹膜透析、肾脏穿刺诊断技术,尤其在自身动静脉内瘘吻合手术方面已经达到省内先进水平。

康复科拥有包括康复门诊、病房、PT 治疗室、OT 治疗室、机器人治疗、语言室治疗室、情景模拟治疗室的一体

化康复治疗中心。科室目前配备有德国 Lokohelp 康复机器人等国内同行业先进水平设备,充分满足临床工作需要和患者康复功能训练需要。科主任陈丽萍主任医师为我市康复学科带头人,通过近二十年的努力,已经成为省内知名的康复医学专家,主持并参与了省、市级五项科研项目,其中获得市科技进步二等奖一项、三等奖三项,另外获得一项市引进技术二等奖。

(医务处)

康雍丸

【主要成份】黄芪、桂枝、赤芍、当归、羌活、水蛭、全蝎、地龙、冰片等。

【性状】本品为棕色至棕褐色浓缩丸,气微腥,味微苦。

【功能主治】益气活血、通络止痛,

特色制剂

主要用于中风恢复期后遗症气虚不足,患肢疼痛,言语不清,肢体的活动不利等。

【规格】每瓶装 60g

【用法用量】口服,一次 3-6g,一日 3 次。

镇颤舒胶囊

【主要成份】生白芍、钩藤、珍珠母、黄芪、当归、葛根、厚朴、川芎、僵蚕等。

【性状】本品为胶囊剂,内容物为棕褐色,气香,味苦。

【功能主治】柔肝缓痉,用于帕金森病及其它病证引起的震颤麻痹。

【规格】每粒装 0.45g *24 粒/瓶

【用法用量】口服,一次 4-6 粒,一日 3 次。

镇脑平肝丸

【主要成份】天麻、钩藤、怀牛膝、白附子、石决明、白蒺藜、僵蚕、制半夏、陈皮、枳实、全蝎、杜仲等。

【性状】本品为棕色至棕褐色浓缩丸,气微腥,味苦。

【功能主治】熄风化痰通经络。主治中风属风热淤阻者。

【规格】每瓶装 60g

【用法用量】口服,一次 3-6g,一日 3 次。

葛根定眩胶囊

【成份】葛根、桂枝、生白芍、炙甘草、僵蚕、羌活、川芎、钩藤、生姜。

【性状】本品为硬胶囊;内容物为棕褐色粉末,味微苦。

【功能主治】解肌和营,疏风定眩。主治太阳经不利所致颈项强痛、头痛、头晕目眩等。

【规格】每粒装 0.45g *36 粒/瓶。

【用法用量】口服,一次 4 粒,一日 3 次或遵医嘱。

杏林之星



李丹,脑病科一区护士。2009 年毕业于南京中医药大学涉外护理专业,并分配至我院工作至今。在工作中,李丹始终坚持一切以患者为中心的原则,突出人性化服务,让患者感受到家的温暖;理论知识上不断改进自我,完成了苏州大学研究生课程学习。一路走来,硕果累累:2010 年在院护理竞赛中获得个人全能奖、团体一等奖,同年被连云港中医药高职校评为优秀实习指导老师;2012 年获得市优秀团员称号;在市首届及第二届中医院集团护理知识和技能竞赛中均荣获一等奖,并代表我市参加江苏省中医护理知识和技能竞赛获得优秀奖;2014 年在全市护理技能大赛中荣获市技能标兵称号。李丹以自己的实际行动践行了一名护士的神圣职责,今后她仍将不断鞭策自己,在平凡的岗位上脚踏实地,无私奉献,以满腔热情、严谨态度和精湛技术,挥洒自己最闪亮的青春。

(护理部)

全市首期脑病中医康复护理专科护士培训班在我院举办

9 月 16 日上午,全市首期脑病中医康复护理专科护士培训班开班仪式在我院举行,副院长高慧、护理部主任沈凤燕出席开幕式。市专科护士培训基地负责人、老师及学员等近 30 人参加了开班典礼。

高慧副院长在讲话中肯定了我院市级专科护士培训基地建设工作,同时指出专科护士既是护理职业发展的需求,也是医疗行业的需求,更是社会的

需求,专科护士是做一个“真正”护士的起点。她鼓励学员们珍惜学习机会,通过培训进一步提高专科理论水平和临床操作能力,促进我市脑病中医康复护理水平更上一个新台阶。沈凤燕主任表示此次培训班将力求以最专业的师资、一流的教学资源、严格的教学管理为学员提供优质、高效的培训。

为满足临床工作需要,提升我市中医康复护理专科服务水平,强化专科护

理队伍建设,今年 8 月,我院脑病中医康复护理专科成功申报市级脑病中医康复护理专科护士培训基地。按照《2014 年连云港市专科护士培训招生简章》要求,我院于 8 月 27 日组织来自全市各家医院的护理骨干参加了面试,共有 9 名人员顺利通过。在之后 3 个月里,学员将在我院接受为期 1 个月理论学习和 2 个月临床实践,共同分享康复相关的专业知识和技能。

(护理部)

我院开设中医特色专病门诊

骨伤科手术再攀新高

日前,我院骨伤科杨骏医疗团队成功为一位九十岁高龄患者施行人工股骨颈骨折置换术,突显该科手术技术水平再攀新高。

患者于某为赣榆人士,今年已九十岁高龄。两年前,于某意外跌伤,造成右侧股骨颈骨折,来我院骨伤科就诊并由杨骏主任施行了人工股骨颈骨折置换术。手术四天后,患者恢复良好,很快能够弃杖行走。然而就在近日,于某再次跌伤,造成左侧股骨颈骨折。在当地多家医院就诊无望之下,患者再次来到我院。经过杨骏主任及其医疗团队仔细会商后,再次为该患者施行了左侧人工股骨颈骨折置换术,手术持续五十分钟并取得成功。术后患者恢复良好,现已能在家人的搀扶下下床站立。

人工股骨颈骨折置换术为四级手术,手术本身风险较高,加之患者年龄高,手术难度整体偏大。经过术前周密准备以及术中的精心配合,手术成功做到创伤小、恢复快,提高了该老者术后的生命质量。另外,本次手术能在短时间内成功开展,显示了骨伤科良好的团队协作能力,以及手术科室与麻醉科之间的默契配合。

(刘萍思坦)

技术新锐

建院三十周年暨科技大会掠影



滕雯部长致辞



滕雯部长为赵化南颁发证书



段金彪副校长与周炜书记为南京中医药大学连云港校友会成立揭牌



段金彪副校长为省级名老中医药专家指导老师及南中医硕士生导师颁奖



连云港市中医院中医药发展基金会及赵化南青年科技基金会成立



汪悦院长与李洪兵副院长为学科建设作出突出贡献的专科代表颁奖



周炜书记为科技引进与创新作出突出贡献的团队代表颁奖



董青、陈志副局长为医学重点人才颁奖



李秀连院长为刘存志教授颁发连云港市中医院业务副院长聘书



医院领导班子为胡立高、赵化南、董亦超颁发“创建医院特殊贡献”荣誉证书



为历届老领导代表献花



为老专家代表献花



离退休老同志代表合影



职能部门代表合影

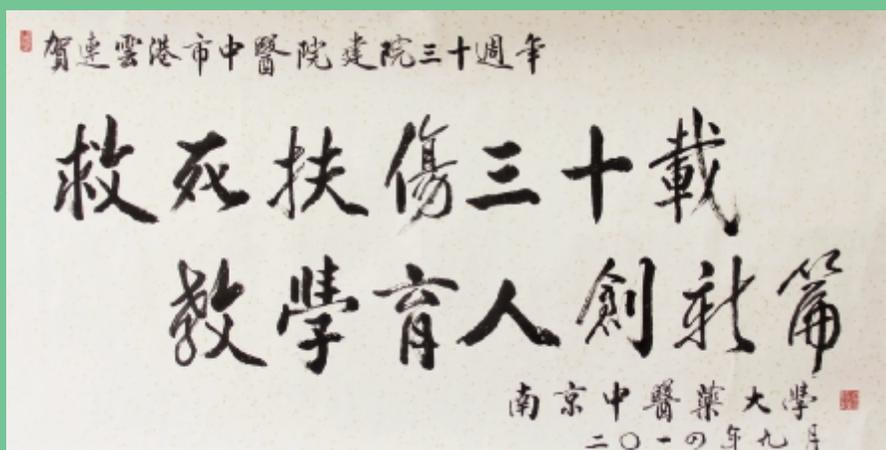


护士长代表合影



青春靓丽的礼仪人员

(上接第1版)大会还表彰颁发了一批奖项。南京中医药大学第一临床医学院院长、省中医院副院长汪悦与南京医科大学康达学院副院长李洪兵为李乐军、阮强、孙勇、石焕玉、徐建华、陈丽萍等专(学)科建设作出突出贡献的专科代表颁奖。市卫生局党委书记周炜为丰广魁科研团队、李乐军科研团队、黄永斌科研团队、张旭伟科研团队、徐建华科研团队、马先军科研团队等科技引进与创新作出突出贡献的团队代表颁奖。市卫生局副局长董青、陈志,为丰广魁、殷勤、李乐军、陈允旺、韦平、陈波、周越、张海涛等医学重点人才代表颁奖。院长李秀连、党委书记李建军为建院老领导代表胡立高、赵化南、陈作杰、董亦超等颁发“创建医院特殊贡献”荣誉证书,现任领导班子成员与老领导合影。医院现任领导班子成员为胡立高、赵化南、董亦超、刘洪实、周炜、成亮、杜娟、吴宜澄、王立群、王志成等历届领导班子成员以及李子丰、周克振、鲍世平、姚一鸣、张正荣等老专家代表献花。院长李秀连为首都医科大学附属北京中医医院博士生导师、国家优秀青年科学基金获得者刘存志教授颁发连云港市中医院业务副院长聘书。



南京中医药大学贺词

院长李秀连在庆祝大会上致辞,回顾了医院三十年来的发展历程与取得的科技成就,感谢长期以来为医院建设和发展无私奉献的历任医院老领导、老专家、离退休老同志和全体医护人员。李秀连院长表示,中医院人要感恩于心,铭记大爱,做与时俱进的中医传人,做守护百姓健康的生命卫士。将秉承“特色立院,人才强院,质量建院,以德治院,服务兴院,文化塑

院”的发展战略,在建设连云港市中医药大市,打造省内一流的、特色突出的、综合性中医医院的道路上奋勇前进,创造更加璀璨的明天!

院党委书记李建军宣读了连云港市中医院科技表彰决定和关于成立连云港市中医院赵化南青年科技基金会的决定;高慧副院长作了医院科技工作报告。

(顾豪 刘萍思担)



江苏省中医院贺匾

我院中药膏方走俏港城

我院今年的膏方工作将从11月上旬开始,中医养生大讲堂、市民走进中医院、省市名中医义诊等活动将会贯穿整个膏方节始终,成为这个冬季我院送给港城市民的一份健康大礼。

一是宣传力度强。为做好今冬膏方工作,我院将继续加大宣传力度。医院将分别举办第四届膏方节、第六届健康节膏方展示以及市民走进中医院等宣传活动,让市民充分感受到中药膏方浓浓的氛围。医院将在立冬来临之前印制膏方知识宣传手册和膏方专家手册免费发放给市民,在《连云港日报》、《苍梧晚报》、连云港电视台和连网等港城主流媒体上连续刊登和报道膏方消息,让市民及时掌握我院膏方工作的第一手信息。

二是优势资源广。在港城,不管是人才、设备还是服务,我院的中药膏方都是首屈一指的。为了给港城市民提供更为优质的膏方服务,我院还将发挥中医预防保健中心资源优势。该中心分为中医辨识体检、健康调养咨询、中医疗法调养三个分中心,开展中医健康体检、中医健康咨询等,成为集中医预防、保健、养生、诊疗、康复于一体的特色医疗保健服务机构。中医预防保健中心为辨识患者体质、开具高质量的膏方提供多专业一体化的诊疗服务平台。

三是专家技术高。开好膏方的前提是好的医术,为此,我院将严格筛选出一批具有高级职称并

具备多年丰富临床经验的省市名老中医为市民号脉把诊。还会邀请大家、名家来院献方,使港城市民在家门口就能够享受到中医大家的高超医术。我院还会在今年膏方节开幕当天安排中医专家义诊,将会有来自市内、外的名中医现场坐堂问诊,为市民量身开具膏方,真正做到一人一方,帮助市民重新找回健康。

四是制作工艺精。“名医好药”是制作上等膏方的基础,今年我院严把膏方质量源头关,坚持“药材真、品种全、炮制精”三个原则,从正规中药饮片生产单位购买地道药材,并储备数百种药材,由资深质检员对药材质量抽检以保证膏方品质。除了药材重要,熬制工艺也非常关键。今年对膏方熬制设备更新、改进,并筛选经验丰富的专业药剂师对膏方的浸、煎、榨、化、滤、熬、收等步骤进行严格的质量控制,每项操作均制订操作标准,确保流程科学化、规范化,确保中医院每一份膏方都能达到馨香沁脾、锃亮鉴影、油润如玉、柔韧若脂、摇不起渣、压不染指、入口似饴、呷之透体的效果。(顾豪)

市中医院第四届膏方养生节将于11月7日(立冬)隆重开幕
预约咨询电话 中医预防保健中心
85574036 85407197 85574036

冬令进补话膏方

膏方,又叫膏剂,以其剂型为名,属于中医丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八剂型之一。膏剂有外敷和内服两种,外敷膏剂是中医外治法中常用药物剂型,除用于皮肤、疮疡等疾患以外,还在内科和妇科等病症中使用。内服膏剂,后来又称为膏方,因其起到滋补作用,也有人称之为滋补药,广泛地用于内、外、妇、儿、伤骨、眼耳鼻喉等科疾患及大病后体虚者。

从服用膏方而发挥的作用来看,在中医的辨证施治原则指导下,合理服用,可以使少年儿童助长发育、增强智力;可以使中青年增强体质,美容健身,可以使老年人延缓衰老,精力旺盛。当然,膏方是因人而异,男女老少均有不同。切忌立一方面而各种人都服,必须进行辨证施治,严格遵照膏方的组方原则,配方并进行精制加

工,才能起到理想的作用。

民间往往习惯于冬令进补,因为冬季气候严寒,自然界的动植物均处于收藏蛰伏的状态。人也同样顺应着自然界的变化,进入冬藏季节,正象中医古籍《内经》所说:“春生、夏长、秋收、冬藏,是气之常也;人亦应之。”又说:“冬三月者为封藏,”也就是说,一到冬三月,正是养精蓄锐的大好时期,这是人的皮肤肌腠比较致密,汗出较少,摄入的营养物质也容易贮藏起来,况且在冬令季节里,人的食欲也比较旺盛,所以这时进补正是最好的季节,冬至以后尤为相宜。在冬天内服滋补中药膏方,强壮身体,到了来年春天,精神抖擞,步履矫健,因此民间也有“冬令一进补,春来可打虎”的说法,是有一定道理的。(李建军)

你了解膏方吗

过了立冬节气,就要到冬令进补时节了,膏方热再次逼近港城。近几年随着居民健康意识的提高,越来越多的人关注自身健康,冬令进补的知识日益普及,许多市民摒弃了过去盲目自购补品的习惯,更倾向于去中医院膏方门诊请中医把脉,量身定制适合自己的膏方,取得更加良好的进补效果。

中医认为人处于自然环境中要与自然相应,自然界春生、夏长、秋收、冬藏,人体也有相应的变化,春夏气候渐热,人体阳气发散,因而属阳亢,阴虚,秋冬气候渐冷,天寒地冻,人体阳气内敛,属阴,病多阳虚。因此养生便有“春夏养阴,秋冬养阳”之说。膏滋作为冬令进补的方式,因其方便易服,疗效确切,价格合理,深受广大患者及养生者的追捧,为这一古老的中医治疗方式增添了经久不衰的魅力。使用膏方应当注意些什么呢?

驻寿养颜选膏方

驻寿养颜,永葆健康,是每个人都努力追求的目标,其途径多种多样,如运动、食疗、保健品等。市面上保健品层出不穷,且配伍成份固定,以固定之药,应用百种之人,盲目进补,是不科学的。中药膏方则没有上述弊端,是由中医专家针对不同人体质和临床表现“量身定制”的,符合中医的辨证施治思想。

《黄帝内经》认为“冬藏于精者,春不病温”。意思是说:冬天善于保养,贮藏精气的人,来年春天不易患各种呼吸道疾病和传染性疾病。这就是顺应冬天的气候,调养内藏之气的方法。从立冬起开始的三个月,是人体生机、潜伏、阳气内藏的时候。晚上早点睡觉,早上晚点起来,使精神不要向外张

扬,让神气内藏。注意保暖,不要让皮肤开泄多汗,而导致体内阳气频繁地压失。

冬季养生,不宜从事剧烈、出多汗的体育运动,要善于葆养,潜藏体内的精气。所以服用滋补药饵调养人体精气最好不过,滋补药饵最好的剂型就是膏方。它是根据每个人的体质和临床表现,处以数十种药味的大型复方,将药汁浓煎加入中药辅料而制成的一种稠厚的半流质或冻状剂型。膏方充分提取了补药的精华,而避免了汤剂的口感不佳和丸散剂的不易吸收的缺点,口感甜润,服用方便,药力持久。膏方具有高级营养滋补和预防的综合作用,增强人体的免疫力,充分体现了古人“不治已病治未病”的思想。(曹青山)



女性进入更年期后,随着卵巢功能的逐渐衰退,雌激素水平不断降低,常会出现月经失调、眩晕耳鸣、烘热汗出、面红潮热、心悸失眠、烦躁易怒,或面浮肢肿、尿频失禁、腰膝酸软等症状,持续时间长短不一,短则数月半载,长可达数年之久。

虽然更年期综合症不是每个人所必然出现的,然而由于卵巢激素水平的下降,给机体带来多方面的影响是不可避免,并将伴随终生。如由于卵巢激素水平的下降,宫颈与阴道粘膜萎缩干燥,分泌物减少,容易患老年性阴道炎,膀胱炎,盆底组织肌筋膜松弛,易发生子宫下垂;心血管方面引起血脂改变,动脉硬化,容易发生冠心病与心肌梗塞;骨丢失加速,出现骨质疏松症,容易发生骨折;颜面皮肤和粘膜由于雌激素的降低而干燥、缺乏弹性、皱纹增多,这也是更年期妇女最为烦恼之事。

从更年期的种种临床表现分析,应该以衰退为主,并非是其系统的器质性病变,所以,如何使器官功能衰退减慢、恢复或保持神经内分泌的动态平衡,就可能不出现更年期综合症的表现。一般这个阶段的妇女要注意增加营养,排除思想顾虑,锻炼身体,保持心理平衡。如果神经精神症状明显,如头痛、失眠等可适当地予以镇静安眠

药,为调节自主神经功能紊乱,可服用一些维生素。激素替代治疗是现在大家比较关心的话题,虽然雌激素治疗更年期综合症有一定的效果,但由于其有禁忌症及顾虑雌激素具有潜在的危险性,使许多人群不宜使用或不愿使用。

中医认为,妇女更年期与肾的关系密切,是由于肾气渐衰,精血不足,人体调节阴阳平衡的功能减退而致,调理的关键重在补肾,并根据体质不同,阴阳的偏盛偏衰,累及的脏腑而采用不同的方法给予调整,在某种程度上能精神充沛,延保青春。

中药保健调理,虽然效果肯定,基本无副作用,但由于煎药不方便,药苦难下咽等原因,影响了很大一部分人群的耐心,近几年来,市中医院以冬令进补中药膏方的方式弥补以上不足,膏方具有口感甜润、易于吸收、食用方便、效果持久的优点,不失为更年期妇女一种健康保健的好方法。(潘捷)

更年期与膏方保健