

三伏灸、督灸、温通刮痧……

济阳区中医医院推出特色诊疗“大礼包”

记者 程凌润
通讯员 王剑 孙冬雪

三伏灸让冬病夏治发挥最大作用

“冬病夏治”源于《黄帝内经》的“春夏养阳”理论，指的是在夏季治疗冬天的疾病，是我国传统中医药的特色疗法。

所谓的“冬病”是指好发于冬季或在冬季症状容易加重的疾病，如气管炎、哮喘、过敏性鼻炎、风湿病、关节炎等；“夏治”则是指选择在炎热的夏季之时，主要通过针刺、穴位贴敷刺激穴位及药物的渗透吸收，起到疏通经络、健脾益肺、温阳补肾的作用，以增强患者的免疫功能，提高人体抵抗力，扶正固本，从而减少或减轻“冬病”。

“三伏天是一年中自然界阳气最为鼎盛的事件，根据春夏养阳的原理，三伏艾灸可谓是顺天应人。”济阳区中医医院中医综合治疗室主管护师孙冬雪说，三伏天气热，人体毛孔打开，艾草药性更易渗透，热力循经而行，一举祛除体内阴寒之气，使冬病夏治发挥最大作用。

“三伏灸包括伏前灸、初伏灸、中伏灸两次、末伏灸、伏后加强灸，三年为一个疗程。”孙冬雪称，其中初伏打好基础，冬病夏治事半功倍，三伏灸对慢性支气管

“药之不及，针之不到，必须灸之。”作为中国古代医术的重要组成部分，艾灸是一种使用燃烧后的艾条悬灸人体穴位的中医疗法，其适应范围十分广泛。三伏灸、督灸、温通刮痧……炎炎夏日，济阳区中医医院中医综合治疗室举办中医药文化月优惠活动，患者可以享受“冬病夏治”的中医特色诊疗的“大礼包”。

▶督灸每次治疗需要一个小时左右。

炎、哮喘、肺气肿、肺心病、鼻炎、咽炎、小儿反复感冒、痛经及颈肩腰腿痛等疗效确切。

督灸是一次灸疗时间最长的灸法

“督脉为阳脉之海，脉如其名，就如同汪洋大海，汇聚了全身经脉的阳气，并把这些阳气输送、布散到全身体表的肌肤腠理之处，发挥温煦机体，抵御外邪的功能。”孙冬雪称，武侠小说中的任督二脉是存在的，《黄帝内经》就有“病在督脉治督脉”的记载，而督灸又称“督脉灸”“铺灸”，是在



督脉的脊柱段施以“隔药灸”的一种独特施灸方法。

据了解，督脉灸的操作方法主要是先在脊柱正中线上撒根据患者不同体质不同症状而调配的中药细粉适量，然后铺一层宽5厘米、厚2厘米左右的生姜蓉，上面再铺一层艾绒，并捏成圆柱体，同时点燃“头、身、尾”三处艾绒，一次治疗需要更换两到三次艾绒，待艾绒全部烧尽即可，每次治疗需要一个小时左右，治疗中患者会感觉背部温热，但热而不烫，浑身感觉暖洋洋。

“这是目前灸疗中施灸范围最大，一次灸疗时间最长的灸法。”孙冬雪介绍，督灸是在督脉

上施以隔姜灸的治疗方法，它将经络、腧穴、艾灸的综合作用融为一体，充分发挥益肾通督、温阳散寒、行气破瘀、通痹止痛、调和阴阳、激发人体免疫力的功效，是人体补阳、开经之最。

“之前有一位患者一年四季手脚冰凉，而且经常精神疲乏，吃饭睡觉都不怎么好。但是，常规体检结果却显示正常。”孙冬雪说，通过辩证施治的督灸疗法，该患者手脚冰凉等症状消失。

数据显示，自2022年底济阳区中医医院中医综合治疗室设立以来，孙冬雪与同事三年累计接待患者1.6万人次。

中医诊疗方法可提高身体免疫力

三伏天期间，不少市民进行刮痧、拔罐、督灸等一系列的治疗，这些特色中医诊疗方法可温肾壮阳，元气充足，提高身体免疫力，摆脱身体亚健康状态。

据了解，温通刮痧是利用能量艾灸杯为工具，将艾灸、刮痧、推拿有机结合在一起，可以达到扶正祛邪的新型中医操作技术。这些操作融会贯通，达到“1+1+1>n”的效果。

任脉灸急救阴脉之海，主要在任脉上施以隔姜灸的治疗方法，主要是对于痛经、月经不调、子宫肌瘤、盆腔积液、胃脘胀痛等。

耳穴刮痧又叫耳部全息铜砭刮痧疗法，是指用虎符铜砭通过徐而和的手法在耳穴上刮痧，治病，扶正祛邪，以通为治，以通为补，以通为泄，以通为健的治疗方法。

吸痧走罐以中医经络和脏腑学说为理论基础，在刮痧走罐的基础上发展而来，具有畅通经络气血，调整阴阳平衡的作用。罐内负压可令皮肤局部组织充血，局部血管扩张，血流量增加，血液循环加速，改善皮肤血供，增强深层细胞活力。可适用于6个月以上小儿及成人的感冒、发烧、咳嗽、咽喉不适、便秘、泄泻、积食、颈肩腰腿痛。

“政府开发的乡村公益岗位让我在家门口就能做事，每个月还有600块钱的收入，感谢政府为我们着想。”提起公益岗位，温店村监测户温女士打心眼儿里高兴。温女士家中6口人，三个孩子、公公婆婆，两个孩子上学，平时靠种大棚维持生活，为减轻她的家庭负担，村里帮其申请了公益岗位。

温女士平时负责清扫村里的路面上的树叶、纸屑等垃圾，对于这份工作，她十分珍惜，这小小的岗位，让她实现稳定就业的同时，也给她带来了一份生活保障。近年来，济北街道按照“乡村公益岗位+就业帮扶”的工作原则，扎实开展公益岗位选聘工作，通过张贴招聘公告、工作人员入户走访等方式进行宣传，全面摸排符合条件的人员，严把公益岗位的人口关、使用关、监督关，为一些符合条件的脱贫户和监测户输送岗位，促进群众就地就近就业增收，有效激发内生动力，助力乡村振兴。目前在岗共有126人，其中脱贫户、监测户37人。

济北街道公益岗位助力乡村振兴

济南大北环项目济阳段完成现浇箱梁施工



本报7月25日讯（通讯员 张磊）18日，随着最后一方混凝土成功入模，济南大北环项目二标段，稍门枢纽互通主线桥左幅第二联现浇箱梁施工完成（右图），标志着二标段在全线率先完成现浇箱梁施工，为后续桥面施工奠定了基础。

据了解，济南绕城高速公路二环线北环段项目（简称“大北环项目”）起自济南市章丘区黄河镇以北，向西途经济南市章丘区、济阳区，德州市临邑县、禹城市，止于禹城市梁家镇北侧与京台高速交叉处。项目总概算投资141.7亿元，主线全长67.62公里，采用双向六车道高速公路技术标准建设，路基宽度34.5米，设计速度120

公里/小时。该项目在济阳区境内全长33.72公里，投资概算78.5亿元。目前，路基工程完成71.1%，桥梁工程完成

81.0%；项目设计总需要土方730万方，目前已完成560万方，占比76%。项目建成通车后，将与京台、京沪、东吕、济高

等多条高速公路实现联通，对于改善济南北部城区交通出行，完善山东高速路网布局等具有重要意义。

济阳区中医医院到垛石街道肖家村开展文明实践志愿服务活动

本报7月25日讯（通讯员 李天瑞）7月19日，济阳区中医医院医护人员深入垛石街道肖家村协同垛石街道肖家村新时代文明实践站开展“传承弘扬雷锋精神，村居义诊温暖民心”文明实践志愿服务活动，面向村内60岁以上老人免费体检、中年人义务量血压、测血糖以及健康咨询。

活动中，中医医院医护人员早来到现场，在志愿者和医务人员的引导下，村内中老年人们有序排队进行各项指标检查和健康咨询。医生们耐心倾听和了解了老人们的身体情况，并给予就诊群众专业性的建议与治疗方案，同时还向老人们普及日常保健知识。

活动中，中医医院医护人员深入到现场，在志愿者和医务人员的引导下，村内中老年人们有序排队进行各项指标检查和健康咨询。医生们耐心倾听和了解了老人们的身体情况，并给予就诊群众专业性的建议与治疗方案，同时还向老人们普及日常保健知识。

本次活动，中医医院医护人员、肖家村“两委”、志愿者的贴心服务让老人和村民在家门口就享受到了专业的医疗体检服

务，受到群众的一致夸赞和好评。下一步，垛石管区将持续整合社会力量，充分借助新时代文明实践平台，针对群众需求切实对应落实民生政策，广泛深入开展村内义诊、健康咨询等应民需、暖民心、解民忧的民生工作，切实为助力推进建设村居贡献垛石力量。

（骆慧娟）