



“玩起来”“闻起来”“学起来”，中医义诊还能这样嗨。10月26日，在南京明基医院门诊大厅举行的一场活动，不仅有中医专家义诊，还有药材展示、小儿推拿现场示教，更有备受关注的DIY体验区，中医师现场教你熬膏方、手工制作中药香囊。现代快报+·ZAKER南京也进行了现场直播，线上线下，万人围观体验。



扫码看直播回放

现代快报+ZAKER南京记者 刘峻 任红娟 梅书华/文 牛华新/摄

熬膏方、学推拿 这场中医义诊“料”很足

入秋吃膏方 00后、10后也能补起来

此次大型义诊活动的主题——“秋收冬藏，养身保安康”。膏方如何熬制，很多市民都十分好奇，在明基医院的膏方熬制区，医护人员展示了秋梨膏的熬制过程。专家介绍，膏方的制作工艺已流传千年，工序十分繁杂，要求也极为苛刻。规范的制膏流程一般包括配料浸泡、煎煮、浓缩、化胶、收膏、凉膏等步骤，几十道工序，每一道工序均有严格的要求。仅仅是收膏这一道工序，就要求达到“滴水成珠”的状态，才能保证膏方的效果。

该院中医部部长周春祥告诉记者，秋冬季节是膏方进补的好时机，秋季是进补开端，这个时候选择合适的膏方进补并坚持下去，可以达到养身保安康的功效。他介绍，膏方需要服用较长一段时间，非常适合一些慢性病患者，针对亚健康人群，选择膏方进补可以有效提高身体免疫力。

除了中老年人，00后10后能不能吃膏方？周春祥表示，判断是否可以吃膏方，依据的不是年龄，而是疾病本身。某些缺陷性疾病及体质虚弱的小儿可以根据其生长发育、体质或病症需要适当进补，但儿童脏腑娇嫩，发育未成熟，不宜长期进补。

他介绍，针对患有反复呼吸道感染、支气管哮喘、过敏性疾患、生长发育迟缓、食欲不振、自汗盗汗、遗尿等疾病的体虚患儿，可以找医生辨证论治开具膏方。另外，处于疾病恢复期的儿童，拒绝苦味中药患儿等，也可以适当使用膏方进补。不过，膏方进补一定要在专家指导下谨慎用药，合理调补，如果患儿的疾病基本康复，就应该停用膏方，以防影响生长发育。

中医多靶治疗 提升肿瘤患者生存质量

“想了解一下吃膏方对病情有没有帮助？”“化疗后，胃口不好，也睡不好觉，中医能治吗？”在义诊现场，现代快报记者发现，不少肿瘤患者也关心自己是否能吃膏方。

周春祥介绍，中医药对于癌症的治疗跟西医的手术、放疗、化疗相比较，各有所长。现代肿瘤的靶向治疗追求的是精准靶向，而中医药治疗强调的是多靶治疗理念，也就是从整体的观念出发，不仅是针对肿瘤本身，更注重患者在整个患病过程中的身体状态。尤其是针对中晚期肿瘤患者，中医治疗并非一味追求完全消灭肿瘤，更关键的是提高患者的生存质量、延长寿命。另外针对经过手术、放射治疗、化学治疗后极易出现贫血、白细胞减少、食欲缺乏、恶心、呕吐等毒副作用的患者，中医药治疗更着眼于整体调理，改善胃口、提高体力、纠正贫血等方面，通过调整患者身体的不平衡状态，达到提高生存质量的积极作用。

他强调，肿瘤患者也不能把中医当成“最后一根救命稻草”，中医药治疗肿瘤是一个多环节、多靶向的治疗方法，应当贯穿在肿瘤治疗的始终。在现代肿瘤治疗的各个不同阶段，运用多种中医药治疗方法，使之与现代医学治疗方法有机地结合，可形成一个多维的治疗模式，对提高肿瘤疗效、预防副作用及对病人疾病后期的康复具有积极意义。

专家提醒，市面上不少商家打着中医的招牌售卖治疗肿瘤的偏方、秘方，患者因为恐惧疾病而选择购买，这是非常不建议的，因为肿瘤表现多样，所有的肿瘤不可能通过一个简单的治疗方法或药物治愈，患者及家属一定不能病急乱投医，否则很容易耽误最佳治疗时机。



专家义诊现场



手工制作的中药香囊

推一推手解决便秘，这家人迷上小儿推拿

在小儿推拿区，针灸推拿科医师范荣正在给小患者治疗，围观的家长纷纷掏出手手机全程录像，还有的家长干脆现场在孩子的上手找起了穴位。范荣介绍，小儿推拿适用于0~12岁的孩子，在治疗一些常见的呼吸系统、消化系统等疾病上有较好的疗效，比如感冒、发烧、咳嗽、腹泻、便秘、厌食等。她表示，针对一些免疫力低下的孩子，经常做一做保健推拿，可以达到增强体质的作用。

在孩子手上推一推，真的能达到如此神奇的效果？现场一位带着外孙的杨阿姨（化名）告诉记者，外孙小毛（化名）每周都会做一次小儿推拿，已经坚持了3年，免疫力确实增强了，感冒次数也少了。原来，今年4岁的

小毛在刚满1周岁时，出现了便秘状况，时不时还因为用力排便导致肛门破裂出血，家人带着他三天两头往医院跑，口服通便药、外用开塞露，当时有用，可药一停，又无法排便了。

经朋友介绍，小毛妈妈得知南京明基医院可以做小儿推拿，于是抱着试试看的态度带孩子来到这里。经过问诊和检查，范荣排除了小毛因肠道畸形引起的便秘，通过中医辨证，定性为气虚便秘，这主要与孩子先天脾虚的特点，加之反复生病导致气血不足，气虚则大肠传送无力，致使大便无力排出有关。结合孩子的情况，范荣给孩子施以温中补气的推拿手法加上艾灸治疗，并指导家长每天对孩子进行饮食方面的调护。就这样定期推拿，小毛排便比以前轻松许多，慢慢地也能自主轻松排便了，一家人心里的大石头终于放下，也因此“迷”上了小儿推拿。



药材展示



现场熬膏方

如果你在寻医问药过程中，有什么不明白的事、有什么不愉快的体验，甚至遭遇了欺诈，请跟我们聊一聊。可以拨打现代快报大健康投诉热线 96060，也可以扫码关注“乐活健康族”微信公众号。



淡斑、去皱…… 中医也能让你美到新高度

你知道么，中医也能美容。南京明基医院中医部主任医师邵浩清告诉记者，中医美容常用的方法是埋线。传统的针灸用的是实心针，中医埋线用的是空心针，里面藏有手术常用的PDO细线，针扎进穴位后，可以将细线留在体内，对穴位形成持续性的刺激。

中医美容，能美在哪里？邵浩清介绍，一方面是通过穴位刺激，可以整体调节患者的身体状况，获得更健康的状态，另一方面，该技术将手术中常用的PDO细线植入皮肤下的靶区，刺激皮肤组织，可以使皮肤组织产生新的成纤维细胞和胶原蛋白，产生紧致效果，达到淡斑去皱、紧致肌肤的效果。

专家出诊时间

周春祥 周二上午、周四上午、周六上午