

三伏天将到,冬病怎么夏治?

# “老寒腿”患者、“哮喘族”可以试试三伏贴

■记者 刘地委

7月16日就要进入三伏天了,正是冬病夏治的好时节。冬病夏治是指对于一些在冬季容易发生或加重的疾病,在夏季给予针对性的治疗,提高机体的抗病能力,从而使疾病症状减轻或消失。冬病夏治有很多方法,如中药内服、艾灸、熏蒸等,最具代表性的是贴敷三伏贴。

哪些疾病适合冬病夏治?昨天,记者采访了许昌市中心医院南区医院中医馆负责人姬小莉。

**“老寒腿”可以冬病夏治吗?**

今年70岁的张先生患“老寒腿”多年。由于关节畏寒,他在夏季不敢使用空调、电扇,睡觉时即使热得全身流汗,

也要穿长裤、戴护膝,一旦膝盖受风就疼得整晚难以入睡。

“老寒腿”适合冬病夏治。”姬小莉告诉记者,一般来说,引起慢性颈、肩、腰、腿痛的主要原因,就是“寒”“虚”“瘀”和“痰”。三伏天天气炎热、阳气上升,人体的气血运行比较通畅。此时贴三伏贴能对冬季多发病起到良好的治疗效果。

许昌市中心医院南区医院的三伏贴配方经过多位中医专家研讨组方,将中药研成细粉,用姜汁调成泥状,根据不同的病情,选择不同穴位,在初伏、中伏、末伏贴上,持续贴2个小时左右。症状严重者可选择中伏加强贴。

三伏贴贴敷时间为6月21日至7月15日(伏前贴),7月16日至7月25日(初

伏贴),7月26日至8月4日(中伏贴),8月5日至8月14日(中伏加强贴),8月15日至8月24日(末伏贴)。凡到该院进行穴位敷贴者,贴4次送1次。提前预约者赠送养生足浴粉2包或拔罐治疗1次。许昌市中心医院门诊3楼3诊室中医科、许昌市中心医院南区医院中医馆同步“开贴”,市民可前往咨询。

**哮喘、咳嗽也可在夏季治疗?**

“对慢性呼吸道疾病采取三伏贴贴敷,是中国几千年传统有效的治疗方法,能起到调节免疫力、改善肺功能、平喘止咳的作用。”姬小莉说,对于患有呼吸系统疾病等慢性疾病的人来说,夏天是一个不应放过的治疗时机。冬季因为气温、气压偏低,这类病特别容易复发。在夏季,由于影响其发病的气候因

素比较少,症状通常比较轻,有足够的扶正固本,以提高肌体的免疫力,达到痊愈的目的。

**儿童体弱多病可否冬病夏治?**

姬小莉介绍,三伏贴贴敷对儿童更有优势,药物不经胃肠道代谢,能保护小儿娇嫩的脏腑,副作用小,而且不用打针吃药。

冬病夏治的儿童常见病有哮喘、过敏性鼻炎、过敏性咳嗽、反复感冒、风湿类疾病,以及某些虚寒性的疾病,如反复发作的腹痛、腹泻等。由于三伏贴贴敷主要是针对慢性疾病和过敏性疾病的预防治疗,因此,家长不要急于追求效果。一般而言,连续治疗3年,机体的抵抗力能得到较大提高,冬病的发生会明显减少。

## 许昌市人民医院做好动静脉内瘘的评估、监测、维护、修补、介入治疗 全力守护血液透析患者的“生命线”

■记者 马晓非 文/图



医护人员正在查房。

提到动静脉内瘘,需要做血液透析治疗的患者及家属并不陌生。它可以为血液透析治疗提供充足的血液,被称为血液透析患者的“生命线”,直接关系到患者的生命质量和长度。为守护血液透析患者的这条“生命线”,许昌市人民医院肾内科及血液净化室提供动静脉内瘘的评估、监测、维护、修补、介入治疗等“一条龙”服务。

进行血液透析,首先要建立血管通路。动静脉内瘘术是一种血管吻合小手术,

将前臂靠近手腕部位的动脉和邻近的静脉进行缝合,使吻合后的静脉中流动着动脉血,形成一个动静脉内瘘。通俗地讲,动静脉内瘘就是进行血液透析的血管通路。

有些患者和家属可能会觉得奇怪,人体本身就有血管,为什么要再造一个呢?

“进行血液透析时,每分钟至少要引流250毫升血液,人体自身的静脉根本满足不了血液透析流量的需要。而动脉穿刺存在穿刺困难、危害大等问题。”7月13日,许昌市人民医院肾内科、血液净化室主任卢占锋对记者说,“动静脉内瘘是把患者的静脉和动脉连接起来,既能满足流量要求,又安全、易于操作。”

不过,人体可用于血液透析血管通路的血管资源是有限的。随着血液透析时间延长,动静脉内瘘会出现狭窄、血栓、闭塞等。有些患者可以用于血液透析血管通路的血管资源耗竭,出现了“无

血管可用”的情况。因此,如何把动静脉内瘘保护好,对于延长血液透析患者的寿命,提高其生活质量至关重要。

“我们开展的动静脉内瘘评估、监测、维护、修补、介入治疗等,就是为了最大限度保护血液透析患者的‘生命线’。”卢占锋说,“其中,评估、监测、维护重在预防,修补和介入治疗重在解决出现的问题。”

为患者实施动静脉内瘘术前,该科通过彩超检查等进行严密的术前评估,了解血管情况,选择合适的手术方式,大大提高了手术成功率。该科每个月对患者的动静脉内瘘进行检查,及时了解是否出现狭窄、血栓、闭塞、血流量低等问题,一旦发现立即解决。同时,该科注重对患者进行健康教育,教患者正确维护动静脉内瘘。

当动静脉内瘘出现血栓、狭窄、闭塞等问题后,许昌市人民医院肾内科及血液净化室可采用血液透析动静脉内瘘修补术,将血栓取出或对被破坏的血管进行重造,还采用超声引导下动静脉内瘘介入治疗,在解决问题的同时保护有限的血管资源。

**医界前沿**  
许昌市人民医院协办

## 夏季谨防 假中暑隐藏真心梗

■记者 刘地委

不少人认为心梗高发于寒冷季节,其实,在炎热的夏季也不能掉以轻心。专家表示,因为夏季天气炎热,人体易出汗,若饮水少会造成血黏度升高,使周围血管扩张、心脏负荷加大。如果合并冠心病血管病变,极易导致心梗发生。

7月9日,70多岁的张大爷从外面回家后,突然出现胸前区疼痛、面色苍白、冷汗淋漓等症状。家人误以为张大爷中暑了,赶紧将他扶到床上。躺了半个小时,张大爷胸前区疼痛的症状仍未缓解。家人将他送往医院救治。张大爷被诊断为心梗。

许昌市中心医院心血管内科专家郭明拴介绍,心梗也叫心肌梗死,是由于冠状动脉粥样硬化或斑块破裂导致血管收缩、血流不畅,从而出现血栓,致使心肌细胞持久性缺血而引起的心血管疾病。

心梗患者往往感觉焦躁不安,发作时伴有一过性3至5分钟剧烈的胸闷疼痛、心律失常、大汗淋漓、呼吸困难等症状。不少人以为是中暑了,容易忽略心梗,错过最佳的急救时间。

如何区别中暑和心梗?郭明拴告诉记者,中暑的主要症状是头晕、头疼、口渴甚至发热、抽搐,出汗部位主要在前胸、后背、脖子、腋下。心梗则表现为胸部出现憋闷感、紧缩感,一般不会有头晕、恶心、发热的症状,出汗部位为脖子、额头、手心、脚心等,皮肤温度相对较低,冒冷汗。另外,心梗有时会出现不典型症状,如胃疼、牙疼、嗓子疼等。

一般来说,胸痛持续超过5分钟应提高警惕,20分钟还不缓解要高度怀疑心梗。患有高血压、糖尿病、高血脂、冠心病的人群,肥胖、吸烟、高龄等人群,是患心梗的高危人群。

夏季如何预防心梗?郭明拴提醒市民,要注意养成健康的生活方式。适当运动有助于维持正常的血管机能,强度不要过大,注意休息,劳逸结合;运动后忌喝凉水、冷饮,大汗淋漓时不要用凉水冲洗身体。骄阳似火的天气,中老年人和心脑血管疾病患者应尽量减少户外活动。

有心血管疾病史的人,家里要常备血压计、血糖仪,定时监测,身边要常备急救药物。若出现心脏部位有闷胀感、呼吸不畅等症状,尽快拨打120急救电话。等待救援过程中,家属要让患者平躺,开窗通风,让患者得到充分的氧气供应。

## 盛夏赴鸠山 扶贫守健康

■记者 刘地委 文/图



医生入户为村民检查身体。

许昌市中心医院南区医院“百医包百村”健康扶贫队在该院副院长长游玉红的带领下,携带心电图机、血糖仪、血压计、药品等,奔赴禹州市鸠山镇张家庄村,开展入户随访、义诊活动。

李大伯家住张家庄村五组,他经常头晕、精神不振。上次,健康扶贫队来到该村为他检查身体时,心电图提示其左侧壁T波异常,血压较高。健康扶贫队为其提供

用药和生活指导。近段时间,按照医嘱坚持服药后,李大伯的症状明显减轻,血压接近正常。

在精神障碍患者张先生家中,健康扶贫队为其进行了第30次长效药物注射。3年前,得知其患病后,健康扶贫队坚持为张先生提供药物治疗。

经过张家庄村爱心超市时,健康扶贫队遇到了在劳动中受伤,腰椎变形明显的张大伯。经过体检,他的病情还算稳定。随后,健康扶贫队购买了张家庄村爱心超市的土特产,进行消费扶贫。

健康扶贫在行动,义诊活动暖人心。当天,健康扶贫队顶着火热的太阳,随访了患有糖尿病、冠心病、高血压、慢阻肺等慢性病的村民,为他们测血糖、测血压、做心电图检查等,帮助其制定新的治疗方案,进行生活指导,并和驻村第一书记、禹州市卫健委驻村扶贫工作队员,针对扶贫及疫情防控等工作进行了交流。

本次活动为当地村民提供了一个方便就医的机会,切实解决了他们看病难的问题。健康扶贫队通过宣传、普及医学知识,增强了村民的卫生保健意识,提升了村民的满意度。

“今后,我们将继续利用专业知识守护村民的健康,使广大村民切实感受到精准扶贫政策的关怀和温暖,助力脱贫攻坚工作深入开展,让村民奔向幸福生活的美好愿景早日实现。”游玉红说。

“党和政府的政策真是好,感谢专家不辞辛劳来我们村给我看病。我感觉最近身体好多了。”禹州市鸠山镇张家庄村村民李大伯接受医护人员听诊、体格检查,服药后,满怀感激地说。

随着气温越来越高,很多心脑血管疾病患者承受很大的困扰。6月24日,