

区中医医院三伏天灸“开贴”

笔者了解到，今年区中医医院三伏天灸从7月16日“开贴”，8月15日结束。

三伏天灸贴药阶段一般分五次，其中7月6日为伏前灸、7月16日为初伏灸、7月26日为中伏灸、8月5日为加强灸、8月15日为末伏灸，适应人群为虚寒体质人群和患者。贴药后，因个人体质虚寒程度不同和个体皮肤耐受性情况不同，个人皮肤反应有所不同，但一般贴药后局部皮肤均有发热感和轻微灼痛感，属于正常反应。值得注意的是，成人一般贴药时间以0.5—1小时；青少年时间酌减以20分钟—半小时；儿童幼儿5—20分钟为宜；2岁以下者暂时不建议贴药。

据了解，三伏天灸疗法，又称“发泡灸”，是我国特有的传统疗法，属于“冬病夏治”，是在全年中天气最热，气温最高，阳气最盛的阶段，将某些对皮肤有刺激作用的药物制成膏状，敷贴于人体特定的穴位，并持续刺激这些穴位，引起穴位局部皮肤充血，甚至起泡。通过经络的调节作用，以温阳利气，驱散内伏寒邪，调节脏腑功能，既可改善临床症状，又可帮助调节虚寒体质，提高机体免疫力。