

膏方四季均可服用,秋冬尤佳

什么是膏方? 肿瘤病人能用膏方吗? 膏方对肿瘤有哪些作用? 11月18日上午9:30~10:30,本报健康热线(0551-62623752),邀请安徽中医药大学第二附属医院(安徽省针灸医院)肿瘤科曾永蕾主任为大家答疑解惑。

汪珺 记者 沈娟娟/文 倪路/图



本期指导专家:曾永蕾

安徽省中西医结合学会肿瘤专业委员会常委,安徽省中医药学会肿瘤专业委员会常委,擅长中西医结合治疗肿瘤,中西医结合、针药并用防治化疗毒副作用,如化疗所致骨髓抑制、消化道反应;放疗所致放射性肺炎、放射性肠炎等以及晚期肿瘤的中医综合治疗。

膏方“私人定制”

读者:什么是膏方? 服用膏方有哪些好处?

曾永蕾:膏方是针对某个具体病人“私人定制”的内服制剂,根据患者不同的体质特点和病情组方,一人一方,个体化治疗优势。膏方以扶正为主,祛邪为辅,通过调补脏腑的虚损和阴阳气血不足,使人体阴平阳秘,气血调畅,具有补虚扶弱、抗衰老年、纠正亚健康状态、防病治病等作用。

秋冬服用膏方最佳

读者:“冬令进补”是不是可以进补膏方?

曾永蕾:冬天进补,能呵护元气,养精蓄锐,有助于体内阳气的萌生勃发,为来年开春以及全年的身体健康打下良好的基础。

膏方一年四季均可服用,但以秋冬季节服用尤佳,因为膏方药性较缓和,药力持久,秋冬季节滋补强身,抗衰老年,治病纠偏更为合适。

孕妇、婴幼儿不适合吃膏方

读者:哪些人群不适合服用膏方?

曾永蕾:服用膏方好处虽多,但不是

所有人都适合服用膏方,比如孕妇、婴幼儿、肝炎、结核等活动期病人及各类疾病发作期的病人。另外对于平时热毒较盛,又没其他不舒服的精力旺盛者,或者青少年体质健壮者,一般也不主张服用膏方。

每剂膏方费用一般在1500元

读者:膏方是不是很贵?

曾永蕾:冬令进补膏方于立冬以后开始服用,少则一个月,多则两三个月服完。一个冬季可以服用1~2料膏。膏方服用贵在坚持,若能坚持数年服用,体质会大大增强。每剂膏方的费用根据每个人调养方案不同而有所差别,一般在1500左右。

清晨空腹、晚上临睡前服用最好

读者:膏方怎样服用比较好?

曾永蕾:每料膏方可以服用一至两个月,一开始每天早晨空腹服一次,一周后可增至早晚各一次,用开水冲服。

在清晨空腹和晚上临睡前服用最好。如果觉得早上空腹服用,肠胃不舒服,也可以改在餐后半小时或一小时服用。因膏方服用时间较长,期间体质易发生改变,也有极少数人出现上火、腹胀等不适,可以找医生咨询、调整。

服用膏方注意事项

读者:服用膏方时要注意哪些?

曾永蕾:如遇伤风感冒、伤食、腹泻等情况,应暂停服用,等上述疾病治愈后,再恢复使用。有病之人应忌食生冷、油腻、煎炸、海鲜、辛辣及不易消化的食物,以免妨碍脾胃消化功能,影响膏剂吸收。如身体功能正常,仅以膏方“养精蓄锐”者,则不必过分禁止。

每天服用完后,应将膏方放入冰箱冷藏。

肿瘤病人服用膏方注意事项

读者:肿瘤病人服用膏方有哪些注意事项?

曾永蕾:与其他疾病一样,肿瘤病人服用膏方也应当因人、因时、因地制宜,冬季服用为佳。但因肿瘤并无严格的季节好发趋势,可视病情需要根据不同时令服用膏方。

在使用膏方时除了药物配伍中的“十八反,十九畏”外,还要注意不要过早过度使用滋补膏以免邪留为患,肿瘤早期中期多以实证为主,应避免一味呆补,加重病情。

陈小飞 记者 沈娟娟

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、痒疹刺痛痒,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新鲜亮泽,再顽固的皮肤瘙痒也不再复发。

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(大钟楼与环城路交叉口向西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

一周病情播报

切莫轻视房颤

天气转凉,到医院就诊的高血压、冠心病等心血管疾病的患者开始明显增多,其中不少房颤病人。合肥市第一人民医院心内科周炳凤主任介绍,房颤是一种很常见的心律失常,表现为心肌丧失了正常有规律的收缩活动,而以快速而不协调的微弱蠕动。

专家建议,患者尽量不要拖延治疗,应及时到医院就诊,可以通过射频消融手术治疗阵发性房颤和慢性房颤,其根治率分别可达90%、80%以上。

专家提醒,预防房颤首先要做到积极治疗原发疾病,如控制血压、血糖,防

治老慢支急性发作等。其次,要做好定期门诊随访,如有心慌胸闷等症状,及时就医,进行心电图等必要检查。再次,保持积极的生活方式,注意防寒保暖,适时添加衣物,适当加强锻炼,调节情绪,控制体重。

另外,不要饮用含咖啡因的饮料和茶,必须戒烟酒,不要将取暖设备的温度设定得过高,避免室内外温差过大,以免引起一系列心血管改变导致房颤发作,不要吃辛辣刺激饮食,多摄入新鲜蔬果,多食用深海鱼类等。

苏洁 记者 沈娟娟

读懂晦涩的食品名词

看食品标签,多数人可能只了解水、蔗糖等一些简单的配料,而对于一些专业的名词却不甚了解。军事医学科学院食品与营养系博士芮莉莉给大家解读一下常出现在配料表上那些晦涩的名词。

明胶。它是动物的皮、骨、韧带等含的胶原蛋白,经水解后得到的高分子多肽,也就是猪皮冻的主要成分。在食品中,它被用作增稠剂,广泛用于冰淇淋、酸奶、果冻等食品中。

植脂末。其风味近似牛奶,也叫奶精粉,被做成咖啡、红茶、奶茶的“伴侣”,或者淋于果冻、龟苓膏上方的配料,也可用于某些冰淇淋、巧克力、面包、蛋糕、奶油、速溶麦片中,能增香,且其口感滑腻,可减少牛奶或奶粉的使用量,从而为生产者降低成本。植脂末的主要成分包括乳蛋白、乳糖、氯化植物

油及麦芽糊精等。其中植物油的部分氢化会产生反式脂肪酸,而反式脂肪酸已被证实可能增大动脉粥样硬化、冠心病等多种慢性疾病的风险。与植脂末类似的配料还有“植物奶油”、“人造黄油”、“起酥油”等。

麦芽糊精。它是淀粉为原料,经水解、精制、喷雾干燥制成的淀粉分解产物。麦芽糊精比淀粉大分子容易消化吸收,添加到某些营养食品中,对于手术后消化能力差的病人等有一定益处。很多厂商将其添加到糊粉类的无糖食品中,而实际上麦芽糊精升血糖速度极快,并不适合糖尿病患者和减肥者食用。另外,麦芽糊精作为填充剂添加到莲子粉、山药粉等食品中,会降低天然食材的比例。与麦芽糊精类似的还有葡萄糖浆、果葡糖浆、玉米糖浆等配料。

美国研究绘制“喷嚏扩散路线图”

一人打喷嚏,全屋都遭殃

近日美国 ANSYS 公司借助数学模型模拟了细菌如何在飞机中进行空气传播。研究发现:当一个人坐在飞机中央部位打喷嚏时,细菌会传播到整个舱内,邻座及后座的人最易受到感染。更为可怕的是,带菌的微粒会传播到整个机舱。

图像显示:打喷嚏后,含有细菌的喷嚏颗粒会被抛入空中,像云彩一样浮在人们头顶。当“云彩”溶解后,细菌颗粒就会扩散到其他人身。由于飞机中的通风方式是从头顶风扇流通到下端通风孔,因此颗粒会蔓延至整个机舱。

免疫专家指出:人在打喷嚏时扩散的微生物能传播到15米以外,传染疾病在办公室或拥挤的电影院里会传播更高,因为这些场所的空气不像飞机里的空气能持续得到过滤和交换。

英国伯明翰大学免疫学院微生物学教授伊恩·亨德森认为:打喷嚏最容易传染鼻病毒(流感和普通感冒),但是否被传染取决于个人免疫力的强弱和感染剂量。因此,在流感季节,接种疫苗是最有效的手段。另外,要勤洗手,打喷嚏时可以用纸巾或胳膊挡住。

下期预告

偏头痛,怎么办?

腰椎间盘突出可以微创治疗吗? 偏头痛怎么办? 频繁“脸疼”是怎么回事? 下周二(11月25日)上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752将邀请安徽中医药大学第一附属医院介入中心主治医师闫如虎为大家解答。

闫如虎,安徽中医药大学第一附属医院介入中心主治医师,主要采用

微创介入的方法治疗颈腰椎间盘突出症、三叉神经痛、头痛、骨性关节炎、带状疱疹后神经痛、输卵管阻塞不孕症、下肢静脉曲张、糖尿病足、下肢动脉硬化闭塞症、静脉血栓、各类良恶性肿瘤、肝硬化门脉高压引起呕血及脾功能亢进等。