



大觀園

●冬至暖意浓

省中医一天400多孩子贴“三九贴”

“三九贴”虽好,但得注意啥

冬至来临,贴“三九贴”的市民挤满了济南各大医院中医科室。记者从省中医院了解到,“三九贴”的贴敷时间、位置、药方、适用人群都大有讲究。专家建议,“三九贴”作为“三伏贴”的辅助治疗,最好连续贴。

文/片 本报见习记者 唐园园

省中医一天 贴了400多名孩子

22日,“一九”第一天,省中医三层儿科门诊室就挤满了带孩子来贴“三九贴”的家长。下午两点多,忙碌的护士刚吃上午饭,“从早晨过来就一直在忙,来贴的孩子特别多,多是感冒和咳嗽的。”

记者了解到,冬至一天省中医就接待了300多名孩子,“加上之前预约的,差不多有400多名孩子贴了药。”省中医的医生说。

孟女士领着两个孩子过来,“都是过敏性咳嗽,老大现在在12岁,贴了6年,现在咳嗽好很多。小的也是这个情况,一感冒就咳嗽不止,怎么吃药也不好,所以就带他们一起来贴,反正一个冬季就贴三天,既不麻烦也管用。”

省中医医生介绍,“数九”期间天气最为寒冷,人体阴气最盛,阳气最弱,寒气更易侵袭人体诱发或加重呼吸道疾病,同时也是小儿呼吸系统疾病的高发期。临床观察发现,患有哮喘、反复呼吸道感染、过敏性鼻炎的小儿多有阳气不足,肺、脾、肾虚,遇冷着凉即发病,经短时间治疗后虽有好转,但稍有调护不慎,寒气极易趁虚而入,再次发病。

冬至节气后,选用具有辛散温通的药物在特定穴位进行贴

敷,通过药物对穴位的温热刺激,温煦肺经阳气,驱散内伏寒邪,属于“冬病冬治”。

三九贴见效时间 因人而异

“冬病冬治”不仅针对儿童,对成年人同样适用。省中医针灸科副主任医师张彤说:“贴三九贴的大部分是中老年人和儿童,因为中老年人患病多,而儿童体质较弱。”张彤医生说,今天来贴药的成年人也达到百余人。

82岁的张奶奶在女儿的搀扶下来贴“三九贴”,“我一直哮喘,之前喘得特别厉害,经常吐痰,现在贴了四年,感觉吐痰明显减少了。”

大部分患者反映贴“三九贴”有效果,但见效时间因人而异。“不会立马效果显著,但能够控制病情,减少发作次数。冬贴三九,夏贴三伏,连续治疗三年为一个疗程。”省中医医生介绍。张医生介绍,“三九贴”根据治疗疾病不同,可以分为三类:呼吸系统疾病,如慢性支气管炎、支气管哮喘、过敏性鼻炎等;消化系统疾病,如慢性胃炎、胃十二指肠溃疡等;骨关节运动系统疾病,如老寒腿、关节炎等。“每一种疾病都有贴敷的规则,也有对应的不同穴位。”

虽然市民大都选择在冬至这一天贴药,但张医生说,“三九贴”并不一定是冬至当天贴敷效果最佳,“只要在‘三九’期间,任

意一天贴敷都可以。只是在‘三九’期间贴效果更好,如果愿意,平时也可以贴,每周一次。”

记者了解到,今冬共贴敷三次,每七天到十天贴敷一次,市民可以选择“三九天”的固定时间:12月22日,12月31日,1月9日贴敷。每次贴敷时间,一般可持续24小时,最少应保持6小时,对儿科,可以保持在4小时。

记者了解到,“三九贴”的药物是各医院自主搭配调制,不同医院使用的药方不一样,效果自然也不一样。“好的三九贴应该药效强,但创伤小,不好的三九贴可能贴在身上两三个小时就会过敏起疱。”张医生说。

据了解,不光药方不一样,不同医院的贴敷时间也有差异,有的医院第一贴只贴一天,而有的则要贴三天。因此,市民在选择“三九贴”的时候,应尽量选择正规、有口碑的医院。

“三九”“三伏”配合着贴

相比于“三九贴”,市民也许对“三伏贴”的了解度更高,贴的人更多。张医生分析,冬季是呼吸系统疾病的高发季,而夏天则是潜伏期。许多人为了预防秋冬季节呼吸道疾病的发作,能够坚持贴药。“虽然冬天有许多人想贴,但因为正在感冒发烧,气管发炎打吊瓶等情



省中医儿科,不少小朋友在贴三九贴。

况不能贴药。”

贴“三伏贴”的一个大原则是“冬病夏治”。夏季通过贴敷可以增强呼吸系统的免疫机能,减少秋冬季呼吸系统疾病的发作。“而贴‘三九贴’更多是对‘三伏贴’进行促进和加强。”张医生说。

“贴‘三伏贴’的人数是贴‘三九贴’的一半。”张医生提醒:“夏天贴完,冬天最好进行巩固,这样效果更好。”张医生还提醒,贴敷期间要减少运动,避免出汗和着凉;也不要食用过于咸、辛辣、油腻以及海鲜食物,忌烟酒。

“三九贴”是传统的中医治疗方法,但不适用于每个人。对于机体抵抗力低下、阳气虚弱的人群,以及反复感冒、哮喘、慢性咳嗽、支气管炎、过敏性鼻炎、风寒湿痹、虚寒胃痛、前列腺肥大、痛经有良好效果。

但两岁以下儿童,患肺炎及感染性疾病急性发作期,支气管扩张、活动性肺结核患者、孕妇、严重心脏病、糖尿病血糖控制不佳,皮肤过敏者要慎用。

省中医院医生介绍,穴位贴敷后一般无特殊反应。如患者属敏感体质,应缩短贴药时间,如有异常感觉,应及时取下药物。

●看您关心的

市中区委书记 市金融办主任接热线

本报12月22日讯(记者 刘菲菲) 22日,记者从济南市12345市民服务热线了解到,23日,12345将有两场接听活动。

其中,上午9:30,市中区委书记朱红方将听取市民关于经济社会发展、社会稳定、民生需求及党风政风行风建设等方面的意见和建议。

下午4:00,市金融办主任唐忠带领有关人员将听取市民关于我市金融中心建设、小额贷款、融资性担保、典当、民间资本管理公司监管以及机关党风政风行风建设等方面的意见和建议。

“门规”病种 新增精神病

本报12月22日讯(见习记者 周国芳 实习生 王剑秋) 22日,从济南市社保局获悉,2015年度居民医保门诊统筹备案(以下简称“门统”)与门诊规定病种(以下简称“门规”)申报工作开始。据了解,新医疗年度门统全部需要重新备案登记,备案登记日期从即日起至2015年1月31日截止。

据济南市社保局有关负责人介绍,明年济南市居民医保实行新的政策,由于系统升级、定点变更、经办流程改变等原因,新医疗年度门统全部需要重新备案登记。

2015医疗年度,门统定点医疗机构同样继续实行“单定点”管理,普通门诊统筹定点医疗机构确定后,在一个医疗年度内不得变更。参保居民可在196家门统定点医疗机构中选择一家作为其门统定点进行诊疗,于2015年1月31日前,到选择的定点医疗机构备案。

具体定点医疗机构名单可登录济南市社会保险事业局网站查询。

据了解,2015年1月起我市居民医保门规病种共有8种,分别为:恶性肿瘤及白血病的治疗、肾功能衰竭的透析治疗、器官移植的抗排斥治疗、血友病、再生障碍性贫血、系统性红斑狼疮、帕金森氏病及综合征、精神病;其中:血友病、再生障碍性贫血只适用于大学生和少年儿童及其他18周岁以下居民;帕金森氏病及综合征只适用成年居民,精神病为2015年度新增门规病种。

居民医保门诊规定病种的起付标准为200元,在一个医疗年度内参保人只负责一次。

物业每年须组织一次 灭火疏散演练

本报12月22日讯(记者 刘文忠 通讯员 曹萍萍) 近日,记者采访获悉,汲取此前物业小区多起火灾的惨痛教训,济南市有关部门要求加强物业管理区域消防安全管理工作,其中明确要求物业小区应制定符合实际情况的灭火疏散预案,每年组织1次疏散演练。19日,由历城区房屋管理服务中心组织的全区冬季消防及电梯安全业务培训会,在房管服务中心4楼会议室举行,来自全区各物业小区的相关负责人100余人参加了培训。

农村集体建设用地 流转研讨会举办

本报12月22日讯 21日,“农村集体建设用地流转研讨会”在山东农业工程学院济南校区举办。

研讨会以“农村集体建设用地流转”为主题,与会专家、学者围绕“农村集体建设用地流转制度构建”、“农村集体建设用地流转方式、收益分配、价格评估、市场服务体系、政府监管体系”等方面的问题进行了交流和讨论,并提出了诸多对策、建议。(李飞 王辉)



21日,山师化学化工与材料科学学院2014级化学2班的齐鲁志愿者开展了“冬至温暖行”活动。50位师生在学校食堂手工包饺子,并将热腾腾的饺子送给了宿管老师、环卫工人、交警和协警等。本报记者 肖龙凤 实习生 张艺迈 王静 摄



12月22日是冬至,为了让孩子们了解中国传统习俗,并加强动手能力,山师附小二年级8班特意组织了孩子集体包冬至饺子的活动。小朋友们一起和面、调馅,忙得不亦乐乎。本报记者 王若松 摄

冬至,你给家里打电话了吗

数九寒天拉开大幕

本报12月22日讯(记者 孟燕) 22日是二十四节气中的“冬至”。省城天气不错,天蓝得透亮,最高温8.7℃,成为继2010年以来4年最暖的冬至。冬至一家人围坐在一起吃饺子是件幸福的事,不能陪着家人的你,给家里打电话了吗?

古人对冬至的说法是:阴极之至,阳气始生,日南至,日短之至,日影长之至。在天文学上,冬至是一年中白天时间最

短的一天,过了冬至以后,太阳直射点逐渐向北移动,北半球白天逐渐变长,夜间逐渐变短。

“冬至不端饺子碗,冻掉耳朵没人管。”在北方,冬至一家人围坐在一起吃饺子是件幸福的事。而这一习俗据说是因纪念“医圣”张仲景冬至舍药留下的。

按照民间习俗,从冬至开始就要“数九”了,这意味着一年中最冷的“数九寒天”来了。民间流传着的歌谣,“一九二九

不出手,三九四九冰上走,五九六九沿河看柳,七九河开,八九燕来,九九加一九耕牛遍地走。”

根据济南市气象台的预报,未来几天仍没有降水,气温有所起伏。虽然数九寒天开始了,最冷的时候还要等段时间。根据推算,今冬最冷的“三九四九”是从2015年的1月9日至1月26日。等到数九寒天过去,春天就来了。未来几天预报如下:23日

白天晴转多云,南风3~4级,最低气温-3℃~2℃,最高气温9℃左右。23日夜间到24日晴,北风3~4级逐渐减弱到2~3级,最低气温-6℃~-2℃,最高气温5℃左右。25日晴转多云,南风2~3级,最低气温-8℃~-4℃,最高气温6℃左右。26日阴间多云,南风转北风都是2~3级,最低气温-4℃~-1℃,最高气温4℃左右。27日晴间多云,北风2~3级,气温变化不大。

