

今天15时锁定直播学养生“膏”招

专家:首次吃膏方先吃“开路方”

武汉晚报讯(记者刘璇 通讯员张素华 汪峥)大雪节气已过,近段时间到各大医院中医科寻求膏方滋补养生、增强体质的市民出现小高峰。膏方真的有如此好的进补功效吗?是不是人人都能吃?服用膏方调补时,需要注意啥?12月13日15:00—16:00,武汉市第三医院中医科主任江波将做客长江日报大武汉“医聊百科”直播间,现场跟网友和读者们分享膏方知识,解答养生疑虑。

“膏方的确是最有效的进补方式之一。”江波介绍,膏方是一种以补益为主,兼具治疗和调理作用的中药剂型。与中药汤剂相比,它在滋补身体方面照顾面更广,服用方式更便捷,药物保质时间也更持久,非常适合工作压力大、就诊不方便的现代人使用,显示出明显

的中医药特色和优势。

江波透露,一剂好的膏方,需由中医师精准辨证,开具处方,选用地道药材,然后按照一系列复杂的工序和严格的工艺要求完成制膏。总结起来就是“三个好”:好专家,药对症;好药材,保疗效;好工艺,保质量。“为方便市民携带服用,今年我们在膏方的包装等方面进行了升级。”她介绍,市三医院今年将膏方做成了小包装,每次一袋,即开即吃,干净卫生,外出时也很容易携带。此外,市三医院还能提供膏方快递到家服务。

有些市民认为膏方越贵越好、越补越好。对此,江波表示,这种想法不可取。每种膏方都有适用人群,中医更注重“量体裁衣”,若体质没有对准,可能达不到预期效果,甚至产生反作用。网

上售卖的膏方看似针对性强,其中多含补益气血阴阳的成分,如果不顾实际情况,一味纯补,反而会妨碍气血。她提醒市民注意,膏方是药,必须在医生指导下有针对性地进补,才能收到良好效果。

对于第一次吃膏方进补的人,江波建议先吃一到两个星期的中药汤剂,方便医生先根据患者的情况“投石问路”调理肠胃,等到患者肠胃耐受,这就是所谓的“开路方”。之后再正式开具膏方,这种个性化方式有助于更好地吸收膏滋。一般来说,建议吃膏从冬至开始,从“一九”吃到“六九”,差不多是两个月的时间。

▷扫一扫,可观看直播。

一勺膏滋 十碗汤药

冬季养生有膏招

直播时间
12月13日(周五)
15:00-16:00

江波
武汉市第三医院
中医科主任、主任医师

扫二维码,可观看直播。

冬季主动脉夹层高发千万别硬扛

女子植入人工心脏救命

天气降温吹冷风受凉,再加上血管“溃疡”,患有心衰的姜女士突发凶险的A型主动脉夹层。命悬一线之际,武汉亚洲心脏病医院心外科专家团队一次性为其实施了高难度的心脏大血管手术和人工心脏植入术,得以成功续命。

据悉,入冬以来,该院心外科收治的像姜女士这样的主动脉夹层患者激增,平均每周就要做10台A型主动脉夹层手术,除天气变化影响外,血压控制不佳、肥胖及不良生活习惯也是诱因。

心衰合并主动脉夹层 生命危在旦夕

48岁的姜女士在黄冈老家经营一家早餐店,五年前就因频繁头晕、胸闷被查出患有心肌病,病情已发展成为心衰,同时还伴有高血压。在医生的指导下,她的心衰控制尚可,但治疗高血压却放松了警惕,经常忘记吃药。

11月27日上午10时,姜女士像往常一样去河边洗菜,阵阵寒风吹过,她突然感到胸背部撕裂般疼痛,随后开始全身冒汗。家人赶紧将其送往就近的医院,被确诊为A型主动脉夹层,随后转运至武汉亚洲心脏病医院。

进一步检查发现,姜女士的病情比想象中更加凶险:除了心肌病、心衰、高

血压、A型主动脉夹层外,她还合并有心包积液、瓣膜病、心脏扩大问题,心脏射血分数仅30%。“姜女士是由于主动脉大血管内膜破裂,导致主动脉弓部穿透性溃疡,从而引发A型主动脉夹层。”武汉亚洲心脏病医院心外科主任华正东介绍。

急性A型主动脉夹层患者若未得到及时有效的抢救,发病48小时内死亡率高达50%。“给姜女士装一个人工心脏,确保其术后心功能平稳,是目前最适合她的选择。”与多学科团队反复讨论后,华正东主任决定一次性为其实施高难度的心脏大血管手术和人工心脏植入术。

难上加难 一次完成两个大手术

据了解,无论是心脏大血管手术还是人工心脏植入术,都是心脏外科领域的高难度手术,两者合二为一可谓挑战心脏外科手术的极限,对术者也提出了更高要求:需要在患者深低温停循环状态下完成血管的吻合,操作必须快速、精准,同时还要全力控制术后出血量,否则会阻碍人工心脏植入的手术视野,进而影响手术效果。

通过充分的术前准备,经姜女士家属同意后,11月28日凌晨2时,手术正

式开始。华正东主任带领团队为姜女士重建了撕裂的冠状动脉开口,把已经坏死的血管切掉,用人工血管进行吻合,将术后出血控制在了理想范围,紧接着为其植入了人工心脏。随着人工心脏启动运行,姜女士濒临崩溃的心脏又重新恢复了活力,在胸腔内有力地跳动起来,手术取得圆满成功,全程历时近9个小时。

手术后,姜女士被送入了重症监护室,目前正在稳步恢复当中。

专家提醒: 冬天主动脉夹层高发要警惕

主动脉夹层多发于有高血压且平时血压无严格控制的中老年人群,但近年来也有不少年轻患者突发此病,肥胖及不良生活习惯都是诱因。除了年轻化趋势外,主动脉夹层还有明显的季节性特点。“到了冬季,由于气温急转直下,导致外周血管收缩,高血压症状越来越明显,对于本身就有血管病变的患者来说,非常容易诱发主动脉夹层。”华正东主任提醒,平时要多注意劳逸结合,高血压患者一定要监测并控制好血压,一旦出现剧烈的胸痛、背痛、腹痛等不适症状,警惕主动脉夹层的可能性,千万不要硬扛,以免延误抢救最佳时机。

通讯员吕惠 宋蒙

被眩晕折腾苦不堪言

79岁奶奶康复治疗三次就能大步流星地走路了

79岁的叶奶奶十余年前因患混合型颈椎病导致眩晕而住院治疗,当时她在医院治疗半个多月才好,每天打针吃药,令她留下痛苦的“深刻印象”。一周前,叶奶奶眩晕突然发作,不仅在变换体位时感到天旋地转,还出现了起床困难,她意识到应该是十余年前的老毛病发作了,立刻叫家人将她送到市东湖医院就诊。

经接诊医生检查,果然叶奶奶因混合型颈椎病再次引发了眩晕等系列症状,于是在老年病科三病区住院治疗。刚开始,叶奶奶原本担心又要像以前一样天天打针吃药,而且还要持续半个月,心中有些抗拒。管床医生请来康复科医生会诊,共同为她量身定制一个中西医结合的康复治疗方案。抱着试试看的心态,叶奶奶前往康复科治疗室进行低频脉冲电治疗、埋针等,当天治疗结束后她就明显感觉眩晕减轻不少,甚至可以抬头独自站立和行走了,非常开心。

第二天还没到上班时间,叶奶奶就迫不及待地在治疗室门口等待。经过三次治疗后,叶奶奶觉得完全不晕了,可以大步流星地走路了。她对治疗师表示:“真是太感谢你们了,没有来之前头晕得不行,自己又不想再吃药打针,真是又焦虑又害怕,以前总是要大半个月才有所好转,没想到现在三次治疗就让我好起来了。”经过一周治疗,她已基本恢复,可以出院回家了。

据康复科主任段圣德介绍,混合型颈椎病包含了神经根型颈椎病和椎动脉型颈椎病两种分型的症状,由于颈椎病是退行性病变,会造成生理曲度改变,神经根受到压迫手会发麻,或者导致椎动脉受压,血流不畅、血供不足,继而出现头晕头痛的症状,患者会因为走路不稳从而而影响安全。颈椎病可以通过推拿和针灸以及物理因子治疗干预,达到疏通经络、温经活血的效果,可以帮助患者恢复血供的作用,具有安全、见效快、疗效好的优点。

段圣德提醒,颈椎病患者平常应注意姿势,加强颈部保暖,避免做“低头族”,同时可以进行一些锻炼如八段锦、太极拳等,如果有不适症状应尽快就医,以免耽误病情。

毛茵 吴萍 王芳

无偿献血有偿用血,费用是怎么产生的?

1998年10月1日,《中华人民共和国献血法》正式颁布实施,其中第八条明确指出,血站是采集、提供临床用血的机构,是不以营利为目的的公益性组织。第十一条明确规定:无偿献血的血液必须用于临床,不得买卖。

2024年5月,一则血液污染丑闻震惊全球,因为使用了来自美国的血液制品,在英国导致约3万人感染丙型肝炎和艾滋病,目前已造成约3000人死亡。而这些来自美国的血液制品,部分来自于“有偿献血”。

在我国,买卖血液属于违法行为。因为血液不是商品,一旦允许血液买卖,就会因逐利产生造假、隐瞒病史、经血液途径传播疾病等一系列社会问

题。我们鼓励公民自愿无偿献血,唯有如此才能最大程度确保用血安全。

“我们不生产水,我们只是大自然的搬运工。”自然界中的水无价,我们生活用水却要付费,这是因为江河湖泊中的水要经过混凝、沉淀、过滤、消毒等净化处理,才能输送到千家万户。

血液虽是无偿捐献,但在用于临床之前,同样需要进行一系列的处理过程。采集一袋血液,需要经过宣传招募、健康征询、体检、采集、献血纪念品发放等过程。为了保证血液质量和输血安全,所采集的血液必须经过严格的质量检验、成分分离、特殊储存、冷链运输等生产过程。

献血法规定:“公民临床用血,应当

按照国家和本省规定交付血液采集、储存、分离、检验等费用。”也就是说,临床用血时交付的费用不是血液本身的价值,而是国家统一制定的生产成本。

无偿献血捐献的是爱心,拯救的是生命,若要谈价值,献血应是无价。

本期审核专家:武汉血液中心招募宣传科副主任王丹
稿件整理/通讯员李贝 蔡雁 杨茹

