

11类疾病适宜服用膏方

脾胃不好如何服膏方？晚上睡觉失眠盗汗怎么办？血脂增高能吃膏方吗？吃了膏方会不会长痘？膏方服用有哪些误区？9月23日上午9:30至10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请安徽省中医院呼吸内科主任张念志为大家提供解答。

■ 陈小飞 罗菁 记者 李皖婷/文 倪路/图



本期指导专家：张念志

安徽省名中医。现任安徽省中医院呼吸内科主任，兼任国家中医药管理局重点学科——中医内科呼吸学科带头人。主持国家自然科学基金等项目10项，出版著作8部，发表论文130余篇。

脾胃不好服膏方要先服“开路方”

读者：我今年40岁，胃肠功能不太好，患有浅表性胃炎，问一下膏方能吃吗？

张念志：慢性胃病起病较慢，病程较长，多因素体脾胃虚弱、久病体虚、中气不足、稍受寒热、饮食不节、情志刺激等因素发展成为慢性胃脘痛，膏方作为重要的一种重要剂型，滋补是它的一方面，而对消化系统疾病更有显著的治疗和防病功能。对于慢性胃炎患者，一般服膏方前都要用“开路方”调整一下脾胃的功能，使脾胃功能调整到最佳状态，便于膏方的吸收。

血脂高可用膏方调理

读者：血脂增高能吃膏方吗？

张念志：中医认为引起血脂增高的主要病因是饮食不节所致的痰湿内盛，生活不节所致的肝肾亏虚、阴虚阳亢等，常常还会伴有腰酸、乏力、烦躁、失眠等症。建议平时节制饮食、生活有规律，多参加户外活动。并注意多测量血压，用膏方进行调理也是一个很好的方法，有助于恢复脏腑功能，调理阴阳气血，改善心脑血管功能。

服用膏方不会长痘

读者：我今年40岁了，黄褐斑多了想吃养颜膏方，会不会反而长出痘痘来呢？

张念志：我们的养颜膏方主要就是针对妇女内分泌失调引起的月经量少，体重

增加、黄褐斑或痤疮的。你可以吃，不会长痘痘。你选择一下两种：一种是内分泌失调、妇科炎症、子宫内膜异位症引起的妇女面部色斑、痤疮，这属于祛病养颜范围；另一种是针对内分泌没有大的问题的健康妇女，仅表现为面色晦暗、油腻暗疮、皱纹增加，可用养颜靓肤膏方、黄褐斑膏方以及痤疮膏方，还有一种驻春调经膏方，主要针对卵巢早衰、体重增加、潮热烦躁、提早闭经的妇女。

手术后的患者服用膏方效果好

读者：我父亲今年63岁，今年查出大肠癌中期，经手术治疗化疗后两个月，体质很虚弱，别人建议吃膏方，想问一下医生能不能吃？

张念志：手术、化疗后的患者，由于手术创伤耗伤气血，身体十分虚弱，如果没有进行合理的调补，身体恢复较慢，肿瘤患者术后及化疗后易导致气血两虚、津液亏损的表现，服用白参、白术、米仁、当归、白芍药等养胃益气、补血膏方能增加免疫力，不仅具有抗癌活性，并能增强化疗药物的抗癌作用，同时能明显降低化疗引起的不良反应。

11类疾病适宜服用膏方

读者：哪些疾病适宜服用膏方？

张念志：以下几种疾病适宜服用膏方。1、呼吸系统（过敏）疾病：肺纤维化、尘肺病、肺癌、肺气肿、慢性咳嗽；2、风湿、类风湿免疫类疾病；3、各种慢性病；4、儿科疾病调理：易患感冒、咳嗽、哮喘、厌食、慢性腹泻；5、亚健康状态和调养人体体质；6、男女孕前健康调理；7、肿瘤康复、化疗后、体质虚弱；8、消化系统疾病、慢性肾炎、慢性腹泻；9、心脑血管疾病、冠心病、脑梗塞；10、内分泌疾病、糖尿病、甲状腺病；11、肾系疾病，慢性肾炎、尿路感染。

服用膏方不必局限于冬天

读者：膏方是不是一定要冷天才能服用？

张念志：自古以来，进补膏方以冬至日起三十天左右为最佳时间，即冬至日起“头九”至“六九”之间，因此许多病人要等到天气寒冷、北风呼啸之时，或到年底冬至日方才寻医开药。但现代中医药学对膏方赋予了新的内涵，正如前文所说，开膏方可以作为一种防治方法，为患者或亚健康人群提供一种便捷的中医药保健和治疗，尤其是在秋冬季节转换时，为各种易感人群提供了有力的中医药保障。大冷天服膏方的概念可以改一改。

提供健康服务。

储浩然，主任医师，安徽省名中医，安徽省针灸医院脾胃病专家。从事中医针灸临床、教学、科研工作三十年，擅长使用中药及针灸方法治疗慢性胃炎、肠易激综合征、消化性溃疡、肥胖病等各种脾胃病、内分泌及代谢系统疾病，其中药配合针灸治疗脾胃病临床效果显著。

汪珺 记者 李皖婷

下期预告

“秋燥”与脾胃病

秋燥是什么？人群中“秋燥”有哪些表现？秋季好发哪些脾胃疾病？如何预防秋季脾胃病的发生，有哪些饮食禁忌？中医治疗脾胃病的方法有哪些以及有何优势？简单的灸法与按摩，你可以成为自己的脾胃病医生？下周二（9月30日）上午9:30至10:30，本报健康热线（0551-62623752）将邀请安徽省针灸医院脾胃病科储浩然主任为读者

一周病情播报

老人跌倒怎么办？

老人跌倒，不外乎以下几种原因，运动功能减退，被障碍物、台阶绊倒；心脏病、脑血管病导致的晕厥；药物副作用导致跌倒；环境或者其他因素所导致。这些原因，轻则导致损伤，重则危及生命。

合肥市一院急诊科主任杨静建议，如果遇到老年人摔倒，不要急于扶起，而是要判断摔倒的原因。如果是因为道路不平或者运动功能下降而摔倒，或者是由于看不清路被绊倒，轻者会造成一些

摔伤、淤伤等问题，严重者则可能伤及骨骼，或者存在出血的风险。如果跌倒的老年人没有剧痛、肢体不能活动等感觉，可能伤得不重，可以试着把他扶起来，但是动作一定要慢，也不要用力。

家中的老人如果有心脏病史，老人突然倒地并失去意识很可能是心肌梗死，这时也不应随意搬动处理，要立刻拨打急救电话，送去医院进行救援。

苏洁 记者 李皖婷

皮肤奇痒 时珍本草霜 一抹止痒

俗话说：疼不死人痒死人。奇痒难耐，抓破皮，挠出血，打针吃药，抹激素方法用尽，痒痒就是止不住。痒得揪心刺骨，坐卧不安，彻夜难眠。

老中医张启山祖传“时珍本草霜”专治皮肤瘙痒。无论是夏秋过敏痒、脚气钻心痒、皮炎灼热痒、湿疹糜烂痒、风疙瘩痒、疱疹刺痛痒，还是糖尿病及肾病全身痒——只要抹上此膏，均是膏到痒除。

据老中医介绍：处方源自于《本草纲目》秘方，“循经拔毒”药用成分就像靶向追踪器，循着人体经络把分散潜藏于体内深层的风、寒、暑、湿、燥、火、虫七类毒素一网打尽，迅速杀灭真菌及皮肤血液病毒。多年的皮炎（神经性皮炎、过敏性

皮炎、日光性皮炎）、湿疹、手足癣（香港脚、鹅掌风、烂脚丫、手脱皮）、体癣、头癣、花斑癣（汗斑）、牛皮癣、龟头炎、女阴瘙痒、痔疮、痤疮、丘疹、荨麻疹、疥疮、带状疱疹等皮肤病也因此痊愈。脚气干痒掉皮、皮癣脱皮、疱疹溃烂破皮、色素沉着及粗糙肥厚的皮肤恢复光鲜亮泽，再顽固的皮肤痒也不再复发。

咨询电话：0551-62843033（市内免费送货）地址：合肥 养生大药房（三孝口邮局斜对面）普济药房（市府广场）环城路益民诊所（大钟楼与环城路交口向西100米）淮南仁济（润丰宾馆旁）安庆宝芝灵（116医院对面）阜阳华利（三里小学旁）六安大别山路50号药房

我省举办首届妇幼健康技能竞赛

9月20至21日，省卫生计生委、省总工会在合肥市举办全省首届妇幼健康技能竞赛，221名妇幼健康专业技术人员参加了竞赛。竞赛设“围产保健”、“儿童保健”、“妇女保健”、“计划生育技术服务”4个项目，分综合笔试、操作技能竞赛、知识竞答三个环节。

据悉，本次竞赛每个项目的个人总成绩第一名参赛选手，将作为候选

人由省总工会申报“安徽省五一劳动奖章”；每个项目还设个人一等奖3名、二等奖5名、三等奖8名，综合笔试、操作技能和知识竞答各个单项奖各3名。同时，还将综合各竞赛项目、各层级参赛队员总成绩，择优推荐省、市、县（区）、乡镇（社区）各1人参加全国大赛。

陈旭 记者 李皖婷

每天喝杯酸奶有助于预防流感

合肥市蜀山区疾病预防控制中心提醒，秋季是流行性感冒的高发期，老人和儿童除了要尽快接种疫苗，每天喝一杯酸奶也可以防止流感侵袭。酸奶中的益生菌能够维护肠道菌群生态平衡，形成生物屏障，抑制有害菌对肠道的入侵，同时乳酸菌可产生一些增强免疫功能的物质，可以提高人体免疫力。

平时多吃一点富含维生素C的水

果对提高免疫力也是有很大的帮助的，因为维生素C能抑制膳食中有致癌作用的亚硝胺的合成，以及促进抗体形成，增强白细胞的吞噬作用，而增强机体的抵抗能力。维生素A对呼吸道及胃肠道粘膜有保护作用。缺乏维生素A会降低人体的抗体反应，导致免疫功能下降，病菌、病毒等就会乘虚而入。

鲁胜利 记者 李皖婷

92岁老人顺利接受乳腺癌改良根治术

日前，92岁的徐奶奶顺利接受了乳腺癌改良根治术。合肥市一院甲状腺乳腺外科主任童创介绍，徐奶奶是该科室迄今为止收治的年龄最大的乳腺癌患者。

除了患有乳腺癌，徐奶奶还合并有冠心病、心功能不全、高血压、糖尿病、脑梗塞等多种基础性疾病，之前一直在合肥市一院老年病科住院接受治疗。“患者手术风险极高，术中极易出现心功能衰竭、大面积脑梗死等。”童创表示，经过麻醉科、神经内科、心内科、ICU等多个学

科的全力配合，徐奶奶的手术很成功。

专家表示，乳腺疾病的高发年龄在30至50岁之间，像徐奶奶这样的高龄乳腺癌患者比较少见。“30%的乳腺癌患者其实是不用切除乳房的。”童创介绍，这是很多乳腺癌患者的误区，从临床来看，20%~30%的患者适合保留乳房，但只有10%的患者愿意接受保乳手术。童创建议35岁以上的女性每年都应该到医院通过彩超、钼靶照片等方式检查一次乳腺。

费秦茹 记者 李皖婷