

三伏天灸有什么功效?

冬病夏治 调理身体

本报讯(记者刘雅玲)近来天气湿热,许多市民出现身体沉重、精神不振的症状,广东省中医院珠海医院针灸科谢长才主任介绍,三伏天即将到来,此时运用天灸进行调理,可以起到冬病夏治,调理身体的作用。

什么是“天灸疗法”?

“天灸疗法”是中医学里极具特色的疗法之一,通过在特定的穴位上敷贴药物,利用药物的刺激作用,达到疏通经络、调和气血、调整脏腑功能的目的。

谢长才介绍道,广东省中医院根据人体阴阳消长,顺应四时气候变化的规律,在“三伏天”“三九天”选用一些对皮肤有刺激作用的药物,贴敷在穴位上,利用药物的刺激,来预培人体阳气,从而达到治疗疾病的目的。

中医理论中有“春夏养阳”的说法。三伏天是

一年中人体体表气血最旺盛的时候,此时利用温阳散寒、利湿逐瘀、行血通脉的中医药物进行调养,效果事半功倍。

天灸也能有效排湿

“近期珠海雨水频繁,湿热交蒸,人们往往容易感到身体沉重、精神不振,这与湿热天气密切相关,天灸也能够应对这种情况。”谢长才表示。

一方面,天灸能够通过刺激穴位,促进气血的运行,使体内的湿气有效排出,使气血重新恢复畅通,从而减轻身体的沉重感。另一方面,天灸还能够调整脏腑功能,增强人体的抵抗力,使人们在面对湿热天气时能够更加健康、更加从容。

哪些人群适合贴天灸?

根据中医院大规模开展“岭南传统天灸疗法”30年来的临床观察,天灸治疗适合任何体质的人

群,有着“有病治病,无病保健”的作用,尤其是对于体质偏虚、阳虚以及风寒湿型的痛症患者疗效更佳。

有以下症状的人,更适合贴天灸:过敏性鼻炎、慢性咳嗽(如哮喘、过敏性咳嗽、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病等)、慢性咽炎等;颈肩腰腿痛、膝骨性关节炎、风湿性关节炎、网球肘、胃痛、痛经等;失眠、慢性肠炎、消化不良、慢性盆腔炎、夜尿症、遗尿等。

广东省中医院珠海医院三伏天灸将于7月5日开始,8月14日结束,共贴灸5次。加强:7月5日(周五);初伏:7月15日(周一);中伏:7月25日(周四);加强:8月4日(周日);末伏:8月14日(周三)。早上7:30至晚上8:00,中午照常贴灸。如果错过贴灸日期,可在天灸正日的次日、第三日到针灸科补灸。

雨天蹚水有何危害?

易诱发丹毒、湿疹等皮肤病



近期,南方多地出现暴雨天气。疾控专家提醒,长时间蹚水或蹚水后不注意清洗,容易诱发丹毒、皮肤过敏、湿疹等皮肤病。

湖南省疾病预防控制中心主任医师刘富强提醒,有人蹚水后不注意清洗,细菌容易从皮肤毛孔进入淋巴管里,可能引发丹毒、淋巴管炎等疾病。丹毒是一种常见的感染性皮肤病,主要致病菌为一种溶血性链球菌。患者发病后,会出现发烧、皮肤表面烧灼样疼痛等症状。

“长时间浸泡在水中,容易引发足部疾病。”刘富强说,有人长时间在水中浸泡,皮肤屏障功能遭到破坏,真菌和细菌进入体内,容易引发足癣等疾病。足癣是由真菌引起的皮肤病,具有传染性。糖尿病病足

患者在雨天需要做好足部保护工作,避免在雨水中浸泡,预防真菌和细菌感染,以免加重病情。

疾控专家建议群众,出门时要备好雨鞋,在雨中出行时要注意保护皮肤,避免长时间蹚水;如果被污水弄湿脚,应尽快用清水和肥皂清洗,以免病菌滋生。

刘富强提醒,如果出现感染性皮肤病的情况,不要用力抓挠,要尽快就医,以免延误病情。如果在雨中不慎受伤破皮,要及时用碘酒冲洗伤口,用无菌纱布覆盖后及时到医院就诊。因雨水的污染性,皮肤外伤患者一般需要注射破伤风免疫球蛋白,预防破伤风的发生。对于皮肤癣病加重的患者,一般需要适当涂抹抗真菌外用膏进行治疗。

疾控专家提醒,长时间蹚水或蹚水后不注意清洗,容易诱发丹毒、皮肤过敏、湿疹等皮肤病。
新华社发



实景精装样板间 璀璨盛放

— 主城 主位 主场 新香洲财富IP

建面约 38-70m² 多元文化科创办公空间 | 建面约 125-292m² 品牌企业商务办公空间

- 湾区枢纽
- 主城核芯
- 国企品质
- 政务速办
- 资产锚点

TEL: 0756 2639 666 ADD: 中国 珠海 迎宾北路



本宣传资料仅为要约邀请,资料所体现的交通等市政配套、市政条件及市政规划等信息仅供参考,具体以珠海市人民政府门户网站发布的实际规划及相关政策为准,地图仅为区域规划效果示意,局部地区比例与实际存在差异,仅供参考;本宣传广告仅针对部分户型,开发商对项目宣传内容不作任何承诺和保证,买卖双方的权利义务最终以最终签署的商品房买卖合同及补充协议为准;开发商:珠海传媒产业投资有限公司,项目备案名:香山场大厦;项目推广名:香山场大厦;在法律允许的范围内,开发商保留对此修改的权利,敬请留意最新资料。预售许可证号:001-440401-2023-00067-1。本资料所发布的内容为2024年6月30日前的信息,本公司有权对宣传内容进行修改、调整,敬请留意最新宣传资料。价格有效期至:2024年6月30日。