

武进人民医院： 弘扬国医精粹 为群众健康“把脉”

10月22日是第32个世界传统医药日，旨在强调传统医药在现代社会的人类健康事业中举足轻重的地位和作用。为继承并弘扬优秀传统文化中医药文化，连日来，武进人民医院中医科举办了一系列丰富多彩、形式多样的科普义诊活动，让中医药惠及更多百姓。

传播中医文化 提升健康素养

近日，武进人民医院中医科走进郑陆镇卫生院，开展中医药宣传月暨中医养生节活动，中医内科、伤骨科共6名资深医疗专家参加了此次活动。义诊开始前，中医内科副主任中医师曾渊杰向市民们科普了如何正确使用大家耳熟能详的六味地黄丸，叮嘱大家切忌盲目使用，同时针对其他常见药品用法进行普及，纠正了大家的观念误区。

活动现场，中医专家为前来就诊的市民把脉，针对不同人群的疾病性质和体质类型，

详细询问、诊断辨证后，开出个体化药方，提供定制式的养生调理方案，帮助市民运用中医中药巩固身体机能，提高健康状态。

义诊活动为市民提供了零距离接触中医、感受中医的机会，增强了市民对自身疾病的保健管理意识，进一步促进了中医药文化的普及教育，为传统中医药的传承发展奠定了良好的群众基础，营造了关心、支持和参与中医药传承发展的社会氛围。

冬令进补有方 量身定制“膏”招

霜降已过，呼吸道疾病的高发季节随之到来，自6月以来，感染支原体肺炎的成人、孩子不计其数，适时进行中医调理可以筑牢免疫屏障，做到正气存内、邪不可干。传统中医理论认为，一年四季春生夏长秋收冬藏，秋冬养生讲究的是“藏”，秋冬进补可以取得事半功倍的效果。膏方作为滋补类中药的常用剂型，用药张弛有度，平和互补，阴阳调和，与秋冬养生之道契合，也就有了“冬令进补，首选膏方”的理论。

武进人民医院中医科膏方独具特色，在传统膏方基础上采用现代工艺创新思维，兼具精、准、新三大特点，即精心选药，保障品质；准确辨证，结合天时地利量身定制；创新制作工艺，满足不同患者的不同需求。今年11月1日起，中医科将继续开设膏方门诊，为广大有养生需求的人士提供辨证施治、体质辨识等服务。

张先生患慢性肺病20余年，每逢天气转凉，咳嗽气喘现象便会发作，严重时伴有双下肢水肿，胸闷气喘，纳差乏力，曾尝试多种药物治疗，效果均不理想。前年冬季开始在医院膏方门诊调理，中医科代主任、副主任中医师庄晓丹对其精心诊治，开具膏方，连续服用两年，张先生咳嗽气喘发作次数减少，胃口增加，体质增强，精神状态明显好转，今年又早早预约了膏方门诊，准备继续服用。

宣扬传统医药 守护百姓健康

武进人民医院中医科创办70余年，为孟河医派一脉相承，有着浓厚的历史文化底蕴及雄厚的中医药发展基础。现



有孟河医派传承指导老师1名，常州市孟河医派百人传承培养工程培养对象7人，常州市名中医1人，先后通过全国农村先进中医药工作单位、市级示范中医科验收，获得多项市级及区级科研项目成果奖励。科室设置中医内科、针灸科、伤骨科等多个专科门诊与中医综合病房。同时，以中医传统理论为基础，加强与其他临床科室的协同合作，与泌尿外科合作开设中西医结合男科门诊、与健康管理中心合作开展中医体质辨识服务，充分发挥中医

药在全方位全周期保障人民健康方面的作用。

中医科全体医护人员戮力同心、主动作为，充分挖掘中医药的独特优势，秉承“未病先防、既病防变”的中医“治未病”理念，通过开展中医药文化进校园、进社区等科普讲座、义诊及健康咨询活动，推动中医药文化融入百姓生活。让更多百姓体会到中医药博大精深的文化魅力，努力实现中医药文化的创造性转化，让传统医药扬帆起航。

(刘浩恩)

科学防治秋季呼吸道疾病

秋冬是呼吸道传染病的高发季节。近期，儿童支原体肺炎等呼吸道传染病有所上升。如何科学防治呼吸道传染病？

首都医科大学附属北京儿童医院呼吸科主任徐保平说，今年儿童呼吸道传染病高峰比往年有所提前，除了支原体感染之外，流感病毒、腺病毒、鼻病毒等感染人数也有所增加。其中，支原体阳性人数约占发热咳嗽门诊的20%。这主要与个体免疫力下降有关。

支原体肺炎是否会出现“白肺”？徐保平认为，有的支原体肺炎患者，肺部影像上显示有一片白色，大多是一个肺叶或肺段感染所致，这和医学上所说的“白肺”是两个概念。通常来说，“白肺”是指双肺弥漫性病变，主要发生在重症感染时，其症状和严重程度都与支原体肺炎有所不同。

支原体感染或肺炎有什么症状？治疗药物有哪些？徐保平说，支原体肺炎的主要症状有两个：一是发热，二是咳嗽。



其中，咳嗽初起是阵发性干咳，进展中会有咯痰。有人会出现胸痛、咽痛、头痛等症状，少数人出现紫绀、呼吸困难等现象，应及时到医院就诊。目前，一线治疗药物主要是大环内酯类抗生素，常用的有阿奇霉素、红霉素、克拉霉素等。抗生素类药物属于处方药，需要在医生的指导下用药。

如何预防呼吸道传染病？徐保平说，主要是远离病原体，尽量少去人员密集的封闭场所，必须去时可以戴口罩。注意勤洗手，加强锻炼，增强体质。另外，学龄儿童患支原体肺炎后不要带病上学，要注意休息，提高免疫力。

中国中医科学院广安门医

院急诊科主任齐文升介绍，从中医的角度看，秋季气候干燥，病邪容易侵犯肺系，导致呼吸道疾病，主要表现为口干、咽痛、咳嗽等症状，中医统称为秋燥病。秋燥病主要分为两类，即温燥和凉燥，需要辨证施治。治疗温燥病，主要是清热润燥；治疗凉燥病，主要是温散润燥。

针对秋季呼吸道疾病，中医有哪些良方？齐文升说，如果发生呼吸道疾病，出现干咳、发热等症状，应及时就诊，服用一些中药。如果以咽痒为主，可用桑菊饮等方剂；如果以咽干为主，可用桑叶汤等方剂；如果有外寒症状，可用杏苏散等方剂。

(人民日报)

狗对人发起攻击 咋处置最有效？

2岁女童遭烈犬撕咬事件，引起社会关注的同时也引发了一些探讨：当狗对人类发起攻击时，如何处置最有效？北京市公安局朝阳分局刑侦支队警犬技术中队民警、警犬训导员柴静提醒，遇到这种紧急情况时，要尽量避免喊叫、抢夺等行为，可借助书包、衣服等随身物品，用书包击打狗的眼睛和鼻子，或者用衣服罩住狗的头部，使其撒嘴。

柴静说，狗的眼睛和鼻子部位通常比较敏感，借助书包等随身之物击打狗的面部，会让它们感到疼痛和害怕，从而阻断狗的攻击。或者用衣服罩住狗的头部，当视觉被阻碍，狗会迷失方向，这时候很可能会放松咬合。

柴静强调，当面对威胁性犬只时，保持冷静和镇定非常重要。大声尖叫和转身逃跑都可能刺激到狗的兴奋点，反而加剧它们的攻击性。如果情况涉及儿童，更不要强行抢夺被狗咬住的小孩，这种行为一方

面可能加剧狗的占有欲，导致其咬得更死；另一方面在抢夺过程中，可能给小孩造成更加严重的撕裂伤害。

相比成年人，狗更容易袭击小孩。因此，家长带小孩出门时，如果遇到未拴绳的大型犬，要及时把孩子抱起来，不要让小孩处于狗的视线范围。

有一句老话叫“狗怕蹲、狼怕火”。柴静说，这句话主要针对的是成年人。见到有攻击倾向的狗时，蹲下比转身逃跑更有效，因为害怕转身逃跑时，反而会刺激狗的追逐欲望，而蹲下会让狗认为你可能有武器会袭击它，这个时候它自己就会离开。

(北京日报)

