

从儿童到老人全年龄覆盖,从三九贴到膏方都备受推崇 冬病冬治,为何今冬特别火

本报记者 孙燕 通讯员 徐尤佳 张弛

“医生,我等了很久了,现在怎么这么多人?”一个再普通不过的工作日下午,杭州市中医院3号门诊楼6楼推拿科一间有5张床位的诊室里,每张床上都躺着人在做推拿。外面的长条凳上,还有不少市民正在排队等待,另一侧做理疗的床位也几乎没有空闲过。

不仅如此,杭州各家医院跟中医诊疗相关的科室,在进入数九寒冬后,格外火热。



理疗区域的床位工作时间几乎都满员



杭州市中医院推拿科周翔主任中医师正在给患者做推拿

推拿人数激增 “三九贴”备受推崇

晓玲(化名)是杭州市青年名中医、杭州市中医院推拿科副主任周翔主任中医师的老病人。这天下午刚好有空,她照旧早早挂了号排队,将近下午4点开始做推拿。

30多岁的她是一名上班族,“回家我还经常带孩子,真的好累,总觉得肩颈腰椎处不舒服,想着做做推拿针灸可能可以缓解。”晓玲说,她找到了周翔主任做了一次推拿后就感觉舒服多了,于是只要有空她就会来这里做推拿,“这也是对身体的一种保养。”

“现在伏案工作的人比较多,坐在那里不太动,脖子、腰容易不舒服,像我们这里的基本上都是有问题的,大部分病人都有颈椎间盘突出、腰椎间盘突出。”周翔主任说,杭州有不少“大厂”的员工、网红,这类人群也是久坐者,来做推拿的也蛮多的。

今年47岁的阿萍(化名)这天刚好也在做肩颈、腰部推拿。阿萍是一名做服装生意的老板娘,上午在店里忙生意,一般到下午才有空闲来杭州市中医院做推拿。

“阿萍这种又是一类,像她这样的工作,免不了要拖拉扛包裹,腰部比较容易受到压力。”周翔主任说,像阿玲这样在四季青做服装生意的老板来做治疗也挺多。

说话间,手机铃声响起,周翔接起来后,只听到他说:“赶紧来吧,我帮你做掉。”

临近傍晚,很多上班族下班也会赶来。以前,夏天做推拿的人特别多,但周翔明显感到今年冬天也多起来,“现在一位按摩师每天最多要为50多人做推拿。”

进入11月后,杭州市中医院另一个科室——中医内科医生专家们的门诊量都增加了。以杭州市名中医、杭州市中医院治未病科主任何迎春主任中医师为例,专家门诊时的患者大约增加了三分之一。

除了成人,儿童的冬病冬治也是家长们关注的。在杭州市红十字会医院儿科,赶来给孩子贴“三九贴”的家长络绎不绝。该院儿科的许斌斌主治医师介绍,“三九贴”主要针对的是反复呼吸道感染、过敏性鼻炎及喘息的这部分儿童,通过温阳透达的药物刺激人体穴位,在穴位刺激和药物作用双管齐下,达到纠正人体偏颇之气的作用。当然,针对其他部分疾病,如反复腹痛、消化不良、身材偏矮小的情况,在专业中医师指导下,也是可以选择对应药物进行贴敷等冬令调护的。由于其操作的简便性,比较受家长和儿童欢迎。

冬病冬治的理念 为何今冬特别深入人心

冬病冬治不算新鲜,为何在今年特别火?

何迎春主任分析,之前甲流、乙流、支原体感染等病毒感染导致很多人中了招,这段时间,这类觉得自己免疫力低下的病人,希望通过中医来调理。此外,三年疫情过后,养生保健方面的需求增加,很多人重视起冬季养生,会去正规医院针对自己的体质进行相应的调理。

膏方就特别适合冬季进补。何迎春主任的患者中就有两三位八九十岁的老人,坚持吃膏方近十年了,从无间断过,长期下来身体状态很好,平时很少感冒发热,甚至于新冠病毒都没有感染过,平素精神饱满,饮食和大小便都很好,如今又来续方了。

“冬病冬治的第一类是亚健康状态人群,他们平时容易疲倦或者容易患感冒。其次是有三高的人群,入冬后他们也愿意到医院来进

行调补。”何主任说。

像容易呼吸道感染的孩子和老人,前往杭州市中医院中医内科门诊就诊的也比较多。何迎春主任有两个小病人,都是女孩,一个6岁,一个10岁,之前她们经常因为上呼吸道感染而请假,不能上幼儿园或者不能上学。但最近家长带着两个孩子来进行非常认真的调补,效果很好。家长跟何主任说,这段时间女儿没吃过抗生素,偶尔有小感冒或者发热等,吃点中药就好了。

前往杭州市红十字会医院儿科冬季调补主要是两类,今冬呼吸道疾病高发,因此一类是呼吸系统疾病,也就是总是咳嗽不好、生病的孩子,特别是现在甲流、乙流痊愈后,这些娃都可以适当调补;另一类是有脾肾方面的问题,比如消化不良、功能性腹痛和生长发育欠理想的孩子,可以通过调运脾胃、补益脾肾等方式。

中青年越来越重视养生 有问题不再“熬”

在周翔主任看来,今冬患者的增多跟养生、国学的兴起有很大关系,而且爱上养生、国学的很多是中青年一代,比如产后腰痛来做推拿的病人、脊柱侧弯的青少年,他们中很多觉得到专业医院做推拿矫正更有保证,与社会上一些机构相比,医院的治疗也更有性价比。

周翔还发现,“以前我们这里以老年人为主,他们都是上午来的,但现在我们中午下午都很忙,来的中青年多了起来。”因此他们科室在中午和夜间都开了推拿门诊,满足上班族。

不仅如此,记者在他电脑的住院信息里看到,住院病人里也有不少年轻人,最年轻的是一位是19岁的小男生,二三十岁也很多。

“推拿不打针不吃药,通过绿色治疗就能解决问题,备受青睐。”周翔分析,这一代年轻人的生活态度已发生转变,以前有些人小病小

痛可能要熬到严重才来看,而现在一些年轻人一有问题就会上医院来寻求解决,“我有很大一批患者是在校大学生,一般是脖子不舒服,可能也是长时间读书低头保持一个姿势的缘故。”

何迎春主任也发现,中青年人来调补的多了,尤以女性居多,“可能女性更注重身体健康。她们中有一类生活压力大,家里有两三个小孩,带起来觉得力不从心,身体需要调补。还有一类打算要怀孕的女性,也会提前来进行进补。”

她最近碰到两对夫妻来调补就是为了怀孕,想让自己身体变得好一点。这也是冬令进补年轻化的一个表现。

此外,还有一部分人是帮儿女带孙辈的爷爷奶奶、外婆外公们,趁着冬天过来调养,以保持饱满的精神状态。