

按合谷,治中暑 网传的“点穴神功”有多神?

专家:急救效果有限,不适合所有人

突发疾病昏厥时,除了及时拨打120外,还有什么好办法吗?近日,网络上有一篇题为《网传中医六大神奇点穴急救大法》的帖子引起了广泛关注,那么点穴真的能急救吗?专家说,其实说得都有一点道理,但是非专业人士,能真正准确找到穴位施救的人比较少,所以不太适合急救。



按压合谷穴的确能缓解头痛的症状(资料图片)

点合谷穴能治晕厥?

记者看到,该帖子提到点压合谷穴治晕厥,特别适合中暑病人。帖子里说,可用拇指掐捏患者的合谷穴,持续按揉2分钟至3分钟后,晕厥等症状可消失。

南京市中西医结合医院针灸科主任戴奇斌介绍说,点压合谷穴,对于牙痛、头痛、发热、口干、流鼻血、脖子痛、咽喉痛以及其他五官疾病等的确有一定的疗效。但要注意的是体质较差的病人,不宜给予较强的刺激,孕妇一般都不要按摩合谷穴。而且由于每个人的力道不同,点压的效果也就因人而异,真遇到紧急情况还是应第一时间拨打120,切不可仅仅指望点穴来救急。

此外,这篇帖子还提到了

“点压至阳穴缓解心绞痛”,戴奇斌介绍说,至阳穴位于第7胸椎棘突下凹陷处,即取卧位、垂臂时,两侧肩胛角下缘经脊背连线的正中点处。该穴有振奋宣发全身阳气,疏通经血、利湿热、宽胸膈、安和五脏、补泻兼施之功,有助于缓解因经血不畅导致的心绞痛,但是由于穴位在患者背部,而且一般人较难掌握点压该穴位的技巧,因此实际操作过程中未必适合急救。

专家:确有其事,但不能随便点

专家介绍,点穴疗法就是术者用手指在体表的穴位和刺激线上施行点、压、掐、拍和叩等不同手法的刺激,通过经络的作用使体内的气血畅

通,使已经发生障碍的功能活动恢复正常,从而达到治疗疾病目的的一种方法。

江苏省外治法研究中心主治医师陶雪芬指出,在对患者进行点穴前应做出明确诊断,以制定立法、取穴、选择刺激线计划,做到取穴有据,施术有方。手法轻重要适宜,重病轻治无效,而轻病重治也不适宜。

陶雪芬医师介绍说,点穴治疗后患者局部常有酸、麻、热、胀、抽动感,以及皮肤红润,甚至皮下瘀血、全身出汗、发烧等反应,若处理及时,会自行恢复。反应较重者会出现头晕、恶心、脸色苍白或休克,因此,点穴治病还是有一定的风险,一般人不可随意使用这种方法,以免发生不测。

快报记者 刘峻

网传六大神穴

合谷穴

合谷穴位于左右手背第一、二掌骨之间,稍靠近第二掌骨处。当病人因中暑、中风、虚脱等原因导致晕厥,可用拇指掐捏患者的合谷穴。持续按揉2分钟至3分钟后,晕厥等症状可消失。

至阳穴

至阳穴位于第7胸椎棘突下凹陷处,即取卧位、垂臂时,两侧肩胛角下缘经脊背连线的正中点处。心绞痛发作时,病人可手持一枚5分硬币,用硬币边缘按压至阳穴。按压3分钟至6分钟。

劳宫穴

握拳,中指尖所指处即是劳宫穴。高血压患者可按压劳宫穴,用大拇指从另一只手的劳宫穴开始按压,逐个按到每个指尖,左右手交替按压。按压时要保持心平气和、呼吸均匀。按压后突然升高的血压可得到缓解。

足后跟

当发生鼻出血时,可以迅速掐捏足后跟(踝关节与跟骨之间的凹陷处)。左鼻出血掐捏右足跟,右鼻出血掐捏左足跟,可立即止血。

点压阳陵泉穴治胆绞痛

患者胆囊炎、胆结石症发作时可出现右上腹部剧烈绞痛,则可用点穴法止痛。方法为:在右小腿外侧腓骨小头下寻找压痛点,即阳陵泉穴。用两手大拇指分别按压两小腿的阳陵泉穴。持续按摩两分钟。

三阴交穴

三阴交穴位于足内踝上方3寸处。肾绞痛突然发作时,患者可用大拇指点压、揉按三阴交穴。反复按压揉3分钟至5分钟,肾绞痛即可缓解。



互动通道

移动用户发送短信到1065830096060
电信用户发送短信到10659396060
联通用户发送短信到1065596060
你也可以投稿到djqstq@hotmail.com
(请注明“天气”,留下真实姓名)

天气又发30元话费

经本报编辑部评选,读者高阿双(手机号为150××××0614)8月5日发来的短信“心里只有一个字‘烦’”,情感细腻,语言朴实,获周度大奖,奖励30元话费。

其他的读者加油咯,有什么天气故事就发给我们吧,下周的话费等你拿!

真要出伏了 又不免有些失落

读者王恬:经历了这么多个高温天,真要出伏了,心里不免又有些失落。如果夏天走了,冬天还会远吗?寒冷,我也很怕。

读者张红卫:今天(17日)就是南京末伏的最后一天。真希望今天过后天气逐渐凉爽起来,让我们温馨舒适地度过每一天!

女性健康 短信台

移动、联通、小灵通用户发短信至:
13512510192
(发送0.1元/条,接收免费)

主办:江苏省女性健康关爱中心

手指拨动,健康拥有!只要你有女性健康问题,可随时发短信到“女性健康短信台”,妇产科专家免费为您的健康空中把脉!

136****8634过完性生活到第二天吃避孕药会怀孕吗?

您好!急避孕药的避孕机制是显著抑制排卵和阻止孕卵着床,并使宫颈黏液稠度增加,精子穿透阻力增大,从而发挥速效避孕作用。事后72小时内服用有效,服用时间越早效果越好。

159****7132,我母亲今年53岁了,被查出患了子宫肌瘤,听说子宫肌瘤会自然消失,对吗?

您好!子宫肌瘤与卵巢功能相关,因此有人认为绝经后随着卵巢功能的衰退,肌瘤会逐渐缩小。但大量临床病例表明肌瘤很少会缩小,反而会继续生长,因此子宫肌瘤应及时治疗。目前最好的治疗是“奥洛克超导多弹头”,不开刀不住院,轻松祛肌瘤却能保全子宫。

131****5426请问处女膜修复手术成功率多少,什么时候做最好呢?

您好!处女膜修补手术成功率在98%以上,微创修复不会留下任何手术痕迹,建议月经干净后3-7天之内为手术最佳时间。

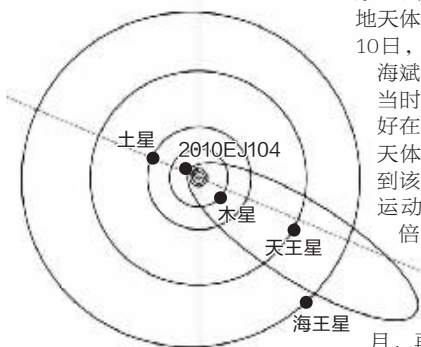
137****9854经检查我得了外阴白斑,一开始面积很小,睡前会发痒,现在是右半外阴全痒,难以忍受,据说这是顽疾,难以治疗是吗?

您好!外阴白斑瘙痒难忍,还可能发生癌变,一定要及时治疗。“奥洛克”聚焦超声刀是一种专门用来无创治疗外阴白斑的前沿技术,具有治疗外阴白斑疗程短,病变区皮肤无创伤、无疤痕、无器官变形等优点。

天文奇观

紫台首次发现特殊小行星 它钻来钻去,穿越半个太阳系

奇特小行星2010EJ104
运行轨道示意图



不久前,国际小行星中心发布了一批新发现的特殊小行星。其中编号为2010EJ104的奇特小行星由中科院紫金山天文台发现。专家说,紫金山天文台发现的这一奇特天体,在国内尚属首次,这表明太阳系天体存在着多样性和复杂性,对今后太阳系天体的起源与演化研究将具有重要意义。

首次发现奇特小行星

据介绍,该小行星是中科院紫金山天文台盱眙观测站用近地天体望远镜发现的。今年3月10日,紫金山天文台研究员赵海斌发现了这颗特殊小行星,当时,它亮度仅为19.5等,恰好在狮子座运行。紫台近地天体探测组的科研人员拍摄到该天体快速移动的星像,其运动速度是普通小行星的3倍,曾疑为近地小行星。此后,美国林肯实验室等两个大型搜索计划也观测到它,直至今年6月,再次为美国WISE空间飞船的红外望远镜观测所证实。

专家介绍,近年来的天文观测表明,在火星和木星轨道之间运行着许多主带小行星之外,在海王星轨道之外也运行着数以千计的柯伊伯带天体,而奇特小行星2010EJ104却跨越这两个小行星带,起了桥梁联系作用。它在轨道上运行过程中,将不断穿越外层太阳系各大行星的轨道,直到内层太阳系的火星附近。

该小行星的奇特之处还在于,其表面物质可能含有水冰和甲烷冰,保持有太阳系诞生初期最原始的物质。

100年后才能再次看到它

这颗特殊小行星的轨道非常奇特,远日点在天王星轨道之外,而近日点却在火星轨道附近。这颗小行星的运行轨道很扁,偏心率为0.901,轨道计算研究表明,这是一颗非常奇特的小行星,以至于美国宇航局将它列为半人马小行星。

专家说,3月10日发现之时,它离地球只有1.72亿公里,恰好在近日点附近,所以显示出快速运动。但它的远日点却在天王星轨道之外,离地球62亿公里之遥,它在轨道上绕日运行一周需100.29年(普通小行星大多在3-5年之间),这就是说这颗小行星要在100年之后才可能被再次观测到。

通讯员 张虹
快报记者 胡玉梅

门诊故事

乱吃抗生素 小心麻烦找上门 菌群失调易感染霉菌

快报讯(通讯员 顾强 记者 刘峻)近日,记者在采访中,发现一些年轻的女白领得了感冒,为使病“好得快”,便频频超量服用抗生素,殊不知,这样往往会引发很多“麻烦”。

在太新路新港开发区工作的陈小姐是单位的一名会计,平时工作很繁忙。上个星期日,她在游泳池里玩了一下午,晚上回家又猛吹空调。第二天,她发觉咽痛、咳嗽,认为自己感冒了,便拿出橱柜里的多种抗生素,一股脑吃了起来。

吃了四天的多种抗生素后,感冒症状稍有好转,但麻烦却来了。不仅口腔里长了黄豆大小的白斑疼痛难忍,下身还奇痒难忍,白带也开始变多,而且呈豆腐渣状。

南京朗盛医院妇科主任吕智医师很快判定她是由于服用过量抗生素而引起的霉菌感染。原来,抗生素的副作用之一就是破坏体内的菌群平衡,容易发生霉菌感染。

江苏省特高级教师、学科带头人、优秀中青年骨干教师组成强大的教师团队,倾心打造精品小班、军事管理区封闭管理,走读住宿自由选择。

新世纪高复精品班

一期、二期体验课好评如潮,招生报名已接近尾声,新世纪将给心存理想的考生最后的机会。现在的决定是为了以后的不悔!

特色小班

理科强化班
文科强化班
艺术生文化冲刺班

招生热线: 025-84409401 83311346 13584088860 地址: ①太平北路39-1号 ②石门坎100号(部队院内)