

南京最权威的健康杂志

Healthly 健康

i健康

以下内容详见“现代快报精品周刊”



有哪些内分泌疾病影响女人的健康? 如何科学治疗? 如何正确预防? 这一期健康专题, 我们一起来学习。

《i健康》是《健康》在移动终端上的电子呈现。在App store 或安卓市场下载“现代快报精品周刊”, 在书架上找到本期封面, 即可阅读《i健康》!

人们一到冬季都想到要补一下身体, 通过进补, 治病强身, 这也是符合自然规律的。所以民间流传着“冬季一进补, 来春可打虎”的说法。为了让市民科学养生, 现代快报推出2012中医膏方节, 特邀各路专家名医、药材厂家、注重养生保健人士共同参与, 推广中医文化、传承国药精粹。本期活动特别安排读者本周六上午在南京尊然坊名老中医门诊, 与国家级名老中医王灿晖教授零距离沟通, 享受中医膏方进补的神奇。据悉, 此项活动由现代快报与南京科普作家协会共同主办, 南京尊然坊名老中医门诊承办。江苏省中西医结合医院、南京市中医院协办。

□现代快报记者 张弛

冬季一进补, 来春可打虎

周六上午, 来找名中医王灿晖开膏方吧

膏方的5个特点

膏方是中医药很多剂型的一种, 是由药材反复煎熬, 浓缩而成的稠粘药物。膏方有5个特点: 1. 滋补为主, 治补结合。2. 作用全面, 功效独特。比如提高免疫功能、改善脏器功能、改善生理机能低下功能(如低血压、低血糖、低体温等)。3. 药效平和, 无不良反应。4. 易于吸收, 逐步生效。5. 乐于接受, 储存方便。

适宜人群

这三类人可以吃膏方

膏方主要有三类人群适宜服用, 他们是慢性病患者、亚健康人群以及康复期患者。专家指出, 一些慢性疾病导致体质较差的患者, 如慢性支气管炎、肺气肿、慢性肝炎、慢性肾炎以及贫血、血小板减少性紫癜、妇女月经不调、不孕、男子不育、心脑血管疾病等均可采用膏方治补结合。

膏方进补

是一项技术含量高的工作

膏方是辨证论治的, 不要随便自己去开方, 王灿晖教授认为, 膏方不能滥用、不分虚实、不辨气

血阴阳盛衰, 药物组合不当, 反而有害。临床曾有因吃了不适当的膏方, 出现失眠、胃胀、甚至损伤内脏功能的现象。膏方一定要由有开膏方经验的专家根据不同病人的症状、病史、体质、年龄、脉象、舌苔, 进行辨证施补组方用药。这就是平时所说的个体化治疗, 血虚的要养血, 阴阳皆亏的要滋阴温阳, 气血两虚的要补益气血, 阴阳皆亏的要滋阴温阳。

服用方法

用当天开水调化后饮下

吃膏滋, 早晚空腹各一次, 初服可每次半匙, 约10克左右, 小剂量开始, 逐步增加, 可达15克-20克/次。要用当天开水调化后饮下, 如较稠可以隔水蒸化后服用。

专家介绍

王灿晖

教授、出身中医世家, 为全国著名中医学家, 中医内科杂病及感染病学专家, 国家人事部、卫生部、中医药管理局确定的全国500名老中医药专家师承学习指导教师, 南京中医药大学教授、博士研究生导师, 国务院学位委员会中医学科评议组成员, 国家中医药管理局研究生工作专家指导委员会成员, 中华中医药学会感染病分会主任委员, 江苏省中医药管理局专家咨询委员会委员, 南京中医药大学专家咨询委员会及校学术委员会副主任委员。第八届、第九

届全国政协委员, 终身享受国务院政府特殊津贴。

王灿晖教授主持10多项国家级、省部级科研课题的研究工作, 编撰出版了《温病学》等学术论著30余部, 发表学术论文60余篇, 培养博士研究生20余名, 硕士研究生30余名。同时兼任浙江中医药大学、江西中医学院、天津中医学院等高等中医院校的客座教授, 曾获江苏省科技进步奖、江苏省教育教学成果奖, 曾被评为“江苏省优秀研究导师”、“江苏省优秀学科带头人”等。王灿晖教授在治疗外感发热类疾病、肺系疾病、心脑血管疾病、脾胃病等方面均有独到见解。



特别关注

名老中医王灿晖周六坐诊尊然坊

11月23日(本周五)下午、24日(本周六)上午, 国家级名中医王灿晖教授坐诊南京尊然坊名老中医门诊, 如果您有冬季膏方调理的需求, 可前往尊然坊看膏方门诊。电话预约后可以直接挂号, 11月23日下午和11月24日上午各限20个号。据悉, 很多知名人士和企业家慕名找王灿晖教授开膏方, 现代快报在此次中医节推出了“找名医开膏方”这一落地活动, 旨在让名中医更好地为读者服务, 让市民真实体验中医养生文化。

王灿晖教授膏方门诊预约热线: 025-87790489



主编: 朱惠蓉 责任编辑: 红娟 美编: 张晓雅 组版: 杜敏

现代快报 健康周刊

快报全科专家团汇聚

三甲医院名医



全科专家团系列之二 《健康周刊》逢周一出版

江苏省属医疗单位			部队医院		南京市属医疗单位		
江苏省人民医院 曹克将 心内科主任医师	江苏省中医院 孙伟 肾内科主任医师	东南大学附属中大医院 马振山 心内科主任	解放军第八一医院 秦叔涛 全军肿瘤中心主任	南京鼓楼医院 邱勇 普外科主任医师	南京市第一医院 王黎明 骨科主任医师	南京市第二医院 姚文虎 感染科主任医师	
南京大二附院 范志宁 消化医学中心主任医师	解放军第四四医院 李颖 普科主任	南京市妇幼保健院 刘晓梅 产科主任医师	南京市儿童医院 沈卫民 烧伤整形科主任医师	南京市中医院 虞鹤鸣 肝病科主任医师	江苏省中西医结合医院 王佩娟 妇产科主任医师	南京同仁医院 朱正宏 肛肠外科科主任医师	
南京同仁医院 周维国 肛肠外科科主任医师	南京市口腔医院 葛久禹 牙体牙髓科副主任医师	南京鼓楼医院 谢世平 肾病科主任医师	南京市口腔医院 张侠 正畸科主任医师	南京市口腔医院 张侠 正畸科主任医师	南京市口腔医院 张侠 正畸科主任医师	南京市口腔医院 张侠 正畸科主任医师	