

# 大众卫生报



更多健康资讯 请扫描二维码  
本报微信名: 大众卫生报  
本报微信号: dzws001

《大众卫生报手机报》移动手机用户订阅方式: 发送 HNDZ 到 106580009, 轻松拥有健康顾问。

国内统一刊号CN43-0036 http://hunan.voc.com.cn 全国邮发代号41-26

服务读者 健康大众

## 网购“三伏贴”并不服贴

本报讯(记者王璐 通讯员陈双)记者近日调查发现,为了避免医院排队之苦,不少市民选择从网上购买三伏贴自行敷贴。对此,湖南中医药大学第一附属医院治未病中心李晓屏主任提醒,网购三伏贴药物组方不明,且自行敷贴对穴位及自身体质不能准确把握,非但不能起到调理治疗效果,还可能带来严重副作用,伤害身体健康。

7月22日,记者在淘宝网上输入“三伏贴”,便跳出千余种商品,价格从几角钱至六七十元不等。不仅仅是三伏贴,三伏灸、拔火罐等医疗用品也随处可见,购买时,商家还会附赠一张人体穴位图,几个

销售火爆的店面,月销售量达三四千笔。

“在网上购买三伏贴自行敷贴不仅达不到好的治疗效果,还存在巨大用药隐患。”李晓屏介绍,三伏贴、三伏灸、拔火罐等看似简单的中医疗法,其实操作起来非常讲究。敷贴需要通过专业中医的问诊、辨别寒热体质,根据病症有针对性地用药,这是老百姓自己在家中做不到的。比如,如果你是阴虚火热体质,若再用温药,无异于火上浇油。另外,如果是发热、炎症急性期,热哮喘等病人,就不能用敷贴。

此外,网上售卖的已是成品,药物组方不清楚,中药成品膏的药

效也比不上现做的有效。而一旦使用到含有非法添加物的敷贴,对皮肤甚至身体产生的不良影响更是不可估量。对于网络提供的“人体穴位图”,李晓屏表示,在没有专业医师指导下,单凭简单的平面穴位图,普通人是很难正确找到穴位的。“敷贴时要考虑个体差异因素、吸收能力、耐受性的不同用药,敷贴的时间长短也应有所变化。”

**头条** 湘潭市第一人民医院 协办

新闻 地址:湘潭市岳塘区书院路100号  
竞赛 网址:www.xtsyyy.com  
急救热线:0731-58669120 58669110  
投稿邮箱:wsxwzx@163.com

## 癌症为退行性疾病 老龄化是主因

本报讯(陈琳)近日,在中国医学科学院肿瘤医院、中国癌症基金会主办的“2014年第十六届北京希望马拉松新闻发布会暨中国癌症防控高峰论坛”上,有专家表示,癌症是一种退行性疾病,人口老龄化是最主要的因素。老年人口的增多,使得肿瘤的发病逐年增多。调整饮食结构,是控癌最关键方式。

流行病学系主任乔友林教授表示,除老龄人口增多外,诊断方法进步,使很多过去不能被诊断出来的癌症暴露出来。另外,现代生活中的饮食、环境污染、职业暴露等危险因素,以及久坐不动、吸烟等不良生活习惯,也增加了患癌风险。

与吃什么能防癌相比,合理的饮食结构和正确的饮食习惯更重要。要注意少吃腌制的食品,保持中国人的传统饮食结构,以粮食为主、蔬菜水果为辅,肉类食品(特别是猪、牛、羊肉等红肉制品)不过量才是关键。

此外,专家们提醒,体检时发现肿瘤标志物升高时,应引起重视,严密随访,直到肿瘤标志物恢复到标准值以下;如果持续升高,要进一步详细检查。

## 长沙试点家庭病床

### 在家治疗可享住院报销

本报讯(侯琳良)病床安在家中,医生上门治疗,还能按照住院报销。记者从湖南省医保局获悉:从8月1日起,湖南省将在长沙市按摩医院开展省本级职工基本医疗保险家庭病床定点结算试点工作,试点期为1年。

据介绍,“家庭病床”服务是指由指定医护人员定期上门进行检查、治疗、护理,在患者居住场所设立病床,运用适宜医疗技术为其提供治疗的一种医疗服务形式。“家庭病床”提供的服务项目包括参保人员健康档案的建立和更新,利用医院适宜技术进行家庭病床康复治疗,血常规、尿常规、粪常规检查、健康管理等。

记者了解到,凡是经过湖南省医保局审核符合“家庭病床”纳入标准的,参保人员所发生医保支付范围内的医疗费用,在特定限额范围内,医保统筹基金支付90%,个人自付10%,超标费用全部自付。

》》》详见今日本报 03 版通讯《“一眼准”的功夫》

## 大暑来临 当心中暑

本报讯(记者王璐 通讯员胡翠娥)7月23日为24节气中的大暑,据了解,高温潮湿是大暑主要气候特征,湖南局部气温可达到40度以上。中医专家提醒民众,在加强防暑降温措施的同时,大家可在家中储备相关药物应对高温出现的常见病。

湖南中医药大学第一附属医院药学部教授、湖南省名中医刘绍贵介

绍,预防高温常见病,可在家中自备适量药物:防中暑,可备清暑益气合剂、清暑解毒颗粒、清凉防暑颗粒、暑症片、六一散、十滴水、济众水、人丹等;防暑湿感冒(如腹泻、呕吐症状)可备藿香正气水(或藿香正气口服液);湿温初起(身热肢酸、胸闷腹胀等症),可备甘露消毒丸。重度中暑必须送医院诊治。

此外,中医养生而言,高温天气

需芳香化湿、醒脾健脾、益气养阴等调养,维护人体正常的阳气,保护元气免受伤害。饮食应以清淡为主,多食当季的瓜果蔬菜,如苦参、丝瓜、冬瓜、南瓜、茄子、豆角、扁豆、西瓜、苹果以及生姜、木耳等。

## 是不是另一半 DNA 说了算?

详见 15 版