

秋冬选择膏方进补须因人而异

若市民以前未长期服用,最好先试试“开路方”

本报11月9日讯(记者 樊伟宏 通讯员 门晓丽 孙艺萌) 时值秋冬时节,进补膏方的消费者越来越多,网络上也涌现出大量“纯手工熬制”、“采用独家秘方”的阿胶膏等膏方。张店区中医院膏方室主任赵华

伟表示,膏方的制定因人而异,与体质不符易引发不适症状,建议调配膏方要听从专家;而由于不同膏方所需的材料不一样,所以价格也不一样。不是越贵越好,膏方的价值不在价高,而在于对症施治。



服用膏方一定要因人而异。

服用膏方前需要先辨体质

记者从不少网站上搜索发现,网上销售的膏方以阿胶膏为主,功效介绍从补气、养血到祛痘、祛斑、改善痛经、减肥等各种各样,而价格从1元到3000元不等。对此,张店区中医院主任中医师杨桂芹表示,

膏方选择不能盲目,需辨证辨病用细料,即对症下药。她提醒,膏方虽好,使用时亦应区别对待,不能“万病一方”。如果不是长期服用膏方的市民,最好先服“开路方”调理,改善消化功能,观察先期反应。

冬季膏方以滋补类居多

杨桂芹表示,由于古代受技术影响,夏季服用膏方易发霉变质,因此形成了膏方只有冬季服用的误区。实际上,随着生活条件进步,膏方存储已十分简便,四季膏方都可以开具。

的应用则不同。根据时令特点,冬季膏方以滋补类居多,主要治疗改善亚健康,提高机体免疫力,术后恢复、抗衰延年。春夏秋膏方则以治疗、调理类膏方居多,主要治疗亚健康、哮喘、关节炎、高血压等慢性病。

忌浓茶、生冷和油腻

“其实大部分的膏方是以进补为立足点,兼顾预防治疗的作用。”随着人们对自身健康问题的重视,膏方市场需求在不断增长,膏方治未病的理念被越来越多的人所认同。同时,杨桂芹提醒消费者,服用膏方忌浓茶、生冷或油腻

的食物,含铁元素的食物也需要少吃,以免影响膏剂的吸收。在服用膏方时间上,从中医传统角度讲,冬至到七九或九九,是进补的最佳时间。在这段时间里,服用膏方对调治身体有较好效果。

相关链接

专家推荐 秋冬进补膏方

健脾养胃膏:适用面最广,也是最为多人食用的一种膏方。对于各种虚的状态都有一定的滋补作用,是一道相对温和的膏方。

益精护肾膏:以补肾为主,对容易腰酸腿痛、夜尿多的人,以及偏于阳虚类型的女性有明显的滋补效用。

温经养血膏:有温经养血的作用,特别适用于痛经、经血少以及手脚冰冷的女性。

膏方调养 适合服用人群

慢性疾病或病久而致全身虚弱的人,或为增强体质而巩固疗效的人。如慢性支气管炎、肺气肿、支气管哮喘、高血压、冠心病、高血脂症、糖尿病、慢性胃炎、慢性泌尿系统感染、贫血、类风湿病、夜尿多症、腰痛症、男子性功能障碍、精液病、女子月经不规律、不孕症等。

康复患者及处于“亚健康状态者”。

山铝医院员工 敬老院里献爱心

本报讯 近日,山铝医院团委组织团员青年到张店南定敬老院为老人进行爱心义诊活动。

在义诊现场,志愿者们认真地给老人测血压、检查身体,耐心地回答老人们咨询的问题,同时针对检查中发现的问题,告知他们应该注意的事项。将近两个多小时的义诊活动,医护人员一直忙碌着为老人们检查身体,了解到有几位行走不便的老人,医护人员随即携带设备走进老人房间进行量血压、测血糖。

(朱凤霞)

淄博正式成立 超声质控中心

本报11月9日讯(记者 樊伟宏 通讯员 李爱学) 近日,淄博市超声诊断专业质控中心正式成立,该中心挂靠淄博市中西医结合医院,医院院长段明福担任质控中心主任。

近年来,超声诊断专业发展迅速,广泛应用于临床诊断和治疗。超声诊断专业质控中心的成立,对于规范执业、持续改进发挥着重要作用。质控中心将根据专业特点及专业人员的结构层次、综合特长,继续进行二级专业质控,使超声质控工作在地域上覆盖全市,全面提升淄博市的超声质量控制水平。

张店区二院召开 研究生座谈会

本报讯 近日,张店区第二人民医院召开研究生座谈会,院领导及全体研究生参加会议。

座谈会上,医院负责人向研究生们介绍了近年来医院事业发展取得的成就,同时着重谈到医院高度重视专科品牌建设、科研学术提升工作,近二十名研究生结合来院后的自身工作实际,先后表态发言,就医院学科建设、医院管理等方面与院领导进行了积极坦诚的交流,提出了一些很好的建设性意见。

(郭艳)

消防演练

9日是全国消防日,周村区人民医院举办了一场消防疏散演练。

通过此次演练,使医院职工的消防安全意识进一步增强,熟练掌握火灾发生时的应对措施及逃生方法等,有利于有效降低事故危害,减少事故损失,确保了患者和自身安全。

本报通讯员 吴玥 摄影报道



七旬老人下肢肿胀行走困难

市八院开展介入手术治疗成功施救

本报11月9日讯(记者 樊伟宏 通讯员 赵丽娅) 70多岁的王先生半年前右小腿莫名肿胀,走路困难,此后半年又先后3次发生下肢肿胀、疼痛,后到淄博市中西医结合医院(市八院)就诊。

经过造影检查,确诊王先生患有右下肢深静脉血栓病,

其右下肢深静脉几乎完全闭塞。医院介入科为王先生在血管里放置了一个“下腔静脉滤器”,让下肢静脉血顺利回流,又能把导致肺栓塞的血栓截留下来,20分钟后手术顺利结束,目前王先生腿部已经慢慢消肿,度过了血栓脱落的危险期。据医院介入科医生刘焕亮介

绍,手术后长期卧床或不活动的人,创伤、肥胖、高血脂症或年龄在40岁以上的人,心肌梗死、心力衰竭、中风和肾综合症患者,恶性肿瘤患者,口服避孕药者,妊娠妇女,静脉曲张者,长时间乘坐飞机的人等是深静脉血栓的高危人群。肢体之所以会肿胀,是因为下肢深

静脉为下肢静脉血回流的唯一主干通路,一旦出现血栓,就会引起严重下肢肿胀及其他症状,有人甚至会出现坏疽,并有发生致死性肺栓塞的可能。

刘焕亮提示,一旦出现下肢肿胀,一定要及时到医院就诊,同时减少活动,防止因过度的活动造成血栓脱落。

气温骤降A、O型血库存偏低

不影响全市正常临床用血,但希望市民积极献血

本报11月9日讯(记者 樊伟宏 通讯员 张俊玲 魏巍) 日前,记者从市中心血站获悉,最近一段时间,由于天气骤然变冷,导致街头献血人数明显减少,淄博A、O型血液库存偏低。

在听说血站库存紧张的消息后,淄博职业学院组织了

一次无偿献血活动,活动得到了大学生们的积极响应,当天共有75人捐献热血14950毫升。活动现场,参加无偿献血的大学生纷纷表示:想到自己的血液可以救人一命,感到非常自豪。

据悉,每年气温降低时,血液库存都会受到一定影响,

如果一旦出现紧急情况,势必影响临床血液供应。市中心血站在中心医院、淄博商厦、义乌小商品城、淄川服装城、桓台银座、周村新建路与丝绸路交叉口等地都设有固定献血站,请大家在方便的时候就就近参加无偿献血,莫让寒风吹走我们的爱心。



市疾控开展 “脑卒中”宣传活动

本报讯 为做好中老年人及高危群体脑卒中的“早预防、早发现、早诊断”,广泛传播脑卒中防治知识,近日,淄博市疾控及张店区疾控中心联合在张店区湖田镇大集开展了脑卒中宣传活动。

本次宣传活动以脑卒中的定义和特点、危害、致病因素和防控要点、中年人的脑卒中特点、脑卒中防控知识为宣传提纲,通过悬挂条幅、发放宣传单页和健康宣传手册、接受群众现场咨询的方式开展,现场共发放各类宣传材料200余份,脑卒中定制宣传围裙50余个,接受现场群众咨询100余人次。

(曹铮)