

减肥茶、膏方棒棒糖、药枕、香囊……

中药个性化加工服务受青睐

“今年我们新推出的中药茶饮很受青睐，经常供不应求。”7月16日，贵州省遵义市中医院药剂科主任、副主任药师周小波向人民日报健康客户端记者介绍，目前市面上热销的“中药茶饮”受患者追捧，而遵义市中医院药剂科“临方调配室”根据患者的“个性化”处方，也制作了便携的中药茶饮，此外，丸剂、药枕、膏方、膏方棒棒糖也备受患者青睐。

据了解，遵义市中医院药剂科“临方调配室”一直以来为患者提供中药个性化加工服务，将中药制作成茶饮、丸剂、药枕、膏方、膏方棒棒糖、胶囊、散剂、酒剂、雷火灸、艾条、外用膏剂、香囊等，目前临方调配室每月为患者服务大约200人次。其中丸

剂、膏方棒棒糖、茶饮由于方便携带、易于服用，最受患者欢迎。

一般情况下，医生为患者开具处方后，再交由药剂科临方调配室进行“一人一方”制作。周小波告诉记者，加工好的中药不但便于携带、服用方便，还能提高患者的用药依从性，患者的日服用量相对稳定，疗效也能得到保障。

据悉，中药临方加工是指根据中医师对患者辨证论治后开具的中药处方，由中药师按“一人一方”医嘱要求，临时将处方药物根据药物性质、用药部位、患者病情等治疗需要，加工配制成适用于患者病症的不同剂型。也就是为患者“量体裁衣”制作适合个人病情状况的制剂。



山东省临沂市兰山区银雀山街道居民在制作中药香囊。

新华社发(许传宝 摄)

早在2019年，周小波外出学习时收获灵感，制作出造型可爱的“膏方棒棒糖”，其原料都是由山楂、白术、陈皮、太子参、甘草等中药组成，主要针对不爱吃饭、体格消瘦的儿童服用，可起到健脾开胃、消食化积的作用，一经推出备受患儿喜爱。此后

几年时间，周小波及其团队不断探索创新，将苦口的中药制作成丸剂、药枕、膏方、胶囊、散剂、酒剂、雷火灸、艾条、外用膏剂、香囊等，不断满足患者个性化需求。

健康时报网(来源:人民日报健康客户端记者 石梦竹)

这些自制夏季养生茶解暑祛湿

三伏天是一年中最热的时候，也是多种疾病的高发期。河南中医药大学第一附属医院主治医师李付根在接受人民网记者采访时表示，三伏天酷热难当，人体出汗较多，易有烦渴、乏力、食欲不振等表现，此时合理饮养生茶，有助于安然度夏。

薄荷红茶

解暑醒脑 暖胃消食

食材

薄荷叶1克、荷叶1克、红茶3克、冰糖适量。

做法

把薄荷叶、荷叶、红茶倒入杯中，加入开水冲泡，再放入冰糖，盖上杯盖后放置一会儿，即可饮用。

桂圆金桔茶

健脾养血 疏肝行气

食材

金桔1至2个、桂圆肉3至5颗。

做法

将金桔洗净，在其中间切一口（不要切断），然后放入杯中，加入桂圆肉以开水冲泡即可饮用。

荷叶山楂扁豆茶

清热解暑 健脾开胃

食材

荷叶5克、山楂6克、炒白扁豆20克、生薏米15克、冰糖或红糖适量。

做法

锅内加适量清水，大火煮沸后，加入山楂、扁豆、薏米，转小火煮30分钟，最后放入荷叶，再煮5分钟即可。可根据个人口味，加少许冰糖或红糖调味。

三花茶

清暑化湿 健脾和胃

食材

丝瓜花20朵、扁豆花20朵、南瓜花5朵、冰糖适量。

做法

将丝瓜花、扁豆花、南瓜花洗净，加适量水煎煮约20分钟后，取汁去渣，加入冰糖，当茶饮。

苦瓜茶

清热解暑 除烦止渴

食材

苦瓜1个、绿茶适量。

做法

将苦瓜上端切开，挖去瓤，装入绿茶；把瓜挂于通风之处阴干再取下洗净，连同茶叶切碎混匀；每次取10克放入杯中，以沸水冲泡，盖上杯盖后放置半小时后饮用。

百合茶

清热安神 生津解渴

食材

百合20克、银花10克、冰糖适量。

做法

将百合、银花、冰糖放入杯中，以沸水冲泡，盖上杯盖后放置15分钟左右，代茶频饮。