

“冬病夏治”没赶上 “冬病冬治”别错过

大家都知道“三伏”，那么了解“三九”吗？大家都知道“冬病夏治”，那么了解“冬病冬治”吗？“冬病冬治”的三九贴又是什么？

■“冬病冬治”及其原理

“冬病冬治”：“冬病”是指好发于冬季或在冬季容易加重的疾病。“冬病冬治”是在冬季“三九”时节，取温经通阳之品，以穴位贴敷为主，配合针刺、穴位注射、红外线理疗等方法，达到扶正祛邪、温通经络、散寒除湿，调整人体阴阳平衡的一种外治方法。

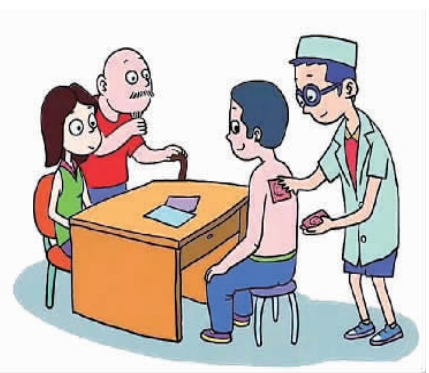
原理：“三九”是从冬至始，每隔九天为一阶段，此时人体阴气最盛，阳气最弱，寒气非常容易侵袭人体，导致机体气血不畅，肌肤腠理不固，卫外机能不全，从而诱发或加重疾病。然而，最冷的“三九”天，又正是治疗“冬病”的好时机。中医认为“冬至为阳气升发之时”，此时施治，具有补气助阳、扶正祛邪之功，从而达到扶阳祛病之目的。

■“冬病冬治”治疗范围

该法可以防治多种慢性虚寒性、疼痛性疾病：



- 1. 呼吸系统疾患：慢性支气管炎、肺气肿、肺心病、支气管哮喘、过敏性鼻炎、慢性咽炎、体虚易感等；
- 2. 消化系统疾患：慢性胃肠炎、溃疡病，慢性腹泻等；
- 3. 骨伤科疾患：颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出症等；
- 4. 风湿痹症：风湿、类风湿性关节炎，强直性脊柱炎，雷诺氏综合征等；



- 5. 妇科疾病：产后体虚畏寒、痛经等；
- 6. 儿科疾患：小儿咳嗽、哮喘、体虚易感等。

■冬病冬治时限

- 2020.12.15 至 2021.1.16
- “一九”：2020.12.21—2020.12.29
- “二九”：2020.12.30—2021.1.7
- “三九”：2021.1.8—2021.1.16

注：对于病情较轻的患者，于“一九”“二九”“三九”期间治疗三次即可；对于病情较重者，可于“三九”之前及之后再巩固治疗两次，效果更佳。

■注意事项

1. 药物穴位贴敷后如有局部皮肤出现瘙痒时，不要用手搔抓以防感染。敷贴 4～24 小时后，局部若有发痒发热，皮肤发红为正常；若皮肤出现水泡，涂烫伤膏或紫药水，敷贴 24 小时内患者禁用冷水洗澡，不曝晒。
2. 慎食寒凉肥甘滋腻之品，若服用大量肥甘之品，易伤脾胃，影响消化，易导致阳气不运，变生它病。
3. 冬病冬治包含了中医丰富的理论基础和实践经验，建议在正规医院医生的指导下，根据个体的体质和病证的具体表现辨证施用。

【温馨提示】

冬病冬治门诊安排：
时间：周一至周五上午半天
地点：玉兰路 96 号 4 楼中医科
(花木社区卫生服务中心)

2020年最后一个月 这些新规这样温暖你

12月1日起，一批新规定和新举措开始施行，并影响你我的生活。乘坐地铁时不得用电子设备外放声音、促销降价活动需明确原市场价、上海高中学业水平考试开始报名……快来看看！

●乘坐地铁时不用电子设备外放声音



新修订的《上海市轨道交通乘客守则》自12月1日起施行。该守则明确，地铁乘客禁止使用电子设备时外放声音；乘客禁止携带自行车（含折叠式自行车），使用平衡车、滑板、踏板车、溜冰鞋等助力代步工具（残疾人轮椅车、婴童车除外）；乘客可以免费带领两名身高1.3米（含1.3米）以下的儿童乘车。

●非居民用水超定额累进加价制度

市财政局、市发改委发布停征超计划加价水费有关事项的通知称，自12月1日起，本市全面推行非居民用水超定额累进加价制度，超计划加价水费相应停征。对以往欠缴、未缴的超计划加价水费收入，由原执收单位按《上海市政府非税收入收缴管理办法》等规定及时、足额缴入国库。

●进一步支持外资研发中心设立、发展、集聚

《上海市鼓励设立和发展外资研发中心的規定》自12月1日起施行。新规主动适应外资研发中心的发展新趋势，支持外资研发中心的设立和集聚，帮助外资研发中心升级为全球研发中心，使外资开放式创新平台发挥功能，并进一步支持外资研发中心发展。

●《上海市科技创新创业载体管理办法（试行）》施行

《上海市科技创新创业载体管理办法（试行）》自12月1日起施行，有效期至2022年11月30日。《办法》明确了本市各类科技创

新创业载体的内涵与分类、培育标准、申报与管理、监督与评价、支持方式、促进与引导方向等。

●修订后的《国家科学技术奖励条例》施行

国务院第三次修订后的《国家科学技术奖励条例》，自12月1日起施行。在新修订的《条例》中，报奖方式从“推荐制”改为“提名制”，并提出强化科技奖励诚信体系建设、加大对自然科学基础研究和应用基础研究的奖励等。

●医药代表不得承担药品销售任务

国家药监局制定的《医药代表备案管理办法（试行）》，自12月1日起施行。《管理办法》提出，医药代表不得有七种情形，包括不得未经备案开展学术推广等活动、不得承担药品销售任务、不得参与统计医生个人开具的药品处方数量等。

●促销降价需明确原市场价



国家市场监管总局制定的《规范促销行为暂行规定》，自12月1日起施行。《规定》明确，促销降价需明确促销的基准价，也就是原市场价。经营者开展价格促销活动有附加条件或者期限的，应当显著标明。

●《经营者集中审查暂行规定》施行

国家市场监管总局制定的《经营者集中审查暂行规定》，自12月1日起施行。《规定》对进一步完善我国反垄断法律制度体系，规范经营者集中反垄断审查工作，引导经营者依法申报与自律合规具有重要作用。

●金山城市沙滩运营时间、乡亲年卡使用期限将调整

金山城市沙滩景区自12月1日起运营时间将有所调整，另外，原定于今年12月31日终止使用的“金山城市沙滩乡亲年卡”和“金山城市沙滩体锻卡”将继续延期使用。（上海发布）



Bank 中国光大银行 CHINA EVERBRIGHT BANK 上海分行

阳光普惠 SUNG HUI HUI

光大银行最新理财产品信息

产品名称	期限	近期参考年化收益率	风险提示	运作模式	产品投向	代码
光银现金A	按日计息	3.10%	适合稳健型以上客户购买	开放式净值产品	主要投资于以下符合监管要求的固定收益类资产，包括但不限于银行存款、同业存单、货币市场工具、各类债券、货币市场基金、债券基金、质押式及买断式回购、其他符合监管要求的债权类资产等	C1030318000026

产品特点：

- 起点1万元：购买起点金额为1万元。产品最低持有份额为1千份。再次购买可以1千元的整数倍追加
- 申购时间延长至15:15：申购交易较普通产品顺延15分钟，即15:15前申购产品，可享当天收益
- 7*24小时申赎：可通过手机银行、网上银行7*24小时提出申购、赎回申请，足不出户，更方便
- 支持快速到账：到账内本金快速到账

产品名称	期限	业绩比较基准	风险提示	起点金额	特点	募集期（售完即止）	产品投向	代码
新客理财	138天	4.10%	适合稳健型以上客户购买	5万元	收益稳健	滚动发行	本产品采用FoF（Fund of Fund，基金中的基金）投资管理模式，光大银行作为管理人根据经济基本面及市场变化、投资者风险偏好、产品期限和预期收益等因素，投向由光大银行管理的货币市场工具组合、债券类资产组合和其他固定收益类资产组合。	C1030317000187
阳光金12M添利1号	12个月	3.85% - 4.45%	适合稳健型以上客户购买	100元	开放式净值产品	即日起至2021.1.18	本产品投资范围为投资于境内外市场的固定收益类、衍生品类金融工具。	Z7001420000019

中国光大银行郑重提醒您：

理财产品过往业绩不代表其未来表现，不等于理财产品实际收益，投资须谨慎。详情请咨询24小时客服热线：95595 客服投诉电话：58895595 网上银行：www.cebbank.com。

光大银行联洋支行 地址：迎春路821-825号（近长柳路） 电话：63795081, 63795082

光大银行花木支行 地址：东绣路575号（锦安西路口） 电话：63795155