

自行在家艾灸 致腿部烫伤

医生：最好找医生诊断开“灸方”

□本报记者 张玲玲

市民熊莉（化名）怎么也没有想到，在家自行艾灸时由于操作不当，腿部被低温烫伤，处理不当导致溃脓。“灸疗并非包治百病，如果要进行灸疗，最好先找医生进行诊断，开出‘灸方’。”市二院中医科主任牛华胜提醒。

艾灸不当致腿部烫伤

随着健康意识的增强，越来越多的人开始关注养生、关注保健。灸疗，这一中国最古老的医术之一的物理疗法逐渐渗透到千家万户。市民熊莉今年45岁，在我市一家新闻单位工作。在网上看到艾灸对身体的保健作用，加上多位同事选择艾灸疗养身体，熊莉也动了心。两周前，按照网上介绍的艾灸疗法，熊莉开始在家自行艾灸。先切一片厚度约为一厘米的姜片，用叉子在姜片上扎出小孔，再找来几团艾绒和打火机，然后，把姜片贴在小腿足

三里穴位处，把艾绒点燃并熄灭明火后，放在姜片上。“一开始感觉腿部微微发热，还挺舒服的，就这样持续了二十多分钟，我感觉慢慢疼起来了，就把姜片和艾叶取了下来。没想到，两条腿上都起了黄豆大小的水泡。”熊莉说，第二天上班时，她让同事看了腿部的水泡。“那个同事经常自己在家艾灸，看了我腿上的水泡说那是正常现象，过几天就下去了。”

对于同事的话，熊莉深信不疑。但没想到一个星期后，腿上的水泡非但没有消退，反倒因为破了皮而感染了。于是，熊莉开始用碘酊对感染处进行涂抹。“以为这样可以消毒，促进感染处尽快愈合，但这样涂了几天后，一点效果也没有，两条腿部的感染面积越来越大，最中间的部位还溃脓了。”熊莉说。记者看到，熊莉的两个小腿分别有一个核桃大小的皮肤溃烂。“两条腿都不敢用劲，走路一瘸一拐的。”熊莉说，不得已，她去医院进行处理，“医生说我的腿部属于低温烫伤，处

理不及时致皮肤感染溃脓了。换了两次药，现在基本不疼了。以后再也不敢自己在家艾灸了。”熊莉说。

最好先找医生诊断

8月9日，记者就艾灸这一疗法采访市二院中医科主任牛华胜。据牛医生介绍，艾灸是中医针灸疗法中的灸法，是通过点燃用艾叶制成的艾柱、艾条，熏烤人体的穴位，以达到保健治病的一种自然疗法，其主要功效就是通经脉、祛寒、止疼。“市民选择在家自行艾灸，尽量不要直接将艾绒接触到皮肤，否则很容易烫伤皮肤。现在药店里有各种各样的艾灸盒，使用艾灸盒进行艾灸相对安全一些。”牛医生说，“但艾灸是有针对性的，治疗不同的病需要艾灸相对应的穴位，但这并不意味着艾灸万能的。一些人认为艾灸什么病都能治，不管哪里不舒服就自行在家进行艾灸，结果可能适得其反，非但没能治

好原来的病，反而添了新病。”

“如果市民想进行艾灸，最好到医院针灸科由医生来做，或者让医生进行诊察，开出‘灸方’。”牛医生说，“市民在家自行艾灸，穴位很难找准，如果找不准穴位，即使艾灸，效果也不大。”

相关链接

在家施灸时要避开脸部或大血管附近，最好在宽敞通风的环境里进行，以免烟雾呛入。最重要的是，施灸时一定要注意防火，避免烟灰脱落点燃衣物，同时熄灭后的艾柱易复燃，应套在隔绝容器内。艾灸适宜虚证和寒证，如颈肩腰腿痛、风湿与类风湿性关节炎、呼吸系统疾病、消化系统疾病等冬季常见慢性病；还适合慢性疲劳综合征、失眠、神经衰弱、抑郁、焦虑、疲倦，对于免疫力低下等，有慢性疾病反复发作病史的亚健康人群，有防病保健作用，对夏季已做过“三伏贴”的患者，有巩固和加强疗效作用。



立秋过后的风不同于暑天中的热风，人们会感觉凉爽。今年立秋处在“三伏天”内，因此暑热还一时难消，但总趋势是天气逐渐凉爽，天凉还得一个多月，短期内没有降雨，市民仍需注意防暑，减少剧烈活动。

今明后三天天气

8月10日
晴转多云，
24℃~32℃。

8月11日
多云到晴，
25℃~33℃。

8月12日
多云到晴，
26℃~34℃。

(感谢武威提供信息)

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

业务联系：13781707655 宋丽君 18236226550 朱大丽

旺铺租售

出售:沙河旁亚泰名仕公馆2号楼21楼,三室两厅两卫毛坯房,118.18㎡,价格面议。电话:13903957799

房屋出租

会展中心后建业壹号城邦二期,精装修,两室两厅,地暖、空调、厨卫用品齐全,阳光书房,欲出租。

联系电话:18539506766 徐女士

招租

市商业中心交通路与人民路交叉口,独立大楼(有电梯、温泉、燃气),临商场、停车场、车站。现一楼8间(原中原银行及珠宝店),三至六楼60个标间(有独立卫生间、空调),对外出租。13783078997

售门面房

1.昌建外滩三楼营业房183.06㎡,欲售166万元;
2.兰乔圣菲门面房上下层264.7㎡,欲售388万元。
以上房屋均已精装,现正营业中。
18939533978

工商·资质·财务

房建·公路·市政·水利
通信·电力·消防·机电
装饰·园林·劳务·钢构
装修·通信·电梯·环评
快办营业执照·代理记账
电话:18603951908 3222618
地址:会展中心工商联大厦826室

新林玉露

爽润甘醇溢清香
蒸青茶 红茶 茶油 茶粉
地址:泰山路南段全聚德饭店斜对面(新林玉露)
电话:2156077

投资咨询

贷公务员、企事业单位人员低至9厘9。
款13193459865 苏主任

安徽豪润投资

投资重点:地产、矿业、农牧业、旅游、新能源、企业扩建、种养殖业等优质项目。
(高薪诚招驻地商务代表)
18815515988 陈经理
邮箱:18815515988@163.com

中玉房地产经纪公司

房产抵押贷款
月息1分5
手续简单 当天放款
坚持诚信经营 办理快捷高效
2312688 3122333
13938025083

汽车租赁

114转 顺利汽车租赁
租赁轿车、面包车、商务车、陪练车及婚庆车。
美盛大厦左拐角 电话:2129777
2189799 13839510998 13939586683
泰山路顺泰宾馆201房间 15139555517

心理咨询

专业解决青少年问题
博睿智教育:厌学、网瘾、叛逆、早恋等
泰山路实验中学南 3132277 13323678987

招聘信息

招聘银行职员
工作地点郑州,18岁~26岁应往届大专以上毕业生,男女不限。电话:13069554688

保洁服务

洁爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗
石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

乐帮家政

月嫂 育婴 保姆 保洁 护工 钟点工
5571157 18639995528

信德保洁 信汇装饰公司

石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理
旧木地板翻新 抛光 打蜡 外墙清洗
www.lhxdhj.com 电话:15039500115

兼职信息

要兼职 要派单 要旅游 找海岩
漯河海岩兼职中心3000名人才,为商家提供
专业发传单、促销、家教、企业管理和市场营销
咨询、人才推荐与培训、装饰装修。漯河畅游
天下旅行社,带您天下畅游。另招畅游天下旅
行社暨金点子广告传媒兼职营销经理10名。
微信:2505887798 电话:15139518399

回收物品

2005年以前的各品牌白酒、药酒。数量不限,诚信服务,上门回收 吴禹剑 15638355818

好运来婚介

滨河西段 5670225 15703950157

男,31岁,短婚,1.76米,本科,市政府工作,阳光帅气,科级干部,积极上进,家境优越,独生女,车房全,一女归女方。见:温柔善良、性格好的女孩。

男,46岁,离婚,1.76米,本科,事业单位上班,儒雅俊朗,稳重大方,市书法家协会成员,积极上进、幽默、子归女方。见:性格好、有涵养、会做饭的女性。

女,46岁,离婚,1.63米,本科工程师,事业单位上班,人品好,相貌年轻,带一女孩。见:素质高、有共同语言的男士。

3A级景区河南最美职业学院 南阳职业学院

初中起点四年统招大专+高薪就业
1.学制优势:初中毕业生就读四年即可获得全日制统招大专毕业证和就业报到证。2.专业优势:电梯工程、宝石鉴定加工、药品生产、高尔夫球管理等专业全省唯一,还有3D打印、工业机器人、新能源汽车、老年服务与管理等。3.管理优势:每月企业家论坛,全年军事化管理利于学生创业自律成长。4.就业优势:入学签订劳动就业协议实现高薪就业。即日起在漯河招生处报名登记信息者,即可尊享漯河到南阳职业学院直通车待遇并享受企业赞助100元。
漯河招生办:昌建快捷酒店808房间 15539580699 刘老师

家政服务

巾帼家政保洁公司
单位保洁及托管 外墙清洗 石材翻新 家庭保洁 地毯 开荒 搬家
3156865 13939537899

家天下家政公司

月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训
6666991 15139506611

喜百合相亲俱乐部

白领及成功人士的婚恋交际广场
一流的环境 真诚的服务 平民的价格
给您搭建一个规范、高端、交友择偶的大舞台
美满婚姻一线牵
爱情幸福帮你办
报名热线:5563566 5563599
15518260966

V2003 女,24岁,1.68米,汉,无婚史,本科,医院医生,肤白靓丽,知书达理,名医世家。

V4001 女,44岁,1.65米,汉,无婚史,事业单位上班,大方秀气,温柔贤淑,善良单纯,有车,有修养好脾气。

N4003 男,41岁,1.78米,汉,离婚,有房,企业副总,成熟稳重,热情善良,有责任心,高大帅气,脾气好有涵养。

N2008 男,23岁,1.80米,汉,无婚史,大专,政法系统,两套住房,独子,坦诚厚道,男子汉气概,有担当,脾气好,有爱心。

红丝线婚介

重诚信 讲信誉 服务规范 专业保密
047956女25无婚史1.63 本科金融 秀美 白皙文静
047957女31无婚史1.64 中专打工 朴实 端庄大方
047958女40离 婚1.64 大专机关 贤惠 善解人意
054676男28离 婚1.72 中专个体 有房 踏实能干
054677男39无婚史1.78 本科机关 有房 阳光帅气
054678男47离 婚1.75 本科机关 车房 稳重大气
13069559387 15139520127 2923599
QQ:123969982 丁湾法院隔南边远电脑学校二楼红丝线婚介

婚介信息

世纪缘
本土专业婚介服务机构
七夕相亲活动
正在报名中

●征婚:男(61247)37岁,离异,1.80米,本科,行政单位上班,有车有房,一女孩归女方,阳刚帅气、谈吐得体。觅有稳定职业、无负担的女孩。电话:3398505

●征婚:女(32832)27岁,无婚史,1.68米,行政单位上班,面容姣好,身材苗条。寻人品好、积极上进、有素质的男孩。电话:2121213

●征婚:男(61425)31岁,1.73米,离异,经商,英俊潇洒,房车俱有。寻形象靓丽、温柔贤惠能持家的女士。电话:2116177

●征婚:女(61680)37岁,丧偶,1.62米,本科教师,温柔贤惠,身材苗条。觅45岁以下、有稳定收入、爱家的男士。电话:2116177

网址:www.sjyhjw.com

地址:市人民路美盛大厦B座十楼
相亲热线:2193193 2121213

创世纪情缘婚介

(漯河店) CCTV-15套 11:56
CCTV-7套 17:27
全国连锁 品牌婚介
中国婚介行业知名品牌

女,26岁,1.63米,无婚史,本科,经商,家境好。觅阳光帅气、有上进心的男孩。
5761314 QQ:642739137

女,39岁,1.65米,离异,事业单位,有一女儿父母带。觅50岁以内,顾家、有责任心的男士为伴。
3380177 QQ:2574846676

男,37岁,1.80米,有一女孩归女方,行政单位上班,条件优越。觅温柔善良、有爱心的女士。
18939531265 QQ:1813038354

男,57岁,1.76米,离异,孩子均成家,经商,条件优越。觅工作稳定、有气质、有修养的女士。3372977
QQ:1140107958

地址:市人民路与五一路交叉口西50米南中原银行(三楼)
电话:3380177
QQ:642739137
WWW.YHC.UTT.CC