

远在大洋彼岸,如果身体不舒服,想找中医调理怎么办?现在我们借助“云门诊”来实现隔空的“望闻问切”。近日,全国首个中医惠侨基地“海外江苏之友中医惠侨基地”正式落户江苏省中医院,海外华人远隔千里也能看上中医大家的门诊。

通讯员 冯瑶 现代快报/ZAKER南京记者 安莹

全国首个中医惠侨基地落户省中 6000公里外“望闻问切” 名中医线上为海外华侨看病

相隔6000公里的“望闻问切”

“把舌头伸出来给我看一下舌苔。”12月12日下午,江苏省中医院妇科主任任青玲按照约定好的时间,出现在互联网医院诊室内,为远在6000公里以外澳洲的一名47岁华侨进行诊疗。病人月经出现异常已经有4个月了,在当地的中医诊所已经治疗调理一段时间了。经过进一步问诊,任青玲教授了解到,她十年前做过卵巢切除术。虽然没有潮热、盗汗的现象,但她时常感到腰腹疼痛,伴

头晕、耳鸣、睡眠欠佳、疲倦乏力等。

舌苔是好的,最近有没有口渴感觉,喝水喜热还是喜冷?……一连串问诊后,任青玲又让对方中医诊所内的中医师搭脉回复脉象情况,以及最近一段时间的用药等。经过数分钟的“望闻问切”,任青玲认为患者的主要问题是卵巢功能下降,出现肝肾阴虚,调理应从补肝肾着手,使其宁心安神,并推荐了该

院国医大师、著名中医妇科学家夏桂成教授的“清心滋肾汤”。

而在另一个诊间,骨伤科专家王培民教授正在为瑞士的一名外国友人诊疗,这名患者患有骨性关节炎多年,问诊后王教授考虑可能是类风湿关节炎,建议用中医外治法,拟方中药泡脚,以达到祛风除湿、舒筋通络的效果。

两位专家通过望闻问切,辨证施方,根据患者需要,中药通过快递远渡重洋送到病人家里。

全国首个中医惠侨基地落户省中

据了解,目前落户在江苏省中医院的“海外江苏之友中医惠侨基地”是全国首个中医惠侨基地。江苏省侨办主任王华表示,目前江苏海外华人华侨有100多万,他们在美国、欧洲、澳洲等发达国家,主要从事高精尖、高科技等领域工作。虽然在国外找中医推拿的难度不算大,但要请中医大家面对面诊断却很难。

除了线上的惠侨服务,根据协议,今后双方还将开设华人华侨来省中医院体检、就诊、养生保健、中医药文化体验、中医药旅游的绿色通道,开展海外华人华侨中医师来院培训,组织医院中医专家海外义诊,开展中医药服务贸易以及中医药文化传播,进一步深入开展与海外医院的学术交流和科研合作,扩大中医药在世界范围的影响力。

“云门诊”可以8名专家同时问诊

据了解,江苏省中医院的互联网医院一共开设了3间互联网诊室,有8个远程会诊通道,可以为8名专家同时提供远程会诊。中医讲究“望闻问切”,隔着电脑屏幕,诊疗效果能保证吗?江苏省中医院院长方祝元介绍,现在通信技术发达,患者画面已经非常清楚了,就好像在眼前一样,望、闻、问都不成问题,“切”则是由当地中医代劳,而“切”获

得的信息,也可以和其他问诊方式相佐证。

在国外,目前中医受欢迎的程度如何?方祝元表示,前不久的巴黎之行见识到了中医药在海外市场的受欢迎度,世界范围内对中医药的需求日益增大。

方祝元说,近年来,该院不断加强国际合作交流,先后与法国巴黎公立医院集团建立了“中法中医药中心”,与加拿大多伦

多大学建立了“中加合作中西医结合肿瘤临床研究中心”,上月底还在巴黎成功举办了“中医药文化周”活动。目前医院正与澳洲、美国、英国、瑞士等国家在中医教研、贸易、文化等方面进一步开展深度合作,积极搭建海内外中医药健康养生文化交流平台,打造中医药文化国际传播基地,进一步推动江苏中医药文化“走出去”。



适合艾灸的5个保健穴

艾灸是一种古老的治病方法,以其操作简单、效果显著、无副作用而流传至今,且受到众多患者的青睐,艾灸治病在国内外有着深远的影响。艾灸通过艾草燃烧产生的热量刺激体表穴位或特定部位,通过激发经气的活动来调整人体紊乱的生理生化功能,从而达到防病治病的目的。

吴中朝教授从事中医针灸临床、教学、科研近40年,下面就来看看吴教授分享给读者适合艾灸的5个保健穴。

神阙穴

艾灸神阙穴可以温中养胃、健脾、鼓舞一身阳气。

部位:在脐区,脐中央。

艾灸方法:悬提灸神阙穴,每次10~15分钟。

关元穴

艾灸关元穴能增强生殖系统功能,提高免疫力。

部位:在下腹部,脐中下3寸,前正中线上。

艾灸方法:悬提灸关元穴,每次10~15分钟。

气海穴

艾灸气海穴对妇科虚性疾,有很好的防治作用。

部位:在下腹部,脐中下1.5寸,前正中线上。

艾灸方法:悬提灸气海穴,每次10~15分钟。

百会穴

艾灸百会穴,可以治疗各种头痛、头寒。

部位:在头部正中线上,前发际正中直上5寸。

艾灸方法:悬提灸百会穴,每次3~5分钟。

命门穴

艾灸命门穴可提高督脉之阳气。

部位:在腰部脊柱区,第2腰椎棘突下凹陷中。肚脐水平线与后正中线的交点,按压有凹陷处即是。

艾灸方法:隔姜灸命门穴,每次10~15分钟。

本节内容选自《奇效艾灸:补虚止痛祛寒湿》(作者:吴中朝,出版社:江苏凤凰科学技术出版社)



7万人参与健康调查,大奖iPad等你拿

快报讯(记者 安莹)世界卫生组织指出,100%健康就是60%生活方式+17%环境+15%遗传+8%卫生服务。那么你按照健康生活的节奏打造自己的生活了吗?2017年,现代快报举办了江苏首届大健康节,旨在传递健康价值,围绕健康生活样本,

打造一个“健康+”新模式,让每个人都能参与,有所收获,得到幸福,还原生活本色。

为了让公众成为健康生活的行动者,11月25日,现代快报的“快报大健康”微信公众号联合凤凰夕阳红微信公众号启动“我的健康生活”大型问卷调查。

问卷调查启动两周以来,已经有7万多网友踊跃参与,他们认真地填写了我们设置的10道与健康息息相关的问题。

整个投票活动将于12月25日结束,届时,我们将通过抽奖的方式送出iPad。

还有最后一周的时间,不要

错过这次问卷调查哦,扫一扫报纸上的二维码填写起来吧!



扫码填问卷

问卷内容

(1)您平时喜欢的运动方式是什么?

A 跑步 B 游泳 C 健身房 D 走路 E 其他

(2)您每周锻炼几次?

A 1-2次 B 3-5次 C 大于5次 D 不锻炼

(3)您的体重在一年之内变化了多少?

A 瘦了5斤以上 B 胖了5斤以上 C 体重没有变化

(4)您是否患有以下慢性病?(可多选)

A 高血压 B 高血糖 C 高血脂 D 没有慢性病

(5)您多长时间体检一次?

A 一年 B 两年 C 三年 D 五年

(6)你最常用的养生产品是

什么?(可多选)

A 人工合成营养剂(进口或国产) B 各种中药材进补 C 市场上各种药酒、口服液、胶囊合剂 D 其他你认为具有保健功效的食品 E 从未使用过任何营养保健品

(7)您一年的健身保健平均花费是多少?

A 1000元以下 B 2000元以上 C 3000元以上 D 4000元以上 E 5000元以上

(8)您能按时吃三餐吗?

A 能 B 经常不吃早餐 C 无法按时吃三餐 D 经常吃夜宵

(9)您的饮食口味是?(可多选)

A 清淡 B 咸 C 甜 D 高油

脂 E 辛辣 F 热烫

(10)如果生病了,您最信赖的医院是哪家?(可多选)

- A 江苏省人民医院 B 解放军南京总医院 C 江苏省中医院 D 东南大学附属中大医院 E 江苏省中西医结合医院 F 江苏省第二中医院 G 南京鼓楼医院 H 南京市第一医院 I 南京市妇幼保健院 J 南医大二附院 K 南京市中医院 L 江苏省肿瘤医院 M 解放军第四五四医院 N 解放军第八一医院 O 南京市中西医结合医院 P 江苏省级机关医院

丰厚奖品

我们将从参与者中抽出5名幸运者送出iPad

活动说明

- 1.确定选项
- 2.投票截止日期:12月25日
- 3.请持续关注“凤凰夕阳红”公众号,及时了解情况
- 4.活动最终解释权归现代快报所有



凤凰夕阳红微信公众号

