



健康生活 随我而来

理事单位:

菏泽市立医院

菏泽市中医医院

菏泽市第二人民医院

菏泽市第三人民医院

菏泽市传染病医院

菏泽市牡丹人民医院

菏泽牡丹区中心医院

菏泽开发区中心医院

菏泽博爱医院

菏泽爱尔眼科医院

菏泽华厦眼科医院

伏天首日,市民抢贴三伏贴

菏泽市中医院三伏贴开敷

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 周千清

“去年贴三伏贴,对哮喘确实有效果,今年专门赶来。”7月12日是2019年初伏第一天,是菏泽市中医院三伏贴贴敷效果最佳的日子,当日该院针灸、推拿门诊迎来贴三伏贴的市民,挤满了整个走廊。冬病夏治,这些患者深感夏天的三伏贴减轻了慢性病病症,医院专家邓海霞提醒,贴敷在入伏前三天疗效最佳,但三伏里每一天都可以贴敷。

“三伏贴, 让老哮喘轻了”

7月12日是入伏第一天,上午8点钟,菏泽市中医院中医特色治疗康复中心走廊上挤满了前来贴敷三伏贴的市民,慢性病患者、没病防病的市民排长队等候。

家住曹县韩集镇的陈女



士,今年57岁,这是她第一次贴敷三伏贴。“早上7点就从家出发了,早早就到综合贴敷处开始贴敷。身体没有什么大毛病,就是经常胃不舒服,这样的情况大概有3年时间了,想着通过贴敷三伏贴改善一下身体情况。”陈女士说,她之所以从曹县赶来主要是因为邻居之前也是胃不舒服,但通过连续贴敷三伏贴2年,病情有了明显好转。

因此,她决定和邻居一起到医院进行贴敷。

据市中医院针灸推拿科主任邓海霞介绍,在“三伏天”里,人体的肺脏气血通畅,药物容易深达脏腑,是治疗、调整脏腑疾患的最佳时机。此时进行贴敷治疗能够刺激穴位,避免了打针吃药之苦,也能使药物更好地循经导入,因此很受欢迎。与往年不同的是,今年新增

了呼吸系统疾病贴敷处和关节疾病贴敷处,一定程度上也缓解了针灸推拿门诊的人流量。

三伏中

每一天都可贴敷

为了让市民有更好的贴敷效果,邓海霞说,三伏贴贴敷的药品提前就准备好了,但是姜汁比较有时效性,因此是工作人员在凌晨4时现打的,目的就是保持姜温热的特性,让其辛辣性与药物相结合,增强药性。此外,为了让贴敷工作顺利进行,在7月11日,邓海霞对科室医务人员进行了培训。

据悉,菏泽市中医院三伏贴贴敷自1987年开始,至今已有32年时间,医院每年都会根据气候调理药量。其三伏贴主要针对支气管哮喘、慢性支气管炎、过敏性鼻炎、慢性咽炎;风湿与类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、网球肘炎;慢性胃肠炎、消化不良;虚寒头痛、胸

腹痛等虚寒性疾病;痛经、产后头痛、坐月伤风等;小儿反复感冒、腹泻、厌食、消瘦、遗尿;由免疫力低下和内分泌失调所致的各种虚寒性疾病等。

三伏贴虽然适应很多病症,但也有一些注意事项,即贴敷对象为2岁以上儿童及成人;敷贴期间,忌酒、生冷、油腻、海鲜、辛辣刺激性之品;贴敷时间视个人体质皮肤特质而定,一般情况下,成人4—6小时,儿童2—4小时;贴敷后局部皮肤微红或有色素沉着、轻度搔痒均为正常反应,无需处理,不影响疗效;贴敷后如皮肤局部出现刺痒难忍、灼热、疼痛感觉时,应立即取下药膏,一般可自行痊愈;若皮肤出现红肿、水泡等严重反应,需及时到医院就诊。

2019年三伏贴时间:头伏为7月12日—7月21日;中伏为7月22日—7月31日;润中伏为8月1日—8月10日;末伏为8月11日—8月20日。

菏泽启动“中医中药中国行—中医药健康文化推进行动” 提升公民中医药文化素养和健康素养

本报菏泽7月15日讯(记者

周千清) 为推动中医药健康文化传播,提升民众中医药健康文化素养,7月14日上午,由菏泽市中医药管理局主办,市中医院承办的2019年“中医中药中国行—中医药健康文化推进行动”启动仪式在菏泽市中医院举行,现场同时启动了中医药健康文化主题活动。

“此次活动的启动有利于提升广大群众中医药服务的参与感、获得感;有利于创新中医药健康文化传播形式,从而在全社

会广泛开展中医药文化宣传活动,推进中医药文化进校园、进社区、进家庭,大力弘扬中医药健康养生文化,推广中医‘未病先防’的自我健康管理和生活方式,提升公民中医药文化素养和健康素养等。”菏泽市卫生健康委员会党组成员王体禹在启动仪式中致辞,说各有关部门要进一步发挥中医药特色优势,开拓进取,继承创新,扎实做好菏泽市的中医药工作。

之后,市中医院党委书记、院长郝敬忠宣布活动启动。

启动仪式后,王体禹一行

首先到签名墙签名,随后到医院门口发放宣传页,为市民普及中医药知识。同时,在医院门诊大厅举行了中医中药中国行—儿童青少年近视防控及常见病义诊活动,来自医院眼科、皮肤科、泌尿两腺外科等科室专家为群众诊断开方、讲解中医治未病知识、展示中医药特色疗法,从而让群众进一步了解中医药,认识中医药,切实感受到中医药“简、便、验、廉”的特色优势及在预防、保健、养生、康复等方面的独特魅力。

家住菏泽市牡丹区和平小



区的张女士,在前几天就听说今天有小儿近视推拿的专家在门诊大厅义诊。这不,早上8时多,就带着9岁半的女儿到医院了。“去年带女儿来医院查过,当时查的双眼是1.0、1.5,当时也没佩戴眼镜,回来也很少注意,现在孩子视物比较模糊,就想着找专家看看。”张女士说。“这个孩子目前属于假性近视,而且年龄比较小,如果做这种小儿近视推拿效果是很好的,一次大概做20几分钟。”市中医院针灸推拿科主任邓海霞说。

把视力下降当花眼,原是得了糖尿病 成武一花甲老人险失明,经菏泽华厦眼科医院治疗后重见光明

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 李德领 通讯员 任兆潘

“我一直觉得,人年纪大了,看不清了是眼花了,从来没有想过还跟糖尿病有关系。要不是菏泽华厦眼科医院的张中敏院长,这下真的要瞎了。”家住成武县汶上集镇李大爷说。菏泽华厦眼科医院张中敏院长建议糖尿病患者,要定期至专业的眼科医院检查眼底情况,建立眼健康档案,做好糖尿病眼病的早期预防。

今年64岁的李大爷患有糖尿病,2年前就感觉视力开始下降,以为是年纪大了,花眼了,结果越来越严重,直到快看不见了才意识到问题的严重性。几经周转打听到菏泽华厦眼科医院张中敏院长在眼病治疗方面很是擅长,就在儿女的陪同下前来就诊。

经门诊检查,李大爷的视力右眼0.02,左眼仅有指数。“李大爷的眼病是比较典型的糖尿病视网膜病变,糖尿病性视网膜病变是糖尿病性微血管病变中最重要的表现,是一种具有特异性改变的眼底病变,是糖尿病的严重并发症之一。最终会导致患者视力下降、失明。”张院长检查过后确诊了李大爷的病情,并将其收治入院,并安排手术,“糖尿病性视网膜病变临幊上分为6期,在早期的时候可以采用药物治疗,李大爷的这种情况已经发展到第五期,需要进行眼底激光联合玻璃体切割手术治疗。”

12日,张院长先为李大爷做了左眼的手术治疗,术后第二天复查,视力恢复到0.2,“原来只能感觉到眼前有手指晃动,现在又重新看到人的脸庞,原以为这辈子就这样瞎了,

谁知道又重新看见了,太感谢您了,张院长。”

张中敏院长介绍,糖尿病患者以中老年人群居多,很多患者眼睛出现“老眼昏花”等现象,就以为是年龄大所致,往往因此而延误了治疗时机。与白内障等致盲眼病相比,眼底病造成的后果更加严重,糖尿病患者更是易患人群,糖尿病、高血压、高血脂、身体器官老化都会导致眼底病的出现。由于眼底病前期症状并不明显,有症状才就诊可能已是中晚期,如治疗不及时,两三个月可能出现眼底出血,导致失明。因此眼底病的早发现、早诊断、早治疗至关重要。一旦眼睛出现视物模糊、变形和变大变小,很有可能是得了眼底病,应立即就诊,以免错过了治疗最佳期。

据悉,张中敏,系菏泽市医



学会眼科学分会委员,菏泽市白内障防盲专家指导组成员,从事眼科工作20余年,具有丰富的眼科临床经验。2001年在山东大学齐鲁医院进修,能解决和处理各种眼科疑难杂症,擅长于眼底病、白内障、青光眼的治疗,完成白内障超声乳化

手术20000余例,开展微创玻璃体切除术治疗眼底病。在复杂性视网膜脱离、重症眼外伤、糖尿病性视网膜病变、黄斑变性等疾病的外科手术治疗上有专长。曾被评为菏泽市卫生三下乡先进个人,菏泽市青年工作者岗位能手。