



## 走进慈惠仁养生馆

## 专注未病调理 打造养生高地

## 壹点探馆 ⑤

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 焦守广 韩爽

慈惠仁养生堂(洪山总店)位于济南市历下区旅游路21737号,洪山公园东侧,成立于2000年,是中国中医科学院养生保健适宜项目推广基地,是国家中医药管理局机关服务局认证的亚健康调理示范基地。目前在济南有13家直营店,在全国有600多家品牌加盟店,成为一个以中医养生为核心,中医传统文化为纽带的大健康“航母”。

走进养生堂接待大厅,古色古香的中式装修,声声绕梁的古乐,平复着人们内心的浮躁。医馆二楼是调理区,调理间按中医脏腑命名,根据名称调理相对应的病症。其中“肾俞”主要做一些补阳气的艾灸理疗;“肝俞”主要做一些拔罐排毒。

慈惠仁创始人付海洋告诉齐鲁晚报·齐鲁壹点记者,慈惠仁专注未病调理,着力帮助人们“治未病”。“未病”,按传统中医观点其内涵有三:一是健康未病态;二是欲病未病态;三是已病未传态。除第一种外,身体已经出现阴阳、脏腑、气血的不平衡状态,即身体的亚健康状态。

阳光透亮,树影斑驳,进入6月,泉城的夏天来了。由齐鲁晚报·齐鲁壹点打造的探秘身边中医栏目——《壹点探馆》带您走进慈惠仁养生堂。在亚健康调理的路上,他们用简单的方法还原身体平和的状态。在养生行业,他们专注沉淀了20年,立足祖国传统医学,采用通、调、补、养、美五位一体的健康方法,传承并创新了传统中医之经络排毒反相学理念。

“但很多人一提养生只关注吃穿起居。其实,养生第一条要先养心,中医有‘下土养身,中土养气,上土养心’的说法。”付海洋表示,慈惠仁在做的,就是让更多人认识养生的真正含义,即:调养、养护生命。

立足祖国传统医学,慈惠仁推出了创新性的外治发明专利——“用于亚健康调理的经络排毒膏及其制备方法”,并形成“慈惠仁经络排毒一元五行论”,用实际行动推动着中医药治未病事业的发展。

付海洋介绍,接下来慈惠仁团队将梳理每种慢性疾病的调理流程、操作手法,解析经络排毒所排毒素的成分、二级甲等医院出具的诊疗数据等信息,召集专家论证、评审会,开展不同症类的亚健康人群中预防指南的研究制订;规范调理身体各处的酸、麻、肿、胀、痛、痒,以及神经性失眠等

亚健康表现的技术方法;进一步增强调理技术的公信力、影响力和说服力,力争成为行业标杆,使严格规范成为行业的自觉行动。

## 福利来啦!参加艾文化节,免费获880元灸疗一次

为弘扬传统中医药文化,普及中国传统节日(端午节)艾文化及艾灸养生知识,慈惠仁举办的济南市历下区首届艾灸文化月活动将于6月25日上午开幕,现场将会进行中医艾文化展示讲解、交流和义诊活动。每位参与市民均可获参观券一张,凭此券可到店兑换价值521元乾坤圆满灸或880元的固元大灸(2选1)。活动地点:山东省济南市历下区旅游路21737号慈惠仁养生(洪山总店);电话:4008019477、0531-88813721



## 月经来潮时间不准?经量过多或过少? 月经是否正常 主要看这四点

齐鲁晚报·齐鲁壹点 记者 焦守广 韩爽

月经不调是女性常见病,具体表现为月经量过多或过少,月经来潮时间不准等。山东中医药大学附属医院妇科原主任、济南市新阳光国医馆坐诊专家国培教授表示,要判断自己的月经正常与否,可以从月经周期、经期时间、经量以及经血几个方面入手。

“月经不调的原因很多,临床上通常可分为两大类。”国培教授介绍,由于作息不规律、过度饮食等不良生活习惯会引发内分泌环境的改变,导致女性月经不调。从分类上讲,一是功能性的,如内分泌功能失常引起的月经不调;二是器质性的如盆腔炎,子宫内膜炎,以及子宫内膜异位症等病。月经不调是女性常见的妇科疾病,具体表现为月经量过多或过少,月经来潮时间不准等。

国培教授表示,月经失调可以从以下几个方面判断:月经周期、经期时间、经量以及经血。

1. 月经周期。正常月经周期是28-30天,提前或错后一周属于正常。但如果这次月经周期是20天,下次是40天,而且经常出现这样情况,失去周期性,则属于月经不调。

2. 经期时间。有的人经期长达10-20天,月经淋漓不尽;有的经期极短,只是“一晃”即过。这两种现象都是不正常的。

3. 经量。月经量因人而异,一般80-100毫升,血量相对集中,一天换3-5次卫生巾,也属正常。如果经血量过多,换一次卫生巾或纸很快就又湿透,甚至经血顺腿往下淌,这就不正常了。

4. 经血。正常的经血呈暗红色,无血块。如果经血稀薄如水,仅有点粉红色或发黑发紫,则是不正常的。如果经血完全是凝血块,也不正常,可能另有出血的部位,需去医院妇科检查,对症治疗。

对于广大女性来说,如何面对这恼人的月经不调呢?

国培教授表示,通过查体如果没有发现炎症、肿块、子宫没有增大和其他症状,只是表现月经规律性变化出现不属于正常状态,多为功能性月经失调,可以通过中医药调理,来补肾舒肝和补中气。如果发现盆腔有肿块,有明显边界,压痛明显,月经期肚子痛加重,这种痛经月经较多,可以查一下跟子宫肌瘤和盆腔炎症有没有关系,经过检查来整体判断,给出详细治疗方案。

“痛经在临床有两大类:虚症痛经和实症痛经,我个人认为,真正到临床以痛经为主诉就诊的,多数是实症表现。”国培教授表示,这种痛经一般身体状况还可以,气血没有亏虚,也没有其他原因造成的机体损伤。表现为月经时腹痛难忍,整个月经期不能上学不能工作,甚至服用止痛药止痛。

对这类患者,中医治疗关键在调理气血,常用当归、川芎等温经散寒行气活血的药物,让经血能够顺利排出。

为营造一个“和谐、健康、温馨”的美好家园,做好市民的健康保健,济南市新阳光国医馆特开展义诊活动,宣传普及健康养生防病知识。活动时间为2020年5月-2020年12月(每个周三上午)。活动当天参与义诊的市民,可获免费测血压、切脉听诊、健康咨询;前20名心电图检查免费;免挂号费;药品费和治疗费8.8折优惠。

地点:济南市槐荫区阳光新路24-1号;电话:0531-69901688

## 专家简介:

国培,女,教授。济南市新阳光国医馆坐诊专家,曾任山东中医药大学中医系妇科教研室主任兼附属医院妇科主任。1994年1月晋升教授、主任医师。2000年3月退休。学仍在临床从事医疗工作,全国老中医药专家学术经验继承指导老师。擅长治疗月经不调、痛经、子宫内膜异位症、男女不孕、不育症、盆腔炎、输卵管梗阻、卵巢早衰、绝经前后诸症、乳腺症、缺乳等妇科疾病。

## 温调平衡强身体 扶正祛邪克癌症

济南华圣医院院长王现军:努力让患者与肿瘤“和平共处”

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 秦聪聪

## 癌症是一类身心疾病

王现军介绍,现代医学认为,人体内的恶性肿瘤,来自于人体的正常组织,由于某些原因导致人体细胞异常分化而来。而从中医角度,癌症的产生,就是人体内部“邪盛正衰,正不压邪”的产物。

“中医治病讲究辨证求因,审因论治,也就是找出治病的根本原因对其进行治疗。肿瘤是在正气虚弱的基础上产生的。”王现军说,就肿瘤病而言,在中医看来,肿瘤病灶为标,促使肿瘤产生和发展的因素为本。不少癌症患者最终不是死于癌症本身,而是死于机体正常防御功能衰退,即中医所称“正气”衰竭。

王现军指出,虽然癌症的病因目前医学界还不能完全明确,但普遍接受的一种观点是,癌症是一类身心疾病,它是长时间、高频度的不良刺激与患者不良的精神心理状态、免疫抗病能力等内部因素交互作用的结果。这与中医对癌症的认识是一致的。

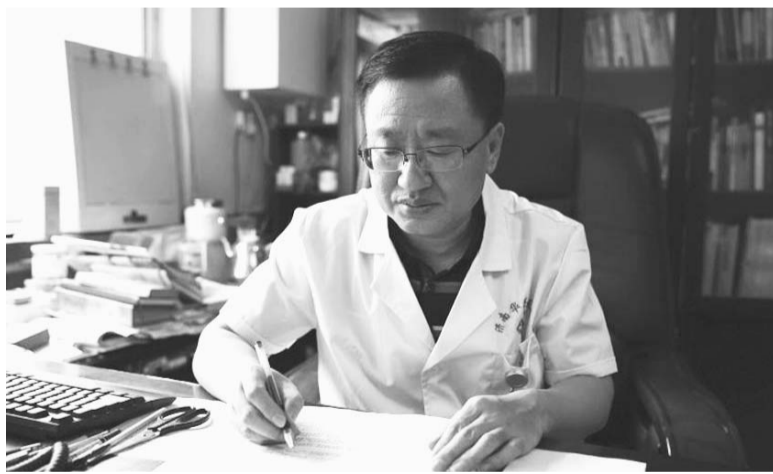
“恶变的种子进入了适合生根发芽的土壤,于是癌症便得以萌生。”也是因此,扶助正气,铲除肿瘤产生的“土壤”,是中医抗癌的治本之道。

## “温调平衡”改善机体状况

王现军强调,中医治癌,治疗的是肿瘤产生的虚弱机体,是产生肿瘤的内在因素,这正是中医抗癌治瘤的主体思路,是区别于西医的独到特色,也是保证远期疗效,防止复发转移的关键所在。

多年临床实践中,王现军运用“整理治疗”“温调平衡”等医学手段,使患者与肿瘤“和平共处,带瘤生存”,从而

癌症已经成为威胁我国居民健康的主要杀手之一。漫漫抗癌路,传统中医中药开始与现代医学一起发挥着不可忽视的作用。济南华圣医院院长王现军表示,癌症是一类全身性的慢性病,而中医讲究整体施治和辨证论治。



济南华圣医院院长王现军

获得更长的生存期和更高的生存质量。他提出的“扶正祛邪、温阳补肾、健脾益气、活血化痰”的“温调平衡疗法”,收到了明显的减轻痛苦、延长生命、提高生存治疗的效果。

王现军介绍,这不是一张药方或者一剂成药,它是基于对恶性肿瘤发生发展的基本规律的科学认识,结合长期的临床治疗经验所形成的一种中医治癌的思路,遵循这一思路,根据机体的阴阳、表里、寒热、虚实,辨证施治,针对每一位患者的不同症候给予个性化的治疗,着力改善患者体内的大环境、微环境,消除人体细胞异常分化的内在条件。

## 让中晚期患者“带瘤”更好生存

癌症是一种慢性病,这种观念逐步被人们接受,这里面至少包含了两层意思,一是说它进行缓慢,不像突发性心脑血管疾病那样很快危及生命,二是它并非绝症,运用科学合理的治

疗方法,有可能战胜它,从而得以长时间、高质量地生存。

多年以来,济南华圣医院收治的癌症患者中,有的是被建议放弃积极治疗的晚期患者。

“癌症患者特别是中晚期患者,经过治疗取得临床缓解以后,及时把治疗重点转移到调整机体平衡、保护和强化免疫系统功能方面来,努力使患者获得更高的生存质量和更长的生存时间。”王现军说,就现有的治疗水平,癌症患者中有相当部分无法完全治愈。提倡中晚期癌症患者带瘤生存,是尊重现实、尊重生命、尊重科学的表现。

王现军介绍,不少患食道癌晚期的患者,到院时已经滴水不进,病灶处的食道完全闭塞,我们用中药“开道散”治疗后,取得了很好的效果。这样保证了患者的营养摄入,后期的治疗就更容易取得成效。此外,围手术期适时引入中医药的配合治疗,中医中药配合化疗,也有比较好的作用。



齐鲁晚报·齐鲁壹点大型探秘中医栏目——《壹点探馆》,以记者第一视角,用图文报道、海报、vlog、科普短视频、VR全景等方式,立体多角度呈现我们身边的中医机构。栏目合作电话0531-85196055、微信337170880。