

今日女报 / 凤网记者探秘湖南中医“针”秘诀——

哺乳期妈妈得疱疹，一片棉花搞定它



文、图：今日女报 / 凤网记者 李诗韵 通讯员 胡翠娥

俗话说，中医治病，针灸帮忙。从古至今，小小银针都是中医信得过的好帮手。可你知道吗？除了“功臣”银针之外，中医医疗的背后还有很多有趣的“小伙伴”帮忙，比如一片棉花、一个火罐……近日，今日女报 / 凤网记者走访了湖南中医药大学第一附属医院，探秘那些意想不到的“针”秘诀！

小科普 >>

宝宝打嗝巧预防

文 / 邓映 (湖南省儿童医院血液内科)

生活中，经常会遇到宝宝会无故打嗝，奶爸宝妈们要注意：不要等宝宝过度饥饿和剧烈哭闹时才喂奶，也不要让宝宝吃得太快、吃得太多。吃奶的姿势要正确，奶瓶喂养的宝宝要选择适合大小的奶嘴孔，在安静、轻松的环境中喂奶，过程中避免噪音、强光等各种意外打扰，以免吞下大量空气而打嗝。

对于频繁打嗝的宝宝，爸妈可以在喂奶间歇拍嗝：奶瓶喂养的宝宝可以喝 60~90 毫升左右奶水就暂停一下拍拍嗝，母乳喂养的宝宝可以中间调整姿势或者换另一侧吃的时候拍嗝。如果宝宝一边喝奶一边扭动不安，有可能是想要打个嗝了。

拍嗝的目的是把气体与奶水分开，气体上升后以打嗝的方式释放出来，所以拍嗝与拍痰的手法力度不同，手法要轻柔，因为太用力会把气体和奶水一起拍出来。

妈妈乱用润喉片，小心宝宝遭殃

文 / 奉华艳 (湖南省儿童医院耳鼻喉科主治医师)

在含服润喉片前，应仔细阅读说明书，了解其适应症、注意事项及禁忌症。有的润喉片含有碘分子，活性大、杀菌力强，对细菌繁殖体、芽孢和真菌有良好的杀菌和抑菌作用，但是对口腔黏膜组织的刺激性很大，不宜长期含服。另外，有碘过敏史或怀孕、哺乳的妇女均不能含服。对碘过敏的人如果含服含有碘分子的润喉片后会发生过敏反应，出现呼吸急促、面色苍白等症状。哺乳的妇女含服含碘的润喉片，碘可经乳汁影响幼儿生长发育。

另外，含碘润喉片不能与含有朱砂的六神丸同服，因朱砂中的二价汞能与碘结合，形成碘化汞类有毒汞盐沉淀，可导致赤痢样的药物性肠炎。如果咽喉部无明显炎症时滥服润喉片，可抑制口腔及咽喉内正常菌群的生长，会扰乱口腔的内在环境，造成菌群失调，使本来不致病的细菌乘虚而入，导致疾病发生。

怎样提高宝宝的社交能力

文 / 叶卫华 (湖南省儿童医院)

如果 7 个月左右的宝宝表现得很怕生，家长不必感到烦心或尴尬。这是非常正常的表现。这个时候，家长一定不要强迫他，应给予他安慰。

对两三年的宝宝来说，以自我为中心完全是种天性，家长要给宝宝树立与人交往的好榜样，让宝宝听见你说“请”和“谢谢”，做错事说对不起。学会懂礼貌是与人交往的第一步。当别人做得好时赞美别人。父母可为你的宝宝报名参加群体游戏或各种亲子班，使他有可能会跟其他小朋友一起玩。很快，宝宝就能学会如何认识和结交朋友了，这也是个提升宝宝社交能力的好办法。

在培养宝宝社交能力的时候，父母要特别关注一些方面，多关注宝宝，让宝宝有安全感。多带宝宝见见朋友，参加亲子班，多和小朋友玩耍，自然而然，宝宝会提升自己的交际能力。

门诊故事之“铺棉灸”

不想吃药，一片棉花帮哺乳期妈妈排毒



满面痛苦，呻吟不止。在湖南中医药大学第一附属医院针灸科见到黄莉（化名）的第一面，针灸科主任章薇就发现她的左腰、腹、臀部及大腿部有大面积融合成片的红斑、水泡，有些水泡已经破溃，看不到一处好皮肤，还散发出臭气，显然是患有严重的皮肤病——带状疱疹。

一番了解后，章薇得知，

黄莉的病情如此严重，与她的是哺乳期妈妈不无关系。由于宝宝还在喝母乳，很多药物不适合哺乳期女性服用，黄莉不敢吃药治疗皮肤病，所以耽误了治疗。

接诊黄莉后，章薇详细地为她讲解了带状疱疹的发病特点，并拿出一片小小的棉花，“建议你采用中医‘绿色疗法’——铺棉灸。”征得黄莉的同意后，章薇拿出一朵

棉花，细细的撕成薄如蝉翼的棉纱盖在患处，点燃棉纱的一头，一眨眼的工夫，棉纱烧尽，而后在患处用银针围刺，再敷上了青黛散。黄莉立马感觉疼痛减轻了不少。

之后，黄莉又做了 5 次治疗，皮肤病症状得到明显缓解，大部分疱疹结痂。连续治疗 1 个疗程后，黄莉的疼痛完全消失，疱疹也全部结痂，皮色逐渐恢复了正常。

专家 | 小小棉花，是皮肤病“克星”

“带状疱疹属于中医学蛇串疮、缠腰火丹、蛇丹等病的范畴，中医认为其红斑、丘疹是热毒聚于肌肤外发而成，疼痛是由热毒留阻经络，导致局部气血瘀滞引起。”章薇告诉今日女报 / 凤网记

者，铺棉灸，是利用优质医用脱脂棉花制成薄棉片，放置于身体表面，以燃煤点燃，使棉花薄片一燃而尽的一种方法。因与传统中医中将艾草放置于身体表面使用燃煤点燃的方法类似，而得名“铺

棉灸”。

章薇介绍，铺棉灸的适应症主要集中在皮肤病方面，多用于治疗带状疱疹、带状疱疹后遗神经痛、神经性皮炎、银屑病等，尤其在治疗带状疱疹方面效果明确。铺棉灸治疗

带状疱疹施灸宜早，局部红肿灼痛，开始出现散在、小片粟粒状丘疹时施灸最佳。它能缓解带状疱疹局部疼痛及后遗神经痛，治疗后具有即刻镇痛效应，并能够维持较长时间。

链接 >>

门诊故事之“闪火针”

让人觉得“享受”的针灸治疗

12 月 22 日，今日女报 / 凤网记者走进湖南中医药大学第一附属医院推拿科刘美荣教授的诊室，看到诊室里治疗床上都躺满了病人，银针扎在病人各自不同的部位上，看着都有些痛，但是病人好像很享受的样

子。此时，刘美荣正在为 50 多岁的患者张先生施针。只见她拿出一支极细的针在酒精棉球上烧红，快速地扎进病人脸部穴位，然后又飞快地将针拔出。刘美荣告诉记者，这就是“闪火针”。

“我几乎每天要为四五十名病人施针，最多时达 80 余人。”刘美荣介绍，大多数患者都有颈肩腰腿痛、中风、小儿抽动症、面瘫、面肌痉挛等症状。除了常规针灸方法外，刘美荣还特别喜欢用闪火针为一些疑难病患者进行治疗。她向记者

举例——曾经有一位中风病人，左侧肢体痉挛甚，在当地医院治疗了 3 个多月，花了四万多元，未见明显效果，经闪火针治疗 20 余次后，患者左侧肢体活动较自如，生活能自理了。

门诊故事之“银针放血”

肩颈腰疼久治不愈，他找中医求“放血”

除了铺棉灸、闪火针，今日女报 / 凤网记者还从湖南中医药大学第一附属医院发现了一种听起来挺吓人的治疗方法——“银针放血”疗法。

54 岁的李先生是一名美籍华人，生活优渥。但最近两年，李先生的腰腿痛已严重影响其生活和工作。李先生告诉记者，为了治病，他花了不少钱，检查、治疗都试过，但疗效甚微。于是，他搜索了很多资料后得知，湖南中医药大学第一附属医院整脊推拿中心有一种“放血疗法”能有效帮他缓解病情。

接诊李先生的是整脊推拿中心叶勇博士。在初步判断李先生的病情后，叶勇当即予以放血疗法治疗，当场在腰臀及腓窝处拔出黑褐色瘀血 4 罐。治疗前，李先生面容憔悴；施治 10 分钟后，他从治疗室里走出来，直言“感觉好多了”。

叶勇告诉记者，所谓“放血疗法”，就是将瘀积在经脉中的废血和杂质通过点刺穴位或痛点的用火罐或气罐拔出体外，活血化痰从而使经脉通畅，达到“通则不痛”的目的。医生会根据患者的具体病情，在

患者身体不同穴位或痛点的浅表静脉进行点刺，这时会有暗红甚至黑红色的血液喷射出来，然后拔上火罐待到血液自然流出并凝固，即治疗完毕。

那么，什么样的病情适合放血疗法呢？叶勇介绍，风、寒、湿、热之邪等造成气滞血瘀所致的顽固性颈肩腰腿痛是“放血疗法”主要适用症，一般一个

星期左右做一次，一次就能见效。不过，操作的医生要特别注意无菌观念，防止局部感染，同时患有血液系统疾病、贫血、严重心脏问题等特殊人群禁用此疗法。

