

市第六人民医院膏方节开启 资深中医师坐诊 定制个性化膏方

专家介绍

霍清萍:主任医师、教授、硕士生导师

擅长:运用中医学“活血化瘀”、“扶正祛邪”等手段,治疗缺血性脑血管病。对脾胃病、冠心病、慢性肝病、慢性支气管炎、哮喘、下肢深静脉血栓、类风湿性关节炎、强直性脊柱炎与卵巢功能紊乱、子宫内腺异位症、更年期综合症、男女慢性生殖系统炎症等内、妇科疑难杂症及对肿瘤的康复治疗也有较好的疗效。

膏方门诊时间:周一上午

杨炳初:主任医师、教授,上海市名中医,享受政府特殊津贴

擅长:医治疑难杂症,尤对慢性萎缩性胃炎、肠腺化生、不典型增生、消化不良、反流性食管炎、慢性肝胆疾病有较深入的研究;对慢性支气管炎、哮喘、脑梗塞、男性不育、慢性前列腺炎、肿瘤康复及亚健康调理也颇有研究。

膏方门诊时间:周四下午(待定)

王兵:主任医师,医学博士,硕士生导师

擅长:中西医结合诊治缺血性脑血管病、慢性胃肠肝胆病、代谢综合征及其组分病(肥胖、高血压、糖尿病及高脂血症等);运用“扶正祛邪法”诊治恶性肿瘤,减轻化疗副作用、预防复发和转移;慢性咳嗽、更年期综合征及前列腺疾病的中医治疗。

膏方门诊时间:周四下午

张家铭:主任医师、教授

擅长:运用补肾健脾、活血泄浊等方法治疗慢性肾炎,无症状性血尿和/或蛋白尿,顽固性慢性肾盂肾炎,肾病综合征等肾脏疾病和慢性肾功能不全的中医治疗,已取得了治疗早期慢性肾功能不全的良好疗效。稳定或部分逆转中、晚期慢性肾功能损害。擅长肿瘤放、化疗过程中的中医治疗及肿瘤术后的康复与预防复发的中医治疗。

膏方门诊时间:周三上午

朱赞:副主任医师

擅长:对肛肠疾病的生理、病理、解剖、诊断及治疗有较深造诣,将中医传统方法与现代医学的先进技术相结合治疗各种肛肠疑难疾病,尤其擅长运用微创和无痛方法,对环状混合痔、复杂性肛瘘、肛门狭窄等复杂性、难治性肛门病有独特的手术操作方法。

膏方门诊时间:周一上午、周三上午

彭文波:副主任医师,医学博士

擅长:中医、中西医结合治疗慢性支气管炎、慢性阻塞性肺系疾病以及心脑血管病,对慢性胃炎、反流性食管炎、高血压病、眩晕症、失眠症等疾病也具有一定的临床心得。

膏方门诊时间:周四全天

孟胜喜:副主任医师,医学博士,硕士生导师

擅长:长期从事中医临床工作,擅长中医药防治脑血管病、眩晕、痴呆、卒中、冠心病、高血压、肝病、脾胃病、糖尿病等诊治。

膏方门诊时间:周一上午,周六全天

膏方门诊咨询地点:

门诊大楼6楼中医科护士台

膏方门诊地点:

门诊大楼6楼中医科普通门诊、13楼特需门诊、10楼专家门诊

地址:徐汇区宜山路600号

(市第六人民医院)



膏方与疾病

●膏方与脑血管病

中医学认为脑血管病是因肝肾不足,五脏气血阴阳失调,以致气滞、瘀血、痰阻,导致脑功能失常。临床表现多为虚实夹杂,出现头晕头痛、记忆力减退、感觉和运动障碍等症状。根据临床辨证原则,治疗上针对肝肾不足、瘀血、痰饮等不同病理机制,采取滋补肝肾、活血化瘀等方法,标本同治,疗效显著。

膏方用于脑血管疾病防治历史悠久,具有高效、安全、副作用小的优势。膏方不是单纯补药,而是防治慢性疾病的一种有效剂型,为防治脑血管等慢性疾患之最佳。在脑血管

病发病风险高的冬季,请资深中医开出膏方调理,能帮助脑血管病人安度“严冬”,并能促成病情向好的方向转化,具有良好的防治作用。

●膏方与肥胖(代谢综合征)

肥胖是一种常见的慢性代谢性疾病,当人体摄入量多于消耗量时,多余热量就以脂肪的形式储存于体内,逐渐超过正常生理需要而演变成肥胖,常伴发高血压、糖尿病、高脂血症等疾病(代谢综合征),会导致严重的心脑血管病,严重危害人体健康。中医学认为,肥胖病的主要病机是本虚标实:饮食不节、久卧少动、忧思劳倦等与禀赋体质因素共同作用,可导致脾、肝、肾三脏功能失常,脾失健运、肝失疏泄和肾精不足,引起机体气血津液输布、运化失常,以致气滞、痰阻、血瘀而发为肥胖病。

肥胖患者身体状况比较复杂,应用中医膏方对其进行调治,可兼顾虚实,具有明显的优势。中青年肥胖患者,多以实证为主,常有消谷善饥,腹胀中满、大便秘结等湿热中阻症状,在控制饮食和加强运动的同时,膏方主要以清热利湿健脾为主,辅以理气、化痰、通便。中老年肥胖患者,多以虚证为主,常有畏寒怕冷、腰膝酸软等肾气不足症状,膏方应以益气健脾温肾为主,辅以疏肝、化痰、利湿、化痰等法。

●膏方与血管性痴呆

血管性痴呆是指由缺血性卒中与出血性卒中引起的认知功能障碍,患者以语言、记忆、视空间技能、情感、人格和计算力、抽象判断力等认知功能受损为主要临床表现。血管性痴呆在中医学中称为“痴呆”“呆病”“善忘”等。本病的病位在脑,与心、肝、脾、肾密切相关。以肾虚为本,痰瘀为标,虚实相互转化,虚实夹杂的一类病症。本病的发病以肾虚为本,涉及心、肝、脾、肺四脏,以痰瘀为标,其病位在脑,病性属本虚标实,虚实夹杂的一类病症。主要从“虚、痰、瘀”三个方面入手,结合临床,辨证论治,应用“补肾、祛痰、化瘀”之膏方,疗效甚佳。

●膏方与失眠

失眠,中医称之为“不寐”、“不得眠”、“不得卧”或“目不瞑”,是指经常不能获得正常睡眠为特征的一种病症。失眠的证情轻重不一,轻者仅为入眠困难,易醒,或醒后不能再寐,亦有时寐时醒等,严重者则彻夜不能入眠。长期失眠会使人脾气暴躁,记忆力减退,精神疲乏,严重影响人际关系、学习能力和工作效率,严重的还会导致悲观厌世,使人免疫力下降,疾病丛生。

膏方主要适用于慢性失眠或反复发作的失眠,临床辨证以虚证或虚实夹杂的患者,有些患者的失眠与季节有关,也适用于膏方调理。失眠患者坚持服用膏方,既可以提高睡眠质量,又能增强体质,调畅情绪,减少安眠药的副作用及停药后戒断反应的出现。无论是长期失眠的老年患者,还是处于紧张、繁忙工作中的中青年上班族亚健康人群,膏方调理不失为一个简便有效的手段。

适合人群

1、慢性病患者。各科、各系统慢性病,如内科的脑血管病、高血压病、高脂血症、糖尿病、冠心病、慢性肝胆胃肠病、肿瘤、慢性支气管炎肺气肿、慢性肾病和风湿免疫病等,妇科的更年期综合征、痛经、月经不调及产后体虚等,手术后调理,肿瘤放化疗后,服用膏方可改善症状,预防复发。

2、亚健康状态者。现代生活节奏快、压力大,许多人身体透支,出现头晕目眩、腰痛腿软、神疲乏力、心悸失眠及记忆减退等亚健康状态,进补膏方可增强体质,防止早衰。

3、治未病。针对不同的体质特征,通过膏方的调理可改善体质,预防慢性病。中医把人的体质分成九种:如气虚、阴虚、阳虚、痰湿、湿热、气郁、血瘀、特禀质等。根据人体质不同,膏方针对不同体质进行调理,使其免疫力增强、精神愉快、健康长寿。

4、抗衰老。老年人气血衰退,精力不足,脏腑功能低下者,可以在冬令进补膏滋药,抗衰老

立冬时节 暖身先暖心

进入立冬,预示着冬天来临。每年11月至来年3月,属心血管病引发猝死的高峰期。上海远大心胸医院孙宝贵教授解释,由于冬季人体新陈代谢缓慢,受冷空气刺激,血管会骤然收缩,易导致血管阻塞,从而诱发心血管疾病的发作或复发。

冠心病患者保暖先保头、颈、手

孙宝贵表示,一般血管狭窄50%时并没有明显的状况,但是冬天气管收缩的时候会加重病情加重,出现症状。对有心血管疾病的患者来说,头部、颈部和手部的保暖尤为重要,因冬季人体散热最多的部位是头部,这些部位受寒可引起末梢血管收缩。

对高血压病人来说,寒冷使血管收缩得更厉害,血流也受到影响,随之而来血压也更易升高,诱发心血管疾病的概率大大增加。因此,高血压人群冬季保暖显得非常重要,应避免身处于温差大的环境,保证头、颈部的暖和。一些血管弹性较差的高血压患者,在冬季一天之内的血压波动往往会增大,同时,寒冷也可诱发冠状动脉痉挛,使管腔持续闭塞,或挤压斑块使内膜损伤,血小板聚集,血栓形成使管腔急性堵塞,可导致急性心肌梗塞。

心脏健康与否和情绪有关

人体是一个大系统,受神经因素的调控。喜、怒、哀、乐、惊、恐、悲,这七情的调剂失控均可经过大脑中枢神经系统,使心脏神经功能及内分泌激素释放失衡,导致心律失常。有人对正在暴怒者的心脏进行过测试,发现这时心跳急剧加快,有的还变得不规律。心脏不太健康者在暴怒之时骤然停送了性命的报道并不少见。由此可见,人在情绪极度兴奋时,对心脏的危害非常大。不仅如此,任何恶

劣的情绪,如极度或持续性紧张、苦闷或焦虑、悲痛、忧愁等,均会危及心脏的健康,这些恶劣情绪如果长期出现或反复发生,常成为心律失常或引起心脏病发作的诱因。

在一个人能够耐受的范围内,承受的压力越大,成长的速度越快。当压力超过耐受范围,持续的应激反应则会给人体带来伤害,对血管的内皮功能产生损害。孙教授解释,血管最里面的一层是内皮,就像贴在墙上的墙纸一样,持续压力下内皮细胞就开始消亡,脱下一小片;脱下以后就露出“墙面”,血小板覆盖在斑驳的“墙面”上聚集成了血栓。因而,为了自己的健康,也要让自己心情愉悦。

当人们心情舒畅、笑口常开时,心脏的功能会处在稳定状态,心血管调节系统的功能活动也变得更协调,从而有利于心脏健康。心血管患者应正确对待疾病,心胸开阔,积极治疗原发病,按时服药,合理安排休息与活动。此外,还可适当地进行一些锻炼,如养鱼、种花、散步、练太极拳、保健操、练气功等。

专家简介:孙宝贵

主任医师、教授、国务院政府津贴享受者、上海远大心胸医院终身院长。曾任中华医学会心血管病分会、中华医学会电生理与起搏学会等12家国内学会的委员、常委、副主任委员或主任委员。承担和参加各种科研项目18项,共获省市级科研成果奖9项,国家专利5项(3项获上海市优秀发明专利奖)。擅长冠心病、心肌病、心力衰竭、心律失常等疾病的诊断和治疗,尤其在心脏起搏、心脏电生理和射频消融术,以及PCI等介入性心脏病治疗手段方面有特殊专长。