

半个世纪造福60余万人 “冬病夏治”走进国家博物馆

# 国医大师亲身体验省中医院三伏贴

6月30日,湖北省中医院“冬病夏治”走进中国国家博物馆,为期两天的展示,让8万人深入了解了这一传统中医特色诊疗方法。国医大师王琦亲身体验了湖北省中医院的“冬病夏治”三伏贴。

文/记者胡义华 通讯员胡梦 万凌翔 实习生陈诗颖 孟雨洁 图/通讯员傅坚



国医大师王琦体验省中医院冬病夏治敷贴



省中医院针灸科“三伏灸”



省中医院往年冬病夏治火爆场面

## 湖北率先开展“冬病夏治”三伏贴 半个世纪造福60余万人

“中医理论认为,人与自然是一个整体,为天人相应;人的内外是一个整体,为内外相应。”湖北省中医院肾内科主任医师王小琴说,所谓“冬病夏治”,是指一些冬季容易发作或加重的疾病,在病情相对缓解的夏季,采用适当的调治和补养的方法,以预防或减少疾病发作乃至根治为目的的一种反季节自然疗法。一年中气温最高、阳气最旺盛的“三伏天”是冬病夏治最佳时机。

上世纪60年代,湖北省中医院老中医唐永济献出祖传秘方,在三伏天对老年慢性支气管炎和哮喘两种冬病采取膏药敷贴方法,率先在全国开展了“冬病夏治”三伏贴,这是湖北乃至全国的“冬病夏治”第一贴。此后,湖北省中医院陆续组织肺病科、儿科、风湿病科、耳鼻喉科等多个科室开展对“冬病夏治”的研究,到目前已经发展成为内服、艾灸、穴位注射、刮痧等多种方式的“冬病夏治”。

经过半个世纪的发展,“冬病夏治”越来越受欢迎。近两年,仅去年头伏当天,湖北省中医院就有约1.6万人敷贴,半个世纪累积服务60余万人。

### “冬病夏治”方式多样 组合拳效果更佳

穴位敷贴是“冬病夏治”应用最广泛的方法。除此之外,湖北省中医院还有中药内服、艾灸、穴位注射、埋线疗法、脱敏治疗、刮痧法、割治法、拔罐法、熏洗法、气雾剂吸入法、足浴法等方法,不同病症、不同人群可以选择个性化治疗方案。

50多岁的王阿姨两髋、腰椎、颈椎都有问题,一变天便觉得寒冷刺骨,疼得白天躺不住,晚上睡不着。从2014年开始,她尝试“三伏灸”加“三伏贴”的治疗方式,到了冬天虽偶尔还会疼一下,但外出行走已不是问题。

湖北省中医院针灸科主任周仲瑜介绍,“三伏灸”又称“阴阳调理灸”,包括药灸灸、药箱灸、药饼灸、任脉灸、督脉灸多种类型。待穴位在灸法治疗后温热起来,再辅以“三伏贴”调节脏腑功能,可增强药物的透皮吸收,双管齐下达到“治本”目的。

“每年来敷贴的有许多是过敏性鼻炎患者,三

伏贴通过敷贴、耳穴埋豆等方法进行综合调理,能够有效减少鼻炎的复发。”湖北省中医院耳鼻喉科主任邓可斌说,科室还推出“全年整体疗法”,即“三伏”进行冬病夏治,“三九”使用膏方进补,再辅以“耳穴”强化治疗,通过2—3年综合调理达到“治本”目的。

湖北省中医院风湿科主任李惠玲介绍,因为风湿科的患者多为虚寒之证,所以在穴位敷贴的同时,配合科室特制的驱寒散湿的足浴方剂——“寒湿痹汤”辅助治疗,效果突出,不少市民把“寒湿痹汤”带回家常年泡。

### “冬病夏治”的疗效是个“慢动作”

湖北省中医院肺病科主任杨毅解释,通常来说,三伏贴3次为一疗程,需坚持治疗3—5年,敷贴持续的时间因人而异。中医治疗往往与时间长短有关系,如打太极拳,短期内肯定看不出是否有养生效果,但三年后也许会觉得“不错”。有的人因天生体质问题,冬季发病次数多,这种情况就需长期调理,增强体质以达到减少发病次数;有的人是后天的原因,例如在冷库工作,或因病而虚弱,连续敷贴三年,疗效更为明显。病情稳定者,继续敷贴,疗效得以持续。

邓可斌坦言,市民一旦开始“冬病夏治”就要做好长期坚持的准备,只贴了一两次、间隔着贴,或未贴够一个疗程,相当于白贴了。他说,科室开展“冬病夏治”已经有20余年的历史,对近十年的五千多名敷贴患者进行回访,统计表明敷贴总有效率达86%,且连续敷贴三年及以上的效果更好。

### 敷贴是一种诊疗行为 正规中医院有保证

“在国家博物馆展示的两天里,有不少参观者对三伏贴兴趣浓厚,要求带回家自己贴。”湖北省中医院肾内科主任医师金劲松说,许多人认为三伏贴就是把膏药贴在痛处,实则不然。敷贴的时间、穴位的辨证选取、药物的质量都会影响效果。

每伏第一天是开穴的日子,此时敷贴效果最佳,但是并不意味着错过时机就没有效果了。今年头伏为7月17日,中伏为7月27日,末伏为8月16日。如果实在没办法赶上这三天,在整个“三伏”期间,



医生在为儿童敷贴

间隔7—10天任选三个节点敷贴,也是可行的。

穴位的选取是关键,市民不能自己在家随便贴,需要专业中医师根据每个人的体质、病症辨证取穴。药物的质量是保证,质量好的敷贴药药效更持久、透皮性更好、吸收更好。

湖北省中医院自2016年就在湖北省内率先启用“中草药DNA条形码鉴定系统”,通过科学方法保证药材品质优良,确保老百姓用道地药材。

最近几年,一些市民为了图方便,在网上购买“三伏贴”产品或者选择到家附近的中医诊所、养生馆等处贴“三伏贴”。周仲瑜认为,“三伏贴”是一种医疗行为,而网上、养生馆、小型中医诊所的“三伏贴”产品大多未公示药品批准文号,无法核实其成分,容易出现健康隐患,建议去正规的大型中医医院,医师在取穴上更有经验,药物也更安全。

### 【温馨提示】

今年湖北省中医院在花园山院区、光谷院区、凤凰门诊部、千家街门诊部,同步开展“冬病夏治”活动。



关注湖北省中医院  
官方微信公众号

了解更多“冬病夏治”  
资讯和权威养生知识