

三伏贴不是“万能贴” “跟贴”需谨慎

本报记者 付丽雨

近几年,中医“冬病夏治”的观念可谓深入人心。每到入伏,各大中医院中医科前贴三伏贴的人们都会排起长队,场面甚是火爆。

然而,与火爆的场面形成鲜明对比的是,每隔一段时间,三伏贴有反作用的报道就会见诸报

端。近日就有媒体报道,江西省儿童医院在提供三伏贴敷贴服务中,部分儿童出现皮肤瘙痒、灼痛感、水泡等不良反应。经调查,江西省儿童医院此次部分儿童敷贴后出现皮肤不良反应的主要原因是三伏贴辅料配制欠合理。三伏贴的治病机理是什么,到底有没有反作用,哪些人群更适合贴三伏贴呢?

历史悠久,并非“千人一贴”

记者通过查阅资料发现,三伏贴主要来自清代《张氏医通》记载的发泡疗法,以麻黄、白芥子、甘遂等辛温散寒药为主,按不同比例调配而成,分别在头伏、中伏、三伏的第一天将药膏贴于后背大椎、肺俞、天突、膻中、脾俞等穴位,以达到提升阳气、防治疾病的目的。

湖北省中医院针灸科主任周仲瑜表示,三伏天是一年当中阳气最旺盛的时候,人们气血畅达,药物更易直达脏腑。冬病夏治不仅临床疗效佳,也有理论依据。根据《素问·四气调神论》中“春夏养阳”的原则,夏季自然界阳气旺盛,人体阳气浮越,结合天灸疗法,在人体的穴位上进行药物敷贴,对阳虚者用助阳药,以更好地发挥扶阳祛寒、扶助正气的作用,增加抗病能力,从而达到防治疾病的目的。

“冬病夏治是中医理论指导下内病外治的独特治疗方法,有艾灸、穴位贴敷、埋线疗法、脱敏治疗、刮痧法、熏洗法等,三伏贴是应用比较广泛的方法之一。”周仲瑜说,医生会根据病人症状,结合舌苔、脉象,在中医理论指导下辨证选择相应穴位。

谈起三伏贴的渊源,周仲瑜表示,上世纪60年代,湖北省中医院老中医唐永济献出祖传秘方,对老年慢性支气管炎、哮喘两种冬病

采取药膏敷贴方法治疗,把祖国传统医学的“冬病夏治”与呼吸系统疾病的预防结合。来年冬季,大多数接受治疗者发病症状明显减轻。“冬病夏治”自此被广为传播。“这是迄今我们了解到的全省乃至全国最早的冬病夏治。”周仲瑜说。

揭开包装,找准穴位……当前,三伏贴就像使用创可贴一样方便。殊不知,其制作过程远非这么简单。“三伏贴的制作有严格的要求。”湖北省中医院药事部副主任严劲松说。

首先,处方经过中医辨证论治指导,儿科、针灸科、耳鼻喉科、肺病科、风湿科等会根据自己科室的病种开出处方,并不是“千人一贴”;其次,三伏贴药物的用法也有严格讲究,哪些需要炮制有严格限制。“拿白芥子来说,作为一味对皮肤有刺激性的药物,它的含量就有严格的比例要求。更重要的是,辅料的使用也很有讲究,多用嫩姜汁作辅料,有时也会加蜂蜜进行调和。”严劲松强调。再次,从加工工艺上来说,药物加工得越细密,对皮肤的刺激性越小。并且还要严格把握用料的洁净度,药粉的微生物含量等,否则出现发泡现象时就会发生感染。最后,要根据各地气候调整处方,比如北京、广东、湖北等地的气候就存在较大差异。

或有不良反应,需到正规医院敷贴

“三伏贴不仅没有效,反而是有害的。”生活中,时常会听到这样的言论。

事实上,不只是民众,一位不愿具名的中医药业内人士也表示,大热天在医院里聚集大量的人,是很容易被传染上疾病的,特别是呼吸道疾病,小孩风险更大。而且,三伏贴使用的有些中药具有刺激性,很容易导致一些人过敏。

对此,周仲瑜表示,出现三伏贴起反作用的

报道,原因有很多。首先,贴三伏贴是一种医疗行为,不是任何地方都能开展的。作为一种治疗方法,其有严格的药物配比、穴位及适应症的选择。因此,要看敷贴的地点和使用的药物等,这个锅不应让三伏贴背。

“在正规中医医疗机构进行冬病夏治是有作用的,没有副作用,但有可能发生起泡等不良反应。”周仲瑜说。

专家解释,穴位敷贴疗法的疗效主要由药



2019年7月15日,在江苏省南通市中医院,医护人员在配制“三伏贴”敷贴。
视觉中国

物的透皮吸收和经络的刺激作用激发。实际操作中,采用一些手段是可以兼顾治疗效应与皮肤反应的。具体来讲,敷贴治疗是有时间限制的,一般敷贴2—4小时即可,有些患者觉得贴的时间越长越好,24小时还不撤换,肯定会出现比较明显的皮肤反应;再就是针对皮肤敏感的成人患者和儿童,可以采用“油膏”制剂,在不更换药物的前提下选取刺激性较小的介质,从而既保证疗效,又减少皮肤刺激。

不是“万能贴”,这几类人不宜使用

三伏贴大家都在贴,到底对哪些疾病效果最好呢?对此,有专家表示,三伏贴对呼吸系统疾病效果最为显著,如小儿反复感冒引起的慢性支气管炎、哮喘等疾病。

此前,北京市针灸学会曾做过一项调查,以3年为一观察周期,对2014—2016年共1.9万例三伏贴患者进行跟踪调查。数据显示,连续3年参加冬病夏治三伏贴的患者,其呼吸系统疾病的年发病次数、年急诊次数、住院次数及年哮喘或过敏总天数呈逐年递减趋势。相较于2014年,2016年的年发病次数减少49.5%,年急诊次数减少66.5%,年住院次数减少37%,年哮喘或过敏总天数减少54.1%。

“冬病夏治基本是围绕慢性病,这类病都比较难根治,治疗时间长短不一。”湖北省中医院儿科主任向希雄说。此外,冬病夏治主要针对虚寒体质的人群,而有内火、湿热体质的人

当前,不仅是医院,一些小的诊所也宣传可以做冬病夏治,而且价格低廉,事实如何呢?对此,专家表示,作为一种治疗方法,三伏贴有严格的药物配比、穴位及适应症选择,就像同样是打点滴,糖盐水和药物的效果肯定不同。

“冬病夏治是临床医学治疗,不是一般的商业性养生保健服务,患者一定要选择具备正规资质的医院就诊,才能保障疗效和医疗安全。”周仲瑜建议。

不适合冬病夏治。简易的判断方法是观察分泌物和舌苔。如果痰或鼻涕为黄颜色,且比较黏稠;舌质发红且舌苔干燥,或舌苔黄腻就不适合贴敷。他建议患者在敷贴之前先到正规医院请医生辨证。

周仲瑜也提醒,三伏贴有禁忌症,有些人不适合使用,如体热、火旺、常口干舌燥的人;孕妇、严重心脏病、糖尿病血糖控制不佳者、严重肝肾肾功能不全者、恶性肿瘤患者也不适合;皮肤易过敏、皮肤娇嫩、瘢痕性体质的人也应谨慎贴敷;2岁以下的婴幼儿皮肤娇嫩,也不适合。

三伏贴敷贴后一般会有一定程度的温热感,甚至会有皮肤刺激反应,极个别病人会有水泡等严重的接触性皮炎表现。专家解释,这些不同程度的皮肤反应都与三伏贴组成以及炮制方法相关。有严重过敏史的人一定要慎用,不能盲目跟风。

新生儿足跟血筛查,还有这些你不知道的乱象

第二看台

本报记者 张鑫

“新生儿要采48项足跟血筛查遗传代谢病,你家孩子采血了吗?”我国规定新生儿要进行先天性甲状腺功能低下和苯丙酮尿症两项足跟血筛查,属于免费项目。近日,记者调查发现,在一些公立医院,新生儿被告知要做一项自费880元的48种疾病筛查足跟血检测。自费筛查的48种疾病是否有“搭车”国家免费检测项目之嫌?做这样的检测是否有必要?

免费筛查项目必须引起重视

青海大学附属医院产科主任吕志辉向科技日报记者介绍,常规的产前检查、B超检查、MRI(磁共振成像)检查,这些手段无法筛查出遗传代谢性疾

病。为此,国家规定新生儿出生后要进行先天性甲状腺功能低下和苯丙酮尿症两项足跟血筛查。

苯丙酮尿症(PKU)是一种常染色体隐性遗传性疾病,病因是新生儿体内苯丙氨酸代谢障碍。苯丙氨酸是人体必需氨基酸之一,如果新生儿体内的苯丙氨酸不能正常代谢,储存在体内会引起中枢神经系统损伤和一系列病变。孩子会出现头发由黑变黄、皮肤变白、眼睛虹膜变浅等症状。先天性甲状腺功能低下(CH)是由于先天原因导致甲状腺分泌减少,导致孩子生长发育障碍和智力低下的一种疾病。患儿会出现肌张力低下、吃奶困难、体温低等症状。

“这两种疾病如果不及治疗,会对宝宝造成严重伤害。通过采足跟血发现异常后早诊断、早治疗,可以有效避免后遗症的发生,患儿基本可以恢复到正常水平。错过出生前半年的最佳治疗期,将有可能终身不愈。”吕志辉说。

自费筛查项目可在能力范围内选择

“只需滴几滴新生儿足跟血,即可快速检测出4种大分子遗传代谢疾病和48种小分子遗传代谢疾病。检测费自费880元。”记者在调查中发现,在青海省某三甲医院产科病房,医护人员对新生儿家长王先生这样说。和大多数工薪阶层家长一样,为了孩子的健康,王先生夫妇不假思索地签署了检测同意书并缴费。

45天后,王先生接到检测机构工作人员的电话,称孩子48项疾病检测通过,夫妇俩高兴之余,查询了48种疾病筛查足跟血检测事宜。“不查不知道,看了很多资料和论坛才知道,这项检查并非必须做,很多家长质疑检查的必要性和合理性。如果有必要检查,为什么不纳入医保报销范围?”王先生对记者表达了自己的质疑。

记者查阅资料发现,48种疾病筛查足跟血检测项目包括大分子病、小分子病。大分子病包括发布疾病,庞贝氏疾病,小分子病包括有机酸、氨基酸、脂肪酸代谢病等。而知情人透露,无论是自费检查还是免费检查,都为第三方机构送检。

“生一胎时我27岁,二胎时已经35岁了,怀孕时就非常注重各项孕检指标,怕出现丝毫风险。二胎宝宝出生后,医院也告知了我48项足跟血筛查为自费项目,家长可以选择不做,但考虑到我的年龄,我认为还是有必要做。即便是花了冤枉钱,也要买个安心。”来自西安市的二胎妈妈刘女士对自费检测的态度能代表一部分乖乖掏钱的家长心理。

吕志辉认为,在国外,几十项遗传代谢病筛查是常规项目,而在国内,由于检测费用近千

元,目前尚未普及。“目前可筛查的遗传代谢病有100多种,国内一些筛查机构多数筛查48种。视人群的认知、接受能力和经济状况,家庭条件允许的话可以去做。新生儿遗传代谢病依国家、种族、地区不同而发病率不同。虽然筛查发病率仅为千分之一到万分之一的几率,但一旦有异常错过最佳治疗期会带来极大的健康隐患。”

自费检测项目存在市场乱象

随着人们生活水平的提高,对健康的重视程度也不断提高,新生儿疾病筛查本是件好事,但目前筛查种类眼花缭乱,哪些该做,哪些不该做,大部分家长并没有甄别的能力。

自费检测催生了一批国内第三方检测机构,大部分机构具有合法性,但检测结果是否准确、科学,行业内确实存在良莠不齐的现象。据知情人士透露,目前国内48项足跟血筛查亦存在乱象。乱象之一是很多家长并不是理性自由选择,许多医院把这48项筛查项目搭车国家免费项目打包推销给家长,却没告诉家长足够的信息。

乱象之二是收费参差不齐。国家卫计委新生儿筛查实验组专家、上海市遗传代谢病学组组长韩连书教授曾提到,国内开展这些筛查项目医院有100多家,第三方检测机构有10余家,其中2至3家第三方检测机构收费近千元,但大部分医院及第三方检测机构收费在800元左右。有些检测成本每例仅80元至120元,但市场收费可能达到八九百甚至上千元。“实际上,串联质谱技术已经非常成熟,成本并不高。”知情人说,但是目前国家也没有一个定价和监管标准,市场上才出现不同的推广方式,价格混乱。

专家提示

老年人也需适当“撸铁” 或有助于健康长寿

在健身房“撸铁”增肌的似乎都是年轻人,上了年纪的人即便锻炼也不怎么进行这类训练了。不过,一项新研究表明,老年人用正确的方法进行这类抗阻力训练,增强肌肉力量也有助于健康和长寿。

美国国家体能协会在新一期美国《力量和调节研究杂志》发表声明说,老年人容易在生理机能、心理健康、生活质量等方面出现减退,一项由这家协会支持的研究表明,抗阻力训练是抵御这些减退现象的有力干预方法。

这项研究显示,若能以个体最大肌肉力量(1RM)70%至85%的强度,每周规律进行2至3天、每天2至3组的训练,无论是否患有慢性病,老年人的日常活动能力都会有所改善。此外,抗阻力训练还有助于改善平衡、保持骨密度、增进心理健康,并降低心脏病、关节炎、糖尿病和骨质疏松症等慢性疾病的发病风险。

研究提到,在多数情况下,开展适当的训练,益处远大于风险。然而以美国为例,年龄在75岁以上的老人中只有8.7%的人在闲暇之余进行肌肉力量训练,不参加训练主要是出于安全考虑、恐惧、疼痛、疲劳、缺乏社会支持等原因。

美国国家体能协会在声明中对老年人进行抗阻力训练给出11项具体指导建议,主要分为运动计划设计、生理适应、功能性益处和慢性病情况4部分,以帮助老年人克服心理等障碍,达到更好的培训效果。

警惕先天性青光眼 危害幼儿眼健康

有不少人觉得青光眼是种老年病,上了年纪的人才会上这种疾病,其实这是一种认识误区。眼科专家提醒,一些幼儿也可能患上青光眼,面对这种疾病千万不要拖延,需及早诊断,及时治疗。

最近,重庆爱尔眼科总院接诊了一名8个月大的幼儿,这名小患者一直有畏光流泪的症状,经专业检查,发现其所患眼病是先天性青光眼。

“先天性青光眼是由于胚胎发育障碍,胎儿眼睛里的房水外排通道发育不正常,导致眼压升高,眼球增大的一种致盲性疾病,常被称作‘水眼’或‘牛眼’。”重庆爱尔眼科总院青光眼科主任王薇介绍,由于幼儿无法用语言准确表达自己的疾病感受,很多家长往往难以及时发现孩子患上了青光眼。

但是先天性青光眼还是有“症”可循的,根据临床表现,可以做到早发现、早治疗。例如,随着患儿眼压升高,角膜颜色会出现异常,可能会偏向灰白色。同时除了黑眼仁大、颜色异常外,青光眼患儿还会出现畏光、流泪的症状。

王薇介绍,青光眼是进展性眼病,患者应定期检查,建立档案,以便对病情进展数据进行对比。对先天性青光眼推荐实施手术治疗,以改善眼内房水引流问题,降低眼压,术后青光眼患儿还需定期复查。

医疗界

两部门发文促医联体建设 不得变相取消、合并中医医院

国家中医药管理局和国家卫生健康委员会日前联合印发《关于在医疗联合体建设中切实加强中医药工作的通知》提出,推进中医医院牵头组建多种形式的医联体。在医联体建设过程中,不得变相地取消、合并中医医院,不得改变其功能定位,不得以各种理由在事实上削弱中医医院建设。

中医类医疗卫生机构是群众看病就医的一个重要选择。根据《2018年我国卫生健康事业发展统计公报》,2018年,全国中医类医疗卫生机构总诊疗人次达10.7亿,比上年增长5.2%,其中,中医类医院6.3亿人次。

通知提出,着力推动县级中医医院在县域内牵头组建紧密型医疗卫生共同体。推动“医共体”内服务能力共提、人才梯队共建、健康服务共管、优质资源共享,整体提升县域中医药服务能力。县域“医共体”成员单位所覆盖的患者可自由选择就医。国家中医药管理局加大对中医医院牵头组建的县域“医共体”建设支持力度。

针对目前少数地区的不当做法,通知特别强调,人口较少、县级中医医疗水平较弱,确需只组建一个“医共体”的县域,要向省级中医药主管部门备案。已经只组建一个“医共体”的县域,中医医院法人资格保持不变,确保中医医院性质、名称、功能定位不变,人员编制、床位数总量不减。

通知还提出,鼓励组建由三级公立医院中医医院或代表辖区内中医医疗水平的中医医院牵头,其他若干家医疗机构、社区卫生服务机构、护理院、康复机构等为成员的城市医联体。城市三级公立医院中医医院可利用技术、人才、品牌等优势,优先与区域内县级中医医院通过共建、托管等多种方式组建医联体,提升县级中医医院医疗服务能力与水平。

此外,通知提出加强中医专科联盟建设,并鼓励有条件的中医医院成立区域中药制剂中心,促进区域医疗机构中药制剂研发申报、委托配制和推广运用等。

(以上均据新华社)



图片来源于网络