



今天
多云到阴
偏北风4-5级
19-25℃

明天
多云
偏北风4-5级
19-25℃

今日1叠8版
总期数第8851期

新闻晨报



今日空气质量 上午:优
下午:优

追/求/最/鲜/活/最/实/用/的/新/闻 SHANGHAI MORNING POST

2023年10月9日 星期一 农历八月廿五

寒露到, 养生进补渐热

哪些人群更适合膏方进补?

岳阳医院今年膏方门诊预约量已近 5000 人次

寒露时节, 温度快速降低, 一年一度的传统“养生进补”季节即将到来。昨天, 记者在上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院(以下简称岳阳医院)第十九届中医养生节现场获悉, 2023年岳阳医院膏方门诊自9月25日开放预约后, 预约量已近5000人次。专家提醒, 对于某些慢性病的急性发作期, 或脾胃功能障碍者, 应先治疗基础疾病和调整脾胃功能, 由中医师诊治决定能否服用膏方。

昨天一大早, 众多市民赶来把脉开方、进行中医养生咨询。市民王阿姨说: “我是‘岳阳膏方’的老粉丝了。今年年初‘阳了’以后, 一直有些咳嗽, 听说膏方开始预约了, 第一时间赶过来, 希望通过膏方好好调理调理身体。”

还有的不少人是第一次尝试膏方调补。市民张女士平时工作压力大、生活节奏快, 和很多人一样经常熬夜、失眠、掉头发。她表示, 以前看到家里老人到了冬天会吃膏方, 今年自己也想试试用膏方调补身体。

哪些人群更适合膏方进补? 岳阳医院治未病科主任周扬说: “膏方是一种以补益为主, 兼具治疗和调理作用的中药剂型。与中药汤剂相比, 膏方在滋补身体方面明显力量更强, 照顾面也更广。膏方适宜服用的人群有以下几类: 慢性病患者, 疾病康复期患者, 易疲劳、工作压力大及亚健康人群, 老年人、女

性及体弱人群, 部分反复呼吸道感染、生长发育迟缓、慢性疾病康复期的儿童等。”

前来咨询的老年人中, 不少有高血压等慢性病。周扬提醒: “膏方并非人人适用, 对于某些慢性病的急性发作期, 或脾胃功能障碍者, 应先治疗基础疾病和调整脾胃功能, 由中医师诊治决定能否服用膏方。”

冬令进补是中华民族防病祛病、养生延年的医学文化, 民间历来有“冬令进补, 来年打虎”之说。岳阳医院膏方门诊开设已有40余年, 医院始终保留了自制膏方的传统, 坚持古法炮制技艺。

岳阳膏方的制作, 采用地道药材、优质细料、传统工艺加工, 并由医院有着数十年膏方熬制经验的专业药师把关, 从浸泡、煎煮、浓缩、收膏到装罐, 一人一方一锅, 定制完成。除传统陶罐装外, 还有真空小包装剂型, 适合上班族外出携带。

据院方介绍, 2023年岳阳医院膏方门诊自9月25日开放预约后, 预约量已近5000人次。市民可通过来院现场预约或通过支付宝、微信等多个平台预约膏方门诊就诊。

文/晨报记者 潘文 通讯员 沈莉
图/受访方提供



制图/潘文健