

# 最近天气小凉爽 会影响“冬病夏治”吗?



按照中医传统,每年从夏至开始,进入冬病夏治最佳时机。最近南京天气凉爽,很多人问:冬病夏治的效果会打折吗?江苏省中医院针灸科主任孙建华表示,近期凉爽天气对冬病夏治基本没有影响。

通讯员 冯瑶 现代快报记者 安莹

## 天气凉爽,敷贴效果不会受影响

去年,有3.5万人来参加冬病夏治。根据数据分析发现,敷贴中效果最好的要数呼吸系统慢性病和消化道系统慢性病,比如老慢支、哮喘、慢性腹泻。另外,过敏性疾病的患者也较多,总体来说,老中幼各个年龄层次的都有。从节气来说,天气越热,冬病夏治的效果越好。

今年夏天,南京没有往年那种“说热就热”的感觉。最近两天,江苏省中医院门诊呼吸科、针灸康复科、儿科、风湿免疫科、推拿科诊室排起了长队。根据门诊的统计,昨天一共有3000人前来敷贴。在排队敷贴市民中,一些人问医生:“都说最热的天气敷贴最好,今年温度不高,效果会不会不如往年?”

孙建华说,按中医理论,夏至当日气温较高,人体阳气旺盛,敷贴的效果更好,但根据气候学原理,三伏天应该是全年最热之时,即使现在不热,只要在这段时间内敷贴,疗效不会有较大变化。因此虽然天气不如去年那么热,但对敷贴效果不会有影响。

## 阳刚体质不适合冬病夏治

冬病夏治主要针对一周岁以上虚寒体质的人群,患有冬天容易发作或遇冷易加重的疾病,如哮喘、反复感冒、慢性阻塞性肺疾病、过敏性鼻炎、风湿病等。孙建华说,阳刚体质者、糖尿病皮肤溃破者、孕妇等不适合冬病夏治。

江苏省中医院呼吸科主任医师孙宇凯表示,伏天若不注意饮食,也会给很多冬病埋下祸患。例

如脾虚、虚寒体质的人群和有胃肠疾患的人要少吃西瓜少吹空调。三伏天里,很多人容易出汗,出汗过多,人体的阳气本身就会损伤,西瓜虽能利尿,但性味偏寒,吃多了会损伤脾的阳气,反而会造成湿滞导致中医所说的“湿邪困脾”。夏季饮食应该多吃素食,各种绿色蔬菜、冬瓜、扁豆等,都有利于解暑除湿。

孙宇凯说,冬病夏治是中医的一个辅助疗法,不可能立竿见影,一般疗程3年,因而要做好“持久战”的心理准备。不能敷一次或者是敷一年就指望能有效果,因为慢病的治疗本身就是控制,指望短时间根治不太可能。

无论是贴敷还是其他的冬病夏治方法,都要少吃生冷瓜果。夏天可乘凉,不可贪凉,少吹空调、电扇,给身体一个平和的内环境,才能达到最好的治疗效果。



漫画 俞晓翔

## “笑尿了”其实是种病 必要时得吃药

快报讯(通讯员 冯瑶 记者 安莹)我们平时讲“笑尿了”“吓尿了”都是夸张的说法,但真正的“笑尿了”其实是一种病。昨天,江苏省中医院泌尿外科外籍主任、瑞典乌普萨拉大学临床科研与发展中心知名泌尿外科专家王宇辉介绍,“笑尿了”“吓尿了”有可能是膀胱过度活动症,需要引起足够重视,必要时进行药物治疗。

王宇辉介绍,他曾经治疗了一位女患者,30多岁就当上了一大企业总裁,但一种难言之隐一直困扰着她。由于工作的原因,她要经常主持各种会议,只要一开会她就出现尿急,而且尿频。一开始没在意,可是后来症状越来越严重。

此外,刚生完孩子的新妈妈,也可能会有“笑尿了”的烦恼。35岁的王女士告诉记者,生完孩子后她开始运动,可是尴尬的事情发生了,跳绳的时候感觉有尿液漏出,慢慢地她发现自己大笑或者打喷嚏的时候都会漏尿,最后不得不到医院求助。

王宇辉介绍,尿急、尿频,甚至尿失禁过去被认为老年人常有的毛病,在当下却让越来越多的年轻人很困扰。而且工作压力越大、节奏越快、越紧张就越有尿急、尿频的感觉。“这种现象不是自然老化现象,有可能患上膀胱过度活动症,要引起足够的重视,必要时要进行药物治疗。”膀胱过度活动症并不是一种老龄化的自然现象,而是一种慢性疾病,目前有近九成的患者未曾就医。

王宇辉提醒,患者应当摒弃错误的认识,一旦确诊要积极就医,及时采取正确有效的治疗方法,尽早解除生活困扰。他建议,首先要养成健康的生活方式,肥胖患者要注意减轻体重;其次,注意水及饮料的摄入量,每天喝6到8杯水或饮料,避免一次性摄入大量的水,尽量在白天摄入大部分水,临近夜晚时不再饮水;再次,调整饮食,避免摄取刺激膀胱的食物及饮料,如咖啡、茶、巧克力以及某些药物等。另外,也可以进行膀胱训练,进行盆底肌训练,帮助更长时间憋尿。

## 商务信息

广告刊登热线:  
66069071  
66069072  
QQ:2724050545

### 广告制作

喷绘 4.98,写真9.98。18913305418

### 婚介交友

恩斯 白领婚介。84653091  
梦之恋 婚介免费登记。13451820709

### 家教

在职 初中数学。17751041175  
南师 贫困生上门。84866126

### 律师咨询

辩护 清债, 股权, 婚姻。  
13814063508  
律师 胜诉收费。58780115

### 社会调查

成功 各种债权, 债务纠纷, 调查, 找人, 维权专业团队, 成功付费。13062515482  
南京女子 专业、婚变、取证、维权、支招。66062889  
搜索 婚调, 取证, 维权, 寻人。13451848090

必成 专业跟踪, 清欠, 寻人。83368230

起源 维权, 清欠, 找人, 婚调, 成功收费。13951837007

权森调查 婚调, 维权, 寻人查址, 清欠。18136657007

泽豪 清欠, 维权, 找人, 婚调, 成功收费。18114486286

### 寻求合作

寻合作 下关50桌赢利棋牌室伙伴。13645189138

### 寻求合作

急需回笼资金, 厂家1折价处理原浆酒, 景德镇12斤装瓷坛, 外配精美盒, 档次很高。可作为抵账物品、礼品、活动促销品, 增值收藏品等。18156897199

### 休闲礼仪

玲珑 学生、车模。18251880271  
明星 模特。18251880753

俏佳人 清纯学生, 时尚白领。18761888181  
樱子 学生、模特。15295705762  
丝媛 嫩模: 13675132422, 魅惑: 15996343577

### 车辆信息

车宝宝 吉利维修。57023771

### 车辆租赁

16行 价优。85606808

### 求购汽车

急购 (3-4)米小货。13182950570  
单位购 9米6货车, 半挂。52897708  
求购 1辆蓝牌厢货。13813994275  
高价购 3-9米货车。18105186138  
求购 4米左右货车。13151577320  
急购 (厢式)货车。13776661795  
求购 3-9米货车。13851423339  
求购 废收割机。13270832111  
求购 16米以上集装箱骨架一台, 南京牌照, 价格面议。13305180888鞠总  
急购 3-9米货车。18260086531

### 求购摩托车

高购 宁摩, 报废车, 牌照。15051848018

### 转让汽车

转让 华菱前四后六维柴270。13813361467

## 招生

品贝教育

### 2015年“品贝杯”围棋升级升段公开赛

比赛时间: 第一场 2015年8月1日-8月2日  
第二场 2015年9月4日-9月5日

电话: 025-56166301/56166302  
地址: 江宁区上元大街330号(万达广场)天印国际广场四楼品贝教育

转让 07六缸解放6.8米。13913308959  
转让 6.8米平板危货。13951085839  
转让 2009年半挂双导13米标箱, 13739186896  
转让 09宁牌9.6米, 前4后6高栏。13913955460  
低转 09年底5M排半平板车。84449756  
转让 牵引车头, 多种低平板挂车, 集装箱, 卖或租。13851893774  
急转 07年桑塔纳3000, 全险。13814538889  
转让 前四后八1辆。13182985618  
转让 绿标, 08年半挂。18795952098  
转让 12年金王子自卸车。15161450026

转让 2012.9奔驰GLK300私家车, 公里3万多, 车况极佳, 转让31万。13805168780刘  
转让 10年豪沃渣土车。13584049990  
转让 前四后八自卸车, 10年4月南京牌。电话13851585618  
转让 12年德龙双驱半挂。13914706543  
转让 东风大天锦6米8平板, 180马力, 2014年4月底购买, 电动门窗, 遥控锁, 160000左右, 价格面议。13952379338  
转让 12年6座金杯面包。18951849997

投资信息 工商 财务咨询  
热线: 84519772, 13770590631

### 财务咨询

合顺 快办注册、变更、专业代账。13382405056  
彼岸 工商代理、增资, 有地址, 代打保证金, 过桥资金, 代办各类资质及许可证。18151621688  
企顺 先办, 后付。提供地址, 老牌公司。13814031112  
奇迅 低费注册、代账。13327717985

华雾 注册、提供地址。13912906368

### 工商代理

鼎舜 注册, 专业代账。400-018-7008, 83302912

### 投资咨询

南京卡支拉财务管理: 快现、垫还。咨询 18061698770 大行宫 18120115788 山西路 (320121600690035)  
南京诚易得投资公司: 个人无押贷款咨询, 来就借。13813872827 李, 亚东名座 1010 (320192000016118)

## 正规贷款

当天下款, 无抵押, 房产、车押当天下款。18602544432

南京当时得投资公司: 正规急用钱, 无抵押。4006-870-558 张府园3号地铁口16楼 (320102000237724)  
南京融坤投资公司: 急用钱, 无抵押, 利息超低。咨询: 58771271 张府园 (3201092000015889)

## 正规贷款

无抵押, 息低, 当天下款。5-100万 最低1.5%  
咨询 13401940682  
电话 66023796

新街口急用 凭身份证当场拿钱, 代办信用卡及疑难贷款。咨询: 18013999798

南京顺发投资公司: 南京人急用钱, 无抵押, 来就借。应天大街 58705807 (320106000237524)  
南京快现投资管理有限公司: 养卡, 垫还, 办POS机。15996317038 新街口 (320103000176604)

## 南京人急用钱

无担保, 无抵押 正规快捷, 利息低 咨询: 15005143117

南京卡服务 快现, 垫还, 可上门 咨询: 18795974551

南京邱宁电器公司 信用卡快现, 垫还。13338621967 夫子庙 (320104600270206)

## 正规急用钱

专业操作南京各大银行信贷, 1-500万当天拿, 无抵押, 车房贷, 垫资过桥, 审核松, 息低 咨询: 13337818839 张经理

## 低息快贷

解决您大额资金的困难 手续简单, 长短期资金借款 个人企业无抵押, 期限灵活 52705185, 13851445989

信用卡快现, 垫还。

## 急用钱

无需抵押, 当日得款 52335665

## 腾基信贷

急用钱无抵押, 南京人来做借, 当场得款, 息低。(中介返点) 025-52234086, 13400052535 李经理 (新街口)

信用卡服务 快现, 垫还, 急用钱 三山街 咨询 18551810553

## 低·息·贷

当日得款 18068828657

专业汽车贷款 在银行做过按揭的汽车, 可以不用还款, 进行二次分期贷。不押车, 不押证, 欢迎同行合作。18651802347