

# “三伏贴”里的健康守护

## ——三门峡市中医院“冬病夏治”的传承与新生

文/图 本报记者 夏泽辉

“冬季养生，夏季治病。”这句流传千年的俗语，藏着古人对健康的深刻洞察。冬病夏治作为我国传统中医的特色疗法，其理论根源可追溯至《素问·四气调神大论》中“春夏养阳”的经典论述。这一疗法遵循“天人相应”的规律，借三伏天阳气最盛之时，扶助人体正气，驱散寒邪，让古老的养生智慧在岁月流转中始终滋养着一方百姓。

作为豫晋陕黄河金三角地区中医药行业翘楚，三门峡市中医院多年来始终坚守传承与创新并举的理念，将“冬病夏治三伏贴”这一传统疗法不断优化升级。医院推出的“冬病夏治扶阳贴”，成为家喻户晓的“健康名片”，实实在在的疗效赢得了百姓的交口称赞并吸引了周边地区广大群众。



医护人员正细致地为市民进行贴敷

### 入伏掀起“冬病夏治”热

7月的崤函大地，暑气渐浓，而比天气更热的，是市中医院里涌动的“贴敷热潮”。为了迎接入伏后的就诊高峰，医院早在半个月前就开始筹备：增设贴敷诊室、培训医护人员、优化流程引导，从老院区到新院区，处处可见忙碌而有序的景象。

7月20日是入伏第一天，刚一上班，市中医院新院区门诊大厅前就已排起了长队，前来就诊的群众扶老携幼地聚集在这里，有的在登记处核对信息，有的在候诊区互相交流贴敷经验，孩子们的笑声、老人的叮嘱声交织在一起，热闹得像一场“健康盛会”。

“我们7点就出发了，怕来晚了排队。”儿科诊室外，来自山西平陆的席先生带着3岁的女儿第一个赶到，“孩子从小消化不好，朋友说这儿的‘三伏贴’不用打针吃药，专门跨河过来试试。”

来自湖滨区交口乡的郭阿姨属于“再次光临”。她一边帮小孙女整理衣服，一边跟医生说：“去年贴完一疗程，孩子咳嗽明显轻了，晚上睡觉也踏实了。今年我还拉着邻居家的孩子一起来，好东西就得分享！”像郭阿姨这样的“回头客”不在少数，他们口碑相传的好评，成了医院最有力的“广告”。

三楼的肺病科则是另一番景象：等候的大多是头发花白的老人。“我这气管炎有十几年了，以前一到冬天就喘得厉害，自从去年开始贴‘三伏贴’，冬天发作的次数越来越少，明显感觉症状减轻了。”今年50多岁的张双印指着胸前贴好的膏药介绍。

“今年的人气比往年更旺，夏至以来，每天的贴敷人数都在大幅增长，尤其是周末，新院区儿科的接诊量比平时多了一倍。”儿科主任宁银河介绍，“我们紧急加

派了医护人员，就是为了让每个来的人都能顺利贴敷，不白跑一趟。”

金杯银杯不如百姓的口碑。这股跨越地域的“贴敷热”，正是百姓对传统医学信任的最好证明。

### 辨证施治创新贴法“一人一方”

走进市中医院的不同科室，最直观的感受是：“三伏贴”形态各异。儿科的药贴小巧玲珑，直径不足1厘米，刚好贴合儿童娇嫩的皮肤；脾胃病科药贴则有手掌大小，厚实的药层均匀覆盖着多组穴位；而妇产科的治疗方式更独特——医生会根据患者体质，将数斤去汗后的姜末按特定比例调配后，辅以太绒像“堆小山”一样呈十字形敷于任脉，借药物的温热之力温通散寒。

“别看都是‘三伏贴’，里面的门道可多了。”市中医院业务院长、三门峡市名中医王琳拿起两种不同的药贴讲解道，“儿科的药贴药性更温和，药量少，避免刺激孩子皮肤；肺病科药贴加入了更多温阳散寒的药材，精准作用于肺俞、膻中、膏肓等多个核心穴位，可充分发挥药效；脾胃病科药贴敷药面积大，可同时作用于上脘、中脘、下脘等多个主要穴位，以强化疗效；妇产科的‘十字灸’则是针对宫寒、瘀滞等妇科常见问题，通过大面积的药物渗透，温经散寒，祛病强身。”

除了药贴的形态不同外，贴敷的穴位和时长也因人而异。儿童贴敷多选择风门、肺俞等穴位，每次贴2至4个小时；老年人治疗咳嗽则侧重天突、定喘等穴位，贴敷时间可延长至6个小时；而关节病患者，药贴会精准贴在膝阳关、足三里等穴位，还会搭配针灸、艾灸、拔罐等增强效果。

今年，医院在“辨证施治”上又迈出了新步伐。“我们借鉴了国家医学中心的临床经验，专门引入了天津中医药大学



小朋友配合医护人员贴敷“三伏贴”

学第一附属医院经验方剂，结合本地人的体质特点进行改良。”市中医院肺病科主任李江丽说，“更重要的是，我们区别于普通‘千人一方’的模式，每个患者来都要先辨证——是阳虚还是痰湿？是肺寒还是脾虚？根据不同证型，医生会制定专属方案，从药贴配方到穴位选择，甚至贴敷频率都不一样。”这种“一人一方”的精细服务，让传统疗法更具针对性，也让患者感受到中医的智慧与温度。

### 强大后盾守护“老药方”的新传承

“三伏贴”的疗效，离不开背后强大的“硬实力”支撑。在市中医院，这份实力既来自经验丰富的“中医天团”，也来自现代化的中药制剂研发中心。

市中医院中药制剂研发中心占地17245平方米，由生产中心、药品检验室、研发实验室等部分组成。于2024年3月通过国家新版GPP标准验收，成功获批国家“医疗机构制剂许可证”。高标准、专业化、规范化的制剂中心，确保了药品的品质。

近年来，该中心与河南中医药大学、天津中医药大学第一附属医院等国内一流中医院校建立了合作关系，共同研发改良中药方剂，不断优化药方，降低药材的刺激性。这种“传统智

慧+现代科技”的结合，让古老的药贴焕发出新的生命力。

而在临床一线，“中医天团”的老中青三代医师们，则用数十年的经验守护着疗法的传承。全国名老中医专家张世峰，从医50余年，擅长将经典方剂与穴位贴敷结合，他手写的处方上，既有《伤寒论》的古方精髓，也有针对现代病症的创新调整；中医博士后柴松波，则带领团队研究“穴位贴敷+特色制剂内服”的新疗法，用现代技术增强药物渗透效果，让传统外治法更高效；加之强力外援——天津中医药大学第一附属医院派驻专家的倾情支持，总能为患者找到最适合的治疗方案。

从诊室里的望闻问切，到中药制剂中心里的精准质控；从老大夫的经验传承，到年轻医师的创新探索，正是这种“守正创新”的精神，让市中医院的“冬病夏治”疗法既保留了中医的根与魂，又满足了时代的需求。

从传统中医的古老智慧，到现代化医院里的精细服务；从热火朝天的排队场面，到群众信任的话语，市中医院用“三伏贴”串联起传统与现代，架起了医患之间的信任桥梁。在这片中医药事业蓬勃发展的土地上，市中医院正全力守护着一方百姓的健康，并在传承与创新中，书写着崤函中医药高质量发展的新篇章。

# GREEN

## 绿色生活，低碳出行

