



冬病夏治，都能治啥病

专家提醒，治疗方法因人而异，治疗期间少吃“发物”

文/片 本报记者 赵伟 实习生 张伟 赵连珍

入夏后的气温越来越高，常常让人痛苦难耐。然而，对于中医来说，现在却是“冬病夏治”的最佳时节。冬病夏治，很多人都知道这个词，但很少有人真正明白它的含义。冬病夏治，能治疗哪些病？为什么冬天发作的病，能在夏天得到很好的治疗呢？这样的治疗是如何进行的？为此，记者采访了相关中医专家，一一解开这些疑问。

►夏天来临，不少市民到药店选购中药来治疗疾病。

本报记者 赵伟 摄



【典型案例】

冬病夏治

湖北省郧县农妇王某，70岁。患慢性喘息性支气管炎30多年，经常感冒、咳嗽、呼吸困难、心悸、胸背冷，怕油烟，闻油烟后咳嗽剧烈，冬天上午10点以前不敢起床。经夏天的“冬病夏治”治疗，感冒次数明显减少，咳嗽明显减轻，已不怕油烟，可以亲自下厨炒菜做饭了。

——摘自《十堰晚报》

1 都能治啥病？

主治冬天容易发作的疾病

老慢支、哮喘、肺气肿、肺心病、间质性肺炎、尘肺……咳嗽憋年治，年年犯，什么时候才能到头？

寻找3年以上的肺病患者

许多慢性肺病患者，咳、痰、喘、憋几十年了，这药那药轮流吃，吃药有效，停药就复发甚至越来越重。医生点评：传统药物大多含有抗生素和激素，偏重于速效，追求短期效果，在缓解症状的同时，也大幅降低了肺部自身免疫功能，导致肺纤维化程度日益严重。

■方法不对，肺病越治越累

肺部疾病主要有两个病理改变：一个是炎症，仅出现在急性期；一般用抗生素治疗即可；而另一个病理改变即“纤维化”，才是引起咳、喘、憋，导致呼吸衰竭的根源。肺纤维化实际上是由于反复炎症感染、损伤，致使正常组织反复修复，形成瘢痕性增生，这直接影响肺部通气功能，引起咳嗽、喘息、呼吸困难等。临床一般用解痉、扩张支气管或激素等，虽暂时缓解症状，却加重了肺纤维化进程，进一步损害肺功能，导致呼吸衰竭。

■医学界破解肺纤维化真相

现代细胞分子生物学研究发现：人体组织器官发生纤维化，受到一种TGF-β细胞因子的控制。

当TGF-β细胞因子分泌增多时，成纤维细胞的含量远远高出1%，从而导致组织器官纤维化；当TGF-β细胞因子分泌稳定时，成纤维细胞含量保持在1%左右，器官功能就能够保持正常。所以，只要能找到一种能调控TGF-β细胞因子分泌的物质，控制和逆转纤维化就能实现。

■医学界首个抗纤维化成果问世

留美医学博士、美国辉瑞制药临床前研究顾问及其科研团队历经10年研究，成功提取出抑制纤维化关键物质——“DC细胞活化因子”。它对TGF-β细胞因子的分泌具有强烈的抑制作用，能阻止纤维化进程、分解已形成的纤维化组织——逆转纤维化、促进正常细胞再生。重塑失去功能的肺，临床验证：慢阻肺、肺气肿、间质性肺炎、肺心病等慢性肺病患者经抗纤维化治疗1-3个阶段后，肺功能恢复良好，呼吸变得跟正常人一样，且愈后不易复发。

■患者愈后吐“真言”

65岁的薛金英老人：2010年初因肺纤维化、肺大泡被医院判为“死刑”，最多不超过4个月的生命。3月份老人采用抗纤维化疗法后，咳嗽、憋气减轻，能自己上下楼……老人逢人就说：是抗纤维化疗法救了我，我要好好活着。

73岁的黄汉东老人：“我以前是慢性支气管炎，治了17年，结果治成了肺气肿，抗生素、激素都用上了，当时有效，停药就犯，采取抗纤维化疗法后，咳嗽憋的现象完全没有了，像换了一对肺似的！”

69岁的李俊峰老人：支气管哮喘20余年，年年季节交替时呼吸急促，气短严重，口唇紫绀，严重咳嗽，痰粘难咳，行动迟缓，采用抗纤维化疗法，气短咳嗽减轻，可走500米，至今咳嗽为白色泡沫痰，量少，平时无咳嗽。详情请拨打“抗组织纤维化咨询中心”专家热线：0531—86910976 86910938，慢性疾病呼吸科专家将为您详细解答。

2 为啥能治好病？

敷贴疗法达到内病外治

不少接受过冬病夏治的患者都非常纳闷：为什么冬天的病在夏天治疗，反而会取得很好的效果？其中又有什么依据？

“冬病夏治实际上融合了诸多学科的知识，属于中医的内病外治法。”济南市中医医院消化内科主任刘维明介绍，按照中医的说法，农历的三伏天，人的阳气最旺，人体的经络系统处于一年中最通畅的状态，皮肤毛孔张开，经脉气血流畅，穴位敏感，因而是治疗慢性

疾病的最佳时机。“其中使用最多的是敷贴疗法。”

刘维明介绍，采用穴位敷贴的方法，主要是使用有特殊作用的中药渗透皮肤，疏通经络，调节脏腑，调整机体和外界环境的平衡，并调节人体的动态平衡，从而达到内病外治的目的。它一方面有刺激穴位，发挥经络穴位本身的理气血、调阴阳、补虚损作用；另一方面，药物透皮吸收，也发挥了其药理作用。

“冬病夏治的时间，

一般多从三伏开始，三伏是阳气隆盛的最好时令，利用这一时令进行穴位敷贴是冬病夏治的最佳时机。”刘维明称，按照往年的经验，从夏至起到头伏之前进行第一阶段的敷贴，可以达到醒穴、温经、通络的作用。敷贴的材料，最常见的是选用一些辛香、逐痰、温阳、驱寒的复方中药，结合现代远红外技术和透皮给药技术精制而成的膏药。至于取穴，是根据病人的病情选择穴位敷贴治疗，不同的情况选择不同的穴位。

3 应该注意啥？

治疗期间应少吃“发物”

冬病夏治应该注意哪些问题？刘维明说，入伏第一天没赶上患者，头伏内，无论哪天敷贴，治疗效果都一样，这个不必担心，但是只要贴了，就一定要连续贴“三伏”，不然不能取得预期的效果。

“冬病夏治并不能包治百病，一些人群和疾病

就不适合用冬病夏治的方法治疗。”刘维明称，比如对敷贴药物极度敏感，特殊体质如对胶布过敏者、接触性皮炎等皮肤病患者，以及敷贴穴位局部皮肤有破损者、阴虚火旺者、孕妇、皮肤过嫩的3岁以下儿童等，都是不能进行敷贴的。此外，胃炎虽然也是慢性肠胃病，但由于并非

只在寒冷季节发作，因此也不适合“夏治”。敷贴以后不要马上洗澡，而且不要在局部用力搓；患者一定要少吃“发物”，如辛辣食品、牛羊肉、海鲜、生冷食物等，减少运动，避免出汗，避免电扇或空调直吹，以利于药物吸收。一定要注意好好休息，不能熬夜。

●相关链接

穴位敷贴后，啥样的感觉才正常

中医专家介绍，穴位敷贴的方法，每次时间应在2—3个小时；贴后局部有轻微灼热、痒感，为正常反应；如出现奇痒、灼痛难忍等，应立即去掉药膏。虽然皮肤会有发热感，但应以皮肤感觉和耐受程度为观察指标，避免灼伤皮肤。贴药后皮肤出现红晕属正常现象，取下药膏后如出现灼痛，可涂抹“万花油”、“烫伤膏”等，切忌外用刺激性药物，以免进一步伤害皮肤；如果已经发起水泡，水泡比较小时，一般无需特殊处理，如小水泡已破，可涂抹红霉素软膏等消炎膏；如果水泡比较大，建议到医院接受治疗；个别局部反应强者，应终止敷贴治疗或由医师对药物作适当调整。