

# 您有“冬病”来壹家预约“夏治”吧

## 将提供免费三伏贴、火罐和针灸治疗等服务



居民在接受火罐治疗服务。本报记者 孙业文 摄

本报7月30日讯(记者 孙业文) 进入三伏天,“冬病夏治”这说法您一定不陌生,街头巷尾的药店门口也都贴满了“三伏贴”的宣传海报。近日,齐鲁壹家联合山东省中医院在济南各大社区开启“冬病夏治”进社区活动,有“冬病”的居民来壹家预约“夏治”吧!

29日上午,齐鲁壹家同山东省中医院在文华园小区、阳光100小区联合举办“冬病夏治”进社区活动,有近百名居民参与活动。活动现场,山东省中医院专家对“冬病夏治”以及三伏天养生等知识进行了解读。活动还为居民提供了免费三伏贴、火罐和针灸治疗等服务。

“冬病一般是指到了秋冬季就会加重,夏季却有所减轻的明显的季节性疾病。”专家称,居民如果患有慢性支气管炎、过敏性鼻炎、慢性咽炎、颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出、风湿性关节炎等病,这时候选择贴三伏贴治疗会起到事半功倍的效果。

“三伏贴选用白芥子、元胡、甘遂、细辛等中药研成细末,取汁调成膏状,根据病情选取不同的穴位贴敷以治疗不同的疾病。”专家说,三伏贴通常分为头伏、中伏、末伏三个治疗时间,两次贴敷间隔7-10天,连贴三年为一个疗程。每次保留时间为6至12小时,最长可持续24小时。

“我去年贴了三伏贴后,现在觉得腰不是那么疼了,今年我打算接着再贴。”七十多岁的文华园社区居民王奶奶对中医专家给出的夏季养生知识非常重视,并仔细地记录了下来。

三伏贴并不是家庭的日常保健,适不适合自己在家做呢?山东省中医院专家指出,三伏贴实际上是一个治疗手段,需要医生根据病人的病情来辨证施治。有些体质的病人并不适合三伏贴,并且患者自己很难找准穴位,也会影响疗效。

如果您想咨询或者参与壹家“冬病夏治”进社区的活动,来壹家预约吧,咨询电话:4001176556。

## 小报童快来报名义卖

### 募集善款将捐给山区贫困学生

本报7月30日讯(记者 孙业文) 近日,由齐鲁晚报主办的“小报童爱心义卖”第二期活动在历山路奥特莱斯广场前举行,有100多名孩子参与到本次活动中来,有的小报童当天就卖了30份报纸,成功挖到了人生第一桶金。同时,第三期小报童报纸义卖活动也开始报名啦。

“天是挺热的,但是想到我多卖一份报纸,就能给那些贫困生多买个本子,就不觉得累了。”田雨小朋友说,第一份报纸卖出去后,他更加充满自信,俩小时就卖了30份报纸。通过这次活动,他体会到了父母赚钱的不容易,理解了父母的辛苦,他表示会永远记得这次的活动。

活动期间,齐鲁晚报记者将对小报童进行跟踪报道,记录报童成长过程。义卖募集的所有善款都将捐给南部山区的贫困学生,将选出10名小报童充当“爱心小天使”,在活动举办方及父母的陪同下一起到南部山区将善款捐给学校。

“小报童爱心义卖”第三期活动时间是8月7日-8月20日,小报童将免费领取一件T恤和帽子(数量有限,先报先得)。



参加爱心义卖,小报童特别兴奋。本报记者 孙业文 摄

报名方式:小报童QQ群:162072246,拨打4001176556、15610157028报名。



壹家苹果手机 壹家安卓手机



# 育才有方 快乐成长

## 家长的明智之选 成就孩子幸福一生

**天赋基因检测** 为孩子的培养精准导航!  
■特长 ■运动 ■智商 ■情商

天才热线 0531-86110606



山东联合基因公众号



全健康微信公众号