

三伏贴的适用范围

三伏贴一人一策，一人一法。针对不同疾病，采取不同的贴治方法。中医治病讲究辨证治疗，根据个人体质四诊辨出寒热虚实等不同证型，辨证选择不同的药物和不同的穴位来贴敷治疗。对呼吸系统疾病、疼痛性疾病、消化系统疾病、儿科疾病、妇科疾病，具有针对性的采用不同方法、不同部位贴治。更能体现中医的“辨证论治”、“因人制宜”、“对症下药”，疗效更好。

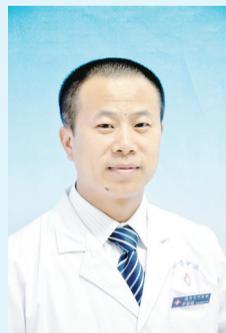
- 三伏贴的适用范围：
1. 支气管哮喘、慢性支气管炎、慢性咳嗽、反复感冒、慢性鼻炎咽炎、过敏性鼻炎（遇冷容易发作）。
 2. 风湿与类风湿性关节炎等，多种遇风寒湿发作或加重的颈、背、腰、腿、关节怕冷（怕吹空调）或疼痛等疾病。
 3. 慢性胃肠炎、慢性腹泻、慢性胃炎、脾胃虚寒、消化不良。
 4. 肚子疼痛（胃痛或腹部）怕冷，受凉或吃生冷后疼痛发作加重或拉肚子，痛经。
 5. 产后后遗症（月子病）：产后出现全身或局部怕冷、多关节疼痛或肚腹怕冷疼痛或抵抗力下降等。

6. 小儿反复感冒厌食、消瘦、遗尿、尿床。
 7. 由免疫力低下和内分泌失调所致的各种疾病。
- 三伏贴贴敷时间为：
6月21日至8月20日，每伏贴一次，一共五次（中伏二次）
具体为：
第一次：2017年6月21日（夏至）
第二次：2017年7月12日~2017年7月21日（头伏）
第三次：2017年7月22日~2017年7月31日（中伏）
第四次：2017年8月1日~2017年8月10日（润中伏加强）
第五次：2017年8月11日~2017年8月20日（末伏）。王丹

栏目协办：市中医院

地址：漯河市交通路649号 电话：2186333

专家简介



罗高国，市中医院颈肩腰腿疼科主任，副主任中医师；毕业于河南中医学科学院针灸推拿系，曾先后在河南中医学科学院第一附属医院，广州中医药大学第一附属医院进修；擅长治疗颈肩腰腿疼，头疼眩晕，失眠，中风偏瘫，面神经麻痹，失眠等。

传播华夏五千年优秀文化

中医中药

本栏目上版电话：13663958567 13839593178



贾长明，出生于中医世家，2012年，被漯河市卫生局授予“民间知名中医”称号，行医40年

擅长：子宫腺肌症、子宫异位症、月经不调、顽固性痛经、子宫肌瘤、多发性子宫及卵巢囊肿、久婚不育、输卵管粘连、卵泡发育不良及孕后滑台等各种妇科疑难杂症。

咨询电话：13839502229



柴森，1947年出生，2008年，当选河南省中西医结合烧伤专业委员会委员；2012年，被漯河市卫生局授予“民间知名中医”称号

擅长：外科——烧烫伤、电烧伤、化学烧伤、烧伤溃疡、疤痕、瘙痒及溃疡面长期不愈等疾病。

内科——浅表性胃炎、糜烂性胃炎、萎缩性胃炎、胃食管反流性胃炎及结肠炎和溃疡性结肠炎等疾病。

咨询电话：13939537099



图片新闻

近日，市柳江医院志愿服务队来到柳江小区为居民开展义诊活动。

见习记者 刘彩霞 摄

驼背伤害心肺

驼背常常让人觉得邋遢，驼背不仅仅是有损形象，它会给健康带来多种危害。心跳加快、心慌。正常人胸廓中心的高度约20厘米~25厘米，驼背后会减少3厘米~5厘米，且会出现胸骨下陷，使心脏在胸骨的挤压下不能充分扩张，排血量减少。为了获得足够的养

分，心跳就要更快，心慌随之而来。心肺功能受损。随着胸廓变形、胸腔容积缩小，呼吸的活动幅度受到限制，影响肺活量和呼吸的通气量，会使人运动能力大大下降，限制其活动强度、频率。引起颈肩、背部、胸骨部疼痛。驼背后，头颈部和

胸前部肌肉紧张，脊柱后凸，腰背肌受到牵拉，易发生劳损。因此，当他们坐、站时间稍长，就会感到背部甚至腰腿酸痛。导致头晕和手臂麻痹。这与颈椎曲度变小，严重时压迫穿行于颈椎之间的椎动脉，引起脑供血不足有关。

据新华网

选对牙膏 可除口腔小毛病

美白、防蛀、抗敏、止血消炎……市面上各类功效的牙膏让人眼花缭乱。其实，成分才是决定牙膏是否适合你的重要因素，选对牙膏能保护牙齿、呵护口腔。预防龋齿：含氟牙膏。氟化物牙膏主要利用所含的氟成

分，促进牙齿表层釉质的再矿化，增强牙齿的抗龋能力，使用不当可能引起氟斑牙。口腔疾病：药物牙膏。在普通牙膏中增加特定药物，就是药物牙膏。比如有叶绿素成分的，可治疗牙床肿胀。含酶牙膏能消炎，防止牙龈出血

等。轻微牙齿色变：美白牙膏。牙齿表面附着顽固色素污渍影响美观，最好就医处理。美白牙膏仅限于去除牙齿外源性色变，比如长期喝咖啡、茶以及吸烟等对牙齿的“污染”。

据新华网

痛经怎么办

痛经分为原发性痛经和继发性痛经，两者的区别就是一个伴有妇科疾病，而一个没有。很多痛经女性都是由于原发性痛经，其主要原因就是因受凉、压力过大，或者体寒从而导致血块过多，难以排出，宫颈收缩从而产生疼痛感。下面就来看看快速止痛的几个方法。

1. 用手揉肚子：把两只手搓热，然后放在肚子疼的地方轻轻揉，切记不要太过用力，要轻轻揉，否则会使疼痛加剧。
2. 用热水瓶或热水袋：把热水瓶里装满热水，然后放

在痛的地方暖暖，这样会缓解痛经的症状，热水才有效，温温的水不行，喝点热水，也可以缓解疼痛。

3. 红糖水：红糖适量，不要太多，用热水泡开，趁热喝下，不要等放凉了再喝，那样没有效果，红糖能起到补血的作用，能缓解痛经症状。
4. 运动，做一些有利的瑜伽动作可以缓解痛经。
5. 酸味食品可止痛，比如酸菜，醋等食物。
6. 维生素，多补充维生素可以缓解痛经。

贾长明

烧烫伤的日常处理

在日常生活中，火焰烧伤和热水、热油等热液烫伤最为常见。急诊室医生常常发现，人们会错误地在烫烧伤的伤口涂牙膏等，不仅没有治疗烧烫伤的作用，有时还会掩盖创面，使医生无法立即确定创面的大小和深度，必须先清洗再施救。

牙膏有许多种，有的是酸性，有的是碱性，还有些含有很浓的刺激性。涂在创面上，还可能侵蚀创面、增加损伤。乱涂红药水甚至还会导致中毒。红药水是前些年医院常用的外伤用药水，只限于小面积的创伤，它的成分为有机汞，具有高度的脂

溶性及扩散性，被吸收后易导致中毒，轻者表现为记忆力减退、头晕、头痛、失眠、恶心呕吐等，重者表现为兴奋、语无伦次、惊叫、肢体震颤、心率快、消化道出血、肾功能不全甚至肾衰竭。

发生烧烫伤后，应用自来水冲洗。冲洗越早越好，可持续10~20分钟左右。当遇到各种化学烧伤，伤及眼睛、食道等处时，在现场要及时用大量清水冲洗，绝不可等到医院再处理，以免使组织受到严重的腐蚀烧伤，导致眼睛失明或食道形成疤痕。

柴森