

江苏省中医院溧阳分院 溧阳市中医医院院报



微信服务号二维码



微信订阅号二维码

2021年07月
第3期 总第68期

主办单位:江苏省中医院溧阳分院
<http://www.jsszylyfy.com>

内部发行
仅供交流

庆建党百年华诞 守初心学史力行

——医院召开建党100周年“七一”表彰大会暨党史宣讲会

为表彰先进、树立典型,激励医院各级党组织和广大党员不忘初心、牢记使命、立足岗位、建功立业,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,在推进医院改革发展过程中作出更大贡献,6月28日下午,医院召开建党100周年“七一”表彰大会暨党史宣讲会。医院党政领导、全体党员、入党积极分子等共计110余人参加大会,院党委副书记徐春林主持会议。

院党委书记潘荣华向医院发展作出重要贡献的7名老领导、老党员颁发了“光荣在党50年”纪念章,向他们表示衷心的祝贺,并向50年来初心不改的老党员们致以崇高的敬意。

院党委委员杨旭芒宣读了《中共溧阳市中医医院委员会关于表彰优秀共产党员、优秀党务工作者和先进党支部的决定》(溧中委发(2021)13号)文件,表彰了20名优秀共产党员、3名优秀党务工作者和2个先进党支部。与会领导为他们进行了现场颁奖。

院党委书记潘荣华作党史宣讲。潘书记带领大家一起探寻溧阳地区百年以来的红色记忆,从这片红色土地的奋斗历程中汲取继续前进的智慧和力量。潘书记强调,历史在人民的探索和奋斗中造就了中国共产党,中国共产党团结和带领人民创造了历史的辉煌。我们要认真学习贯彻习近平总书记



重要讲话精神,突出重点、明确要求、务求实效,坚定“全心全意为人民服务”的宗旨,书写“大医精诚 医者仁心”的最美篇章,以优异成绩迎接建党一百周年。

以史为鉴,可以知兴替;以人为镜,可以明得失。最后,与会人员集中观看了警示教育片。教育片提醒广大党员、干部要切实加强学习教育,不断增强党性修养、理想信念和法纪观念,牢固树立正确的世界观、人生观、价值观,正确运用手中的权力,坚守清正廉洁的气节,不断夯实廉洁从业的思想道德基础,筑牢拒腐防变的思想道德防线。(宣传科 陈佳淼)

市人大常委会副主任朱志军一行 来院调研我市院前医疗急救体系建设工作

5月28日上午,溧阳市人大常委会副主任朱志军、市人民医院党委书记朱宁玉、市卫健局副局长李建强等一行来我院调研全市院前医疗急救体系建设工作。院党委书记潘荣华、院长史海波、副院长陈欣杰等陪同调研。

朱志军一行先后查看了医院急诊抢救室、急救药物配备、救护车配置等情况。急诊科主任黄强就医院在院前急救信息化平台使用、院前急救团队人才建设、日常急救、重大活动医疗保障、公共卫生事件处置和应急演练等工作向朱志军一行作了汇报。

黄强介绍,近年来,我院院前医疗急救流程进一步优化,通过结合胸痛、卒中、创伤等中心建设和借助院前急救信息化平台,打造急诊、急救协同救治平台;通过迅速启动胸痛、卒中、创伤等中心的绿色通道,将整个急救流程前移,做到院前院内无缝对接、跨科联动,为患者院内抢救和进一步治疗争取了宝贵时间。

朱志军对我院院前医疗急救体系建设工作给予了充分肯定,他要求,医院要充分利用好急救资源,借鉴省内大医院和



市兄弟医院在院前医疗急救体系建设方面的成功经验,进一步加强急救信息化建设,为患者提供医疗救治绿色通道和一体化综合救治服务,满足人民群众日益增长的健康需求。

(宣传科 朱向荣)

图片新闻



▲5月5日,团委组织开展“我心向党 感受历史的力量”党史学习教育主题团课。



▲5月25日,省卫健委专家组对我院省级重点专科——肾病科进行现场复评。



▲5月28日,医院感染管理科开展《新冠病毒感染防控指南(第二版)》培训。



▲6月7日,医院邀请江苏省妇幼保健院副院长赵奕华来院作《现代医院管理方法与工具应用》授课。



▲6月15日,呼吸科开展“中医养肺 健康呼吸”为主题的健康义诊及科普活动。



▲6月23日,医院党委开展“我为群众办实事,送健康,做公益,我是党员我先行!”义诊健康咨询活动——送医进中国农业银行溧阳支行。

院府合作

健康在行动 义诊暖人心

——江苏省中医院血液科专家团队来溧阳分院义诊、指导

血液系统疾病多半是难治性疾病,发病隐匿,病状隐匿,即使患病,病人常不能自己察知,多因其他疾病就医或健康体检时而被发现。为更好地普及血液系统疾病知识,早期发现疾病并树立正确规范的治疗观念,更好地服务溧阳及周边地区血液系统疾病患者,6月19日下午,医院邀请江苏省中医院血液科专家团队来院义诊、指导,让市民在家门口就能享受到三甲医院专家优质、便捷的医疗服务。

下午2点不到,东院区门诊大厅前来就诊的患者,排起了长队,患者们早早地来到医院等候就诊。专家们耐心解答了患者的各种疑问,并向他们介绍血液系统疾病知识,为他们树立正确规范的治疗观念。“平常去三甲医院看病,路程比较远,排队挂号几个小时,等见到医生了,说不了几分钟就看完病了。今天直接在家门口这么详细地和专家沟通交流,真是太好了,希望这种义诊可以多一些。”患者袁女士开心地说。

门诊部主任余爱云表示,为了让广大患者朋友足不出户就能享受到省中医院优质的医疗服务,溧阳分院将与省中本部保持沟通,尽可能多的邀请省中本部专家来溧阳分院义诊、坐诊,给溧阳及周边地区的患者带来便捷和健康。(院办 汪蕾)



省中医院又有9位 高学历人才来溧阳 分院挂职指导

为进一步加强“院府合作”的深度,加大优质医疗资源下沉力度,江苏省中医院于今年7月又派出3位医学博士、6位医学硕士来溧阳分院肛肠外科、甲乳外科、肿瘤科、耳鼻咽喉科、治未病科、急诊科等科室进行为其半年的挂职指导。

自此,江苏省中医院已派出50多位高学历人才来溧阳分院担任临床科室副主任或主任助理,参与科室临床工作和管理工作,从而全面提升溧阳分院的医疗技术和管理水平。

(院办 汪蕾)

医疗技术

生死时速30分钟! 胸痛中心成功抢救一名急性前壁心肌梗死患者

6月10日下午3点多,我院心内科介入治疗团队刚把当天的11例冠心病介入手术做完,团队成员的手机同时响起了滴滴的提示声,打开溧阳市中医院的胸痛中心救治微信群,原来是120救护车接到一位胸痛病人,车上心电图提示:急性心肌梗塞。确诊后,救护人员立即给予“一包药”(替格瑞洛180mg、可定10mg、阿司匹林300mg)第一时间顿服,为手术赢得宝贵时间。此时,介入治疗团队成员本来疲惫的身体立即振作起来,迅速做好手术准备;急诊科同时收到信息,做好了病人接收;导管室也已准备就位。患者及家属一到急诊室,心内科医生立即与患者家属沟通,患者家属知道心梗凶险,同意行介入治疗手术。患者静脉通道已经建立,遂绕行CCU,直接将病人送到导管室,心内科主任郑永宏带领的冠心病介入团队早已做好了术前准备。患者15:30进入导管室,刚接好心电监护,提示窦性心律、室早。随即患者突发意识丧失,肢体抽搐,心电监护提示尖端扭转型室速,考虑阿-斯发作,立即心脏按压,360J电除颤一次成功,患者意识恢复清醒,心电监护提示恢复窦性心律。立即行左右冠状动脉造影示:LM(左主干)未见明显狭窄,LAD(左前降支)近中段完全闭塞,LCX(左回旋支)未见明显狭窄,远段80%狭窄,RCA(右冠状动脉)近段70%狭窄,远段向LAD提供侧枝。快速开通LAD闭塞血管,并植入两枚支架。开通血管后,患者胸痛症状明显缓解,精神有所好转,心电监护提示室早明显减少。从穿刺桡动脉到支架植入完成,

心内科介入团队仅用了不足30分钟。术后患者病情及各项生命体征平稳,并逐步康复。

心内科主任郑永宏表示,时间就是心肌,时间就是生命,该患者能得到最快的治疗,得益于常州全域推广的院前急救系统的高效运行及胸痛理念的推广,使院前、院中、急救做到了无缝衔接,简化了流程,为患者手术赢得了宝贵的时间。同时也得益于病人及家属对胸痛知识的掌握及配合。

我院胸痛中心自建设以来,制定了多项应急预案,积极应对各类患者的突发状况;对网络医院加强了技术及设备支持,建立微信群及时响应网络医院诊疗需求;与县域内的乡镇卫生院及社区卫生服务中心签约建立急性胸痛战略合作伙伴关系,让更多在基层医院就诊的胸痛患者通过有效的转运平台和网络得到及时救治;加强院前急救120与院内救治绿色通道的无缝衔接与有机整合;全面实行“先救治,后付费”、坚持急危重症患者优先、急救胸痛患者优先的救治原则;24小时为急性心肌梗死等高危致死性胸痛患者畅通生命救治绿色通道,减少就诊环节,缩短救治时间,提高患者救治率。

(心内科 陈志刚)



点赞! 手足外科又成功开展一例首例手术

手足外科近年来独立开展了我市多例首例手术、复杂性手术。近日,手足外科又为一名右侧腕管综合征患者成功实施了溧阳首例腕关节镜手术。该手术的成功实施,开创了溧阳腕关节手术的空白。

患者,女,44岁,因“右手桡侧三个半手指麻木”入院治疗,根据患者症状、体征,结合实验室及器械检查,诊断为:右侧腕管综合征。手足外科团队结合患者病情,经过科内讨论及全面评估后,决定为其实施创伤更小的腕关节镜手术。5月18日,在完善相关检查,排除手术禁忌症后,为患者实施了“右腕关节镜下正中神经松解术”。手术顺利,患者术后两日出院。现患者门诊随访,恢复良好,该手术目前在溧阳尚属首例。

手足外科主任熊敏介绍,腕关节镜手术是一种用于诊断和治疗腕关节损伤与疾患的微创技术。该技术只

在腕部打两个直径约0.3mm的孔,插进两个导管,外边有监视器监视,由熟练医生掌控操作,在关节镜下评估及治疗关节腔内病变,并由微创小口进行关节内损伤结构的修补,从而避免了常规切开手术对患者腕关节周围组织造成不必要的组织破坏。与传统手术相比,腕关节镜手术具有术中视野良好,可借助微创器械进行细小操作,具有组织剥离少、粘连少、创伤小、疼痛小、患者术后恢复快等特点,目前已成为处理腕关节疾病的首选治疗手段。

(手足外科 杨蔡伟)



膀胱破裂尿外溢,泌尿外科微创技术解难题

5月18日,泌尿外科首次应用微创腹腔镜技术成功救治一名外伤性膀胱破裂患者。

患者,男,42岁,5月18日凌晨饮酒后不慎摔倒,致头部及腹部受伤,腹部疼痛不止,被送至我院急诊科。急诊科值班医生保留患者导尿,引出淡红色尿液,怀疑膀胱破裂,遂请泌尿外科会诊,泌尿外科对患者行



膀胱造影CT检查,CT示膀胱内造影剂外溢至腹腔,明确诊断膀胱破裂。

患者情况紧急,需要立即实施膀胱修补手术。泌尿外科手术团队结合患者情况,经过讨论后决定采用更为微创的腹腔镜探查手术。完善术前准备,建立气腹后,先

予脐部打一小孔,将腹腔镜镜头通过小孔进入腹腔探查,发现膀胱腹膜侧有一裂口,长约5cm,腹腔内无其他脏器损伤。下腹部另作两处5mm小孔,置入操作器械,在腔镜下顺利完成了膀胱破裂处的修补。手术过程顺利,术后患者恢复较快,第二天下床活动,数天后康复出院。

泌尿外科副主任钱春雷表示,采用腹腔镜技术修补外伤性膀胱破裂,手术只有3个小切口(一个小切口在肚脐下缘,愈合后切口处不易显现,两个小切口在下腹部,愈合后外观不明显),相比传统的开放手术,手术切口更小,且术中可以通过腹腔镜探查腹腔内其他脏器有无合并损伤。术后患者疼痛程度轻,胃肠道功能恢复快,可早期恢复进食,更有利于膀胱破口的生长,极大缩短了患者术后的恢复时间。

(泌尿外科 钱春雷)

市总工会来院慰问高技能人才——潘荣华

为积极传递党和国家对劳动者的关心爱护,大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神,营造劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的社会氛围,6月23日上午,溧阳市总工会权益保障部周民强部长一行来我院看望慰问高技能人才——江苏省中医重点专科肾脏病学科带头人、全国“五一”劳动奖章获得者、江苏省劳动模

范、院党委书记潘荣华,并送上了慰问品和慰问金。

周民强亲切询问了潘荣华的身体、工作和生活情况。潘荣华是江苏省“333”工程高层次人才培养工程首批中青年科学技术带头人、江苏省中医重点专科肾脏病学科带头人,他充分发挥劳动模范的示范带头作用,开拓创新、锐意进取、勇于奋斗,为溧阳卫生健康事业和

医院发展作出了杰出贡献。

潘荣华感谢党和政府、总工会等各级领导多年来的关心、支持和帮助。他表示在今后的工作中,将进一步发挥劳模精神,带好团队,更加潜心钻研医疗技术,不断提高专业水平,以精湛的医术和更优的服务回报组织、回报溧阳人民。

(宣传科 陈佳淼)



5.12 国际护士节, 我院一批白衣天使获市级表彰

为庆祝第110个国际护士节,弘扬南丁格尔精神,激励和调动广大护理人员工作积极性,5月12日下午,溧阳市卫生健康局举办了庆祝“5·12”国际护士节表彰大会暨“百年芳华 天使情怀”活动。市人民政府副市长陆慧琦,市卫健局党委书记、局长潘建中,市纪委监委第二派驻纪检监察组组长汤保华,市卫健局党委副书记、副局长冯伟民、副局长何国军、张蓓、李建强,市健康经济办公室副主任夏玉平等领导出席表彰大会。

会上,我院十病区护理组被市卫健局授予“护理团队之星”荣誉称号;一病区护士长岳婷被授予“护理创新之星”荣誉称号;急诊留观病房护士长赵雨琴被授予“护理敬业之星”荣誉称号;重症医学科护士长朱瑛、门诊部护士长黄春华被授予“护理管理之星”荣誉称号;护士罗红芳、闵永娟被授予“护理服务之星”荣誉称号。

副市长陆慧琦指出,近年来,我市护理事业不断取得新进展,护士数量逐年增加,目前大专以上护士占比达到86%以上。全市护理工作者大力弘扬救死扶伤、勇于奉献的南丁格尔精神,无论是在平时的护理岗位上,还是在抗击疫情、抢险救灾的突发重大事件中,夜以继日、忠于职守、无私奉献,视病人如亲人,为保护人民群众的健康做出了巨大贡献,谱写了一曲曲新时代的奉献之歌。陆慧琦希望广大护理工作能够继续弘扬南丁格尔精神,在渴求新知识、钻研新技术、掌握新方法上勇争一流,为我市护理事业做出更大贡献。

另外,5月11日在常州市卫健委举行的国际护士节大会上,我院康复科护士长李洁被常州市卫健委授予“十佳专科护士”荣誉称号,护士蒋琴被授予“优秀护士”荣誉称号。

(宣传科 陈佳淼)

医院召开2021年度院级新技术新项目准入论证会

为进一步加强医疗技术临床应用管理,促进医疗技术创新和发展,提高专科能力建设和科研技术水平,6月11日下午,医院召开了2021年度院级新技术、新项目准入论证会。院长史海波、学术委员会委员、伦理委员会委员、各项目负责人及职能科室负责人参加会议。会议由医务科副科长蒋丽萍主持。

本次评审包括医疗、医技等新技术、新项目21项,涵盖心内科、重症医学科、妇科、内分泌科、肛肠科、骨科、康复科、皮肤科、呼吸内科、普外科、疼痛科、眼科、针灸推拿科、治未病科、影像科、病理科及检验科等多个专业。评审会上,各项目负责人从项目背景意义、技术掌握程度以及可行性、社会效益及新技术查新等方面通过PPT进行详细汇报,评审专家从项目创新性、应用与推广情况、难易程度、实用性及效益、伦理要求等方面进行反复讨论及综合评定。

史院长表示,医院鼓励新技术、新项目的开展,开展前要做足充分准备,要围绕专科的优势病种及长远发展,择优培强筑品牌;要加强中医技术的创新,要提前制定完善的技术规范和应急处置预案并严格遵守,定期做好中期评估和随访工作;在应用新技术、新项目的过程中,要对患者如实告知,尊重患者的知情权、同意权。医务科与各科室要紧密协作,有序、高质量地开展各项工作,确保医院新技术、新项目的可持续发展。

(医务科 吴斌)



院领导慰问新冠疫苗临时接种点医护人员

6月25日上午,院长史海波、党委委员杨旭芒带领工会相关负责人来到上上电缆新冠疫苗接种点,看望慰问奋战在接种一线的我院医护人员,并为他们带去了慰问品。

史院长一行实地查看了疫苗接种点的健康申报区、登记询问区、疫苗接种区、留观区,详细了解疫苗管理、接种流程、现场保障措施等情况,并向坚守在新冠疫苗接种一线的医护人员表示诚挚的慰问,感谢他们夜以继日、坚守岗位,保障疫苗接种工作高效、有序推进,为群众筑起守卫生命安全和身体健康的防线。史院长叮嘱大家要劳逸结合,做好自身防护,以饱满的精神面貌为企业员工做好疫苗接种服务,圆满完成上级交给的任务。

为有效降低新冠病毒传播风险,全面打赢疫情防控阻击战,保障劳动密集型员工的生命安全和身体健康,溧阳市卫健局牵头市疾控中心与市中医医院,将临时接种点设进企业,提供疫苗上门接种服务。自疫苗接种工作启动以来,我院认真贯彻落实上级部门的工作要求,采取全院总动员模式,各临床科室、职能部门克服人员紧缺困难,抽调部分医护、后勤人员前往临时接种点加班加点开展疫苗接种工作。临时接种点每次配备医护人员35人,单日最大接种量接近4000人次。目前已为13家单位和企业提供了疫苗上门接种服务,累计接种疫苗66276剂次,让企业员工做到了疫苗接种与生产两不误,切实保障了人民群众身体健康和生命安全。

(宣传科 朱向荣)



老年人看病不用愁! 我院开设老年病专科门诊

人进入老年期后,身体组织结构逐渐老化,各器官功能逐步出现障碍,身体抵抗力开始下降,活动能力降低,以及协同功能丧失,从而出现各种各样的健康问题,如老年“三高”、老年综合征、老年慢性心脑血管疾病、衰老相关性疾病及老年人常见病、多发病及慢性多系统疾病等。

为方便老年人就诊,减少老年患者在多个科室往返看病的烦恼,一站式解决老年患者的健康问题,我院从2021年5月起成立了老年病科,并开设了老年病专科门诊。

老年病科集老年性疾病的预防、诊疗、保健于一体,能对老年患者进行综合评估、规范诊疗和健康指导,是为适应老龄化社会而逐渐兴起的一门综合学科。老年病专科门诊的开设,为老年患者提供了一站式、安全、方便、有效、价廉、优质的医疗服务。

老年病专科门诊时间:周一至周五全天、周六上午

老年病专科门诊地址:溧阳市中医医院门诊四楼420诊室

(老年病科 钟一禾)



想要少生病、不生病,中医有妙招! 来试试中医特色疗法——“冬病夏治”穴位贴敷吧

又到冬病夏治时。

中医认为,冬为阴,夏为阳。冬病,指好发于冬季或在冬季易加重的虚寒性疾病,由于机体素来阳气不足,加之冬季气候阴盛阳衰,以致正气不能祛邪于外,或重感阴寒之邪,造成一些慢性疾病如慢性咳嗽、哮喘、慢性腹泻、关节冷痛、怕冷、体虚易感等反复或加重。夏治,指在自然界和机体阳气最旺之时,通过中医内外调治,达到温补阳气、散寒祛邪、活血通络,增强机体抗病邪能力,从而有助于祛除阴寒之病邪,达到治疗或预防冬季易发生或加重的疾病。

“冬病夏治”能治疗哪些疾病?

1. 呼吸系统疾病:如慢性咳嗽、反复感冒、支气管哮喘、慢性支气管炎、哮喘、过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽喉炎等。
2. 消化系统疾病:如虚寒性胃痛、慢性胃肠炎、胃肠功能紊乱、腹泻、消化不良、厌食等。
3. 亚健康调理:如免疫功能低下、畏寒怕冷、疲劳虚弱、记忆力减退、阳虚体质、气虚体质、湿热体质等。
4. 骨关节疾病:如颈椎病、肩周炎、腰腿痛、风湿病、类风湿关节炎、退行性骨关节病变等。
5. 妇科疾病:如宫寒、痛经、产后病等。
6. 男科疾病:如男性不育、阳痿、早泄、慢性前列腺炎、肾虚病等。
7. 儿科疾病:如哮喘、慢性咳嗽、过敏性鼻炎、反复上呼吸道感染、咽

炎、扁桃体炎、支气管炎及肺炎等。

8. 皮肤科疾病:如荨麻疹、冻疮、银屑病等。

9. 心血管疾病:如慢性心力衰竭(以心慌、胸闷、气喘、咳嗽、水肿为主要临床表现)、畏寒怕冷、气短乏力等。

10. 肾脏疾病:如血尿、蛋白尿、慢性肾炎、慢性肾功能衰竭以及神疲乏力、腰膝酸软、畏寒肢冷、眩晕耳鸣、夜尿频多等肾阳虚证。

11. 眼科疾病:如过敏性结膜炎、干眼症、眼底疾病。

“冬病夏治”穴位贴敷,又称“三伏贴”,是中医学防治疾病的一种特色疗法,它是根据《黄帝内经》中“春夏养阳”的原则,利用夏季气温高,机体阳气充沛,体表经络中气血旺盛的有利时机,针对不同体质和病情,进行穴位贴敷,通过药物直接刺激穴位,作用较为明显,可疏通阳气,调节脏腑功能,达到缓则治其本的效果,使一些宿疾得以恢复。

中医理论认为,夏季人体气血流通旺盛,药物最容易吸收,而三伏期间是一年中阳气最旺盛的时候,此时进行贴敷治疗,运用补虚助阳药或温里散寒药物,天人合击,最容易把冬病的病根拔除,达到恢复和扶助人体的阳气,提高机体抵抗力的目的。

江苏省中医院溧阳分院(溧阳市中医院)“冬病夏治”三伏贴,从6月28日开始敷贴,到8月31日结束。目前有14个科室开展“冬病夏治”三伏贴项目,分别是:呼吸科、针灸推拿科、耳鼻喉科、儿科、心内科、眼科、治未病

科、康复科、皮肤科、肾病科、男科、脾胃病科、妇科、骨伤科。

“冬病夏治”三伏贴预约方式:

挂相关专科号,到相关科室咨询、预约,凭预约单在指定时间到指定地点进行敷贴(预约单上有详细说明)



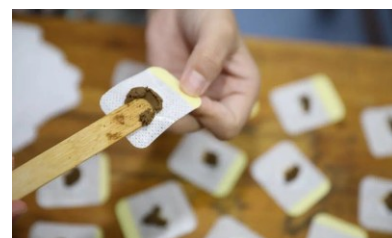
各科室“冬病夏治”穴位贴敷地点:

- 呼吸科:门诊四楼
 针灸推拿科:门诊三楼
 耳鼻喉科:眼耳鼻喉口腔中心四楼
 眼科:眼耳鼻喉口腔中心二楼
 儿科:门诊二楼
 心内科:门诊四楼
 治未病科:东院区一楼
 康复科:东院区二楼
 皮肤科:门诊三楼
 肾病科:门诊四楼
 男科:门诊四楼
 脾胃病科:门诊四楼
 妇科:门诊二楼
 骨伤科:门诊一楼

三伏贴敷的注意事项:

1. 成人每次贴敷时间为6—8小时,儿童贴敷时间为2—4小时。贴敷药物后,局部出现热、凉、麻、痒或轻度疼痛属正常现象,如贴敷处有烧灼或针刺样剧痛,难以忍受时,可提前揭去药物,及时终止贴敷。
2. 因贴敷的药膏中含有芳香辛窜药物,因此怀孕妇女忌贴。其他如肺结核、支气管扩张、急性咽喉炎及感冒发烧的患者也不适宜贴敷。如有发热应暂停贴敷。
3. 对胶布过敏者,可选用低过敏胶带或用绷带固定贴敷药物。
4. 贴敷药物后注意局部防水。
5. 贴敷期间禁食生冷、海鲜、辛辣刺激食物。
6. 对于残留在皮肤的药膏等,不宜用汽油或肥皂等有刺激性物品擦洗。

(医务科 杨洁)



瘀血疼痛如何缓解? 来试试治未病科的化瘀止痛贴

近年来,疼痛性疾病的发病日趋年轻化,这和我们许多的不良生活习惯密切相关,如贪凉饮冷、不良体态、低头久坐、缺乏运动、情绪失调等,都会影响我们体内气血运行,日久而致瘀血内停,引起身体各处的疼痛不适,其中最常见的就属颈项、胸背、腰骶、膝盖处这些肌肉关节的僵硬疼痛,以及女性的痛经。

人体经脉中的气血,是周流全身、循环不息的,一旦某种或多种原因引起气血循环不畅,瘀血形成,脉气不通,就会产生疼痛,这就是我们常说的“不通

则痛”。

现代瘀血体质非常多,除了疼痛以外,瘀血体质的人常常还会有以下几种甚至多种表现:1.面色暗黄或暗红。2.口唇色暗甚至发紫。3.舌边尖有瘀点,舌下静脉较粗、瘀紫。4.易生褐斑、留疤留印。5.易出现黑眼圈。6.两颧部有细微血丝。7.皮粗粗糙,肌肤甲错。8.皮肤在不知不觉中会出现青紫瘀斑。9.容易情绪烦躁,健忘。10.女性多伴有月经不调、子宫肌瘤等。11.多不能耐受寒邪。

瘀血性疼痛常常反复发作,病程较长,长期的药物治疗,患者常常不能坚持,或者有些患者不能耐受活血化瘀药物的胃肠道刺激,怎么办?不妨来试试中医院治未病科的化瘀止痛贴!化瘀止痛贴是治未病科自制的贴敷膏药,由多种行气活血、化瘀通络、温经止痛的中药调配而成,针对各种常见的肌肉关节疼痛、女性痛经等疗效显著,且安全无创、使用方便,易于保存,患者可自行贴敷治疗。

(治未病科 周元)