

趁热打“贴”正当时？网购三伏贴别随意贴



购买三伏贴成为当下不少人的共同选择。

今日女报 / 凤网记者 罗雅洁 实习生 鲁灿

“是时三伏天，天气热如汤。”7月15日，酷热难耐的三伏天正式拉开序幕。三伏天也正是冬病夏治的好时机，不少人会趁着这个时间进行调理养生，而三伏贴就是最典型，也是大众最为熟悉的冬病夏治方法。

但对于一些人来说，炎炎烈日阻挡了他们专程去医院贴三伏贴的脚步，排队挂号也有些麻烦。于是，线上购买三伏贴自行贴敷成为风潮。

那么，网上购买的三伏贴靠不靠谱？普通人能不能自行贴三伏贴呢？

三伏贴线上销量火爆

“三伏贴才是夏季最火的‘时尚单品’！”对于长沙妹子小玲来说，每年的三伏天，就是不容错过的养生好时节，购买三伏贴成了她的必然选择。

7月15日，小玲告诉今日女报/凤网记者，她有严重的过敏性鼻炎，虽不是什么大病，但冬天发作起来“真要命”，往往一天能用掉半卷卷纸。前几年听朋友说三伏贴对治疗鼻炎可能有效，她便抱着试试看的心态去医院贴了三伏贴。

小玲发现，使用三伏贴后的那年冬天，她的鼻炎症状有所改善，“垃圾桶里用来擤鼻涕的纸巾少了好多”。

今年，小玲搬家了，离医院有点远，不再方便去医院贴三伏贴，她便决定在网上购买三伏贴自行贴敷。小玲认为：“我有经验，知道该贴在哪个穴位上，实际效果应该差不多。”

在社交平台上，像小玲一样自行购买三伏贴的人并不少。工作太忙、离医院太远、天热不想排队等都是他们自行购买三伏贴的原因。

7月15日，今日女报/凤网记者在网络搜索发现，三伏贴十分畅销，甚至某大型超市也有三伏贴出售。

某平台的一款三伏贴显示“全网热销30万+”，商品详情页面显示该款产品有第一类医疗器械备案凭证。另一款三伏贴产品则出示了质检报告，检验

了重金属、细菌及真菌菌落总数。

在另一家网购平台的中医保健排行榜上，排行第三的三伏贴又叫“减肥贴”“懒人贴”，宣称可以“祛湿、排毒、减肥、瘦肚子、燃脂”，产品成分包括艾草、生姜、白术、陈皮等多味药材。值得注意的是，该产品的医疗器械类别显示“非器械”，也没有显示生产许可证或备案凭证编号。

非医疗机构无资质开展三伏贴服务

网上购买的三伏贴安全可靠吗？

“早在2013年，国家中医药管理局就发过文件，规定了三伏贴的应用范围和服务机构的基本要求。”7月15日，湖南中医药大学第二附属医院（湖南省中医院）治未病中心主任、主任医师熊暑霖告诉今日女报/凤网记者，三伏贴主要用于反复发作的慢性呼吸系统疾病，也可以用于以反复发作、冬季加重为临床特点，中医辨证为寒症的其他疾病。“开展三伏贴服务机构的基本要求是具有卫生行政部门、中医药管理部门核准登记的中医科、中西医结合科或民族医学科诊疗科目的医疗机构，并已开展了相应的中医药和民族医药服务工作，而非医疗机构不得开展。”

针对一些消费者在网上购买三伏贴的行为，熊暑霖提醒：“大

家要注意它的来源、资质，如果取得了相应的生产批号，我觉得是可以购买的。如果是美容院、养生保健机构等非医疗机构推出的三伏贴，肯定不能买。因为它们没有资质开展三伏贴服务，从政策来讲，这不合规。从效果来讲，非医疗机构调配的三伏贴，也不能保证疗效。”

三伏贴不能随意贴

今日女报/凤网记者发现，线上售卖三伏贴，大多会附上一张“穴位图”，由消费者自行“按图贴敷”，有消费者评论称“哪里不适贴哪里”。甚至有商家出售空白贴，需要消费者自行调配药物进行贴敷。

我们能不能自行制作、贴敷三伏贴呢？

熊暑霖表示：“三伏贴并不是只有起伏当天可以贴，在三伏天期间都可以贴，但三伏贴也不是所有人都合适贴，更不能随意贴敷，使用三伏贴有很多注意事项。”

“在贴三伏贴之前，医生都会对患者病情进行严格辨证。”熊暑霖告诉今日女报/凤网记者，三伏贴一般适用于患有呼吸道疾病、妇科疾病、各类痛症、各种慢性病或是亚健康状态的患者。对于儿童而言，则主治体虚感冒、哮喘、支气管炎、肺炎、过敏性咳嗽、其他原因导致的慢性咳嗽、过敏性鼻炎、鼻窦炎、咽喉炎、扁桃体炎、扁桃体肥大、遗尿症等。

“使用三伏贴，首要前提一定是有寒症，如果表现为热症，比如有口腔溃疡、咽喉疼痛、发烧等症状，那么不建议用三伏贴进行保健。”熊暑霖提醒，孕妇不能贴，严重皮肤过敏，出血性疾病、严重心肝肾功能障碍、结核病、严重的糖尿病、艾滋病及其他传染病的患者也不能贴。

在熊暑霖印象中，有一部分年轻人在了解穴位后购买三伏贴自行贴，其中一些人在实际使用中存在误区，比如把三伏贴当成普通的膏药，觉得自己身体不好，就买很多三伏贴，“哪里痛就贴哪里，其实这是一种不规范的贴法”。

“贴的时候要确定好穴位。”熊暑霖告诉今日女报/凤网记者，三伏贴在临床上以贴13个穴位为主，不能自行扩大穴位范围，不同的穴位有不同的作用，不同的疾病要贴不同的穴位，不能随意贴。

熊暑霖提醒，三伏贴使用的一些药物，对皮肤具有一定刺激，所以贴敷时间最好控制在2小时左右。如果皮肤比较敏感，在贴三伏贴后出现明显的发热、瘙痒、灼痛等症状，即使没到2小时，也要及时取掉。而且，在贴敷之前，要对自己的皮肤状态有清晰的了解。因为贴三伏贴后，有些人的皮肤可能会出现色素沉着，随着时间推移才会慢慢消失。因此，对皮肤状态要求较高的爱美人士，在选择贴

三伏贴之前要三思而行。

使用三伏贴后如果出现轻微过敏反应，熊暑霖建议可以涂抹复方醋酸地塞米松乳膏等抗过敏的药膏；如果局部起小水泡，可以用消毒后的针头挑破，然后用碘伏消毒，“不要抓破，不然容易感染”；如果出现大面积水泡、红斑等严重过敏反应，要及时前往医院接受正规处理。

“贴敷时，应该减少活动，尽量不出汗或者少出汗，以免药膏脱落；也不能处在低温的空调环境里或对着风扇吹，不然会影响药物的吸收。”熊暑霖强调，贴敷之后不能马上洗澡，三天内不适合去游泳。

冬病夏治 还有这些方法

除了三伏贴外，关于冬病夏治还有没有其他方法？熊暑霖给出了以下建议：

1. 泡脚。泡脚并不是只有冬天可以泡，夏季也可以用一些温热的药物泡脚。
2. 艾灸。可以采取盘龙灸、通体循环灸等方式进行养生保健。
3. 食疗。服用一些健脾祛湿的药物或药膳。比如说山药、茯苓、百合、莲子、芡实。在日常饮食方面，可以选择多吃丝瓜、冬瓜、苦瓜这类瓜果，既能清心火又能健脾祛湿。

资讯

结婚六年未孕，竟是盆腔结核作怪

今日女报/凤网讯（通讯员 杨嘉敏 杨正强）33岁的女子张月（化名）已结婚6年多，在未采取任何避孕措施的情况下，一直没能怀上孩子。夫妻俩也尝试过不少备孕方法，但都未能如愿。这是怎么回事呢？

今年6月，张月和丈夫在家人的劝说下，决定尝试“试管婴儿”受孕。张月在医院完善术前检查时，被高度怀疑为结

核病。近日，张月在丈夫陪同下，转诊到湖南省结核病防治所。

据了解，张月曾于2004年切除了部分右侧卵巢良性包块，2018年结婚后曾3次人工授精，但均流产，今年自然怀孕后发现胎停。在医院完善相关检查后，张月最终诊断患有继发性肺结核、盆腔结核，其丈夫被诊断为结核潜伏感染。

在医护人员不断安慰和给

予信心后，张月夫妻俩低落的情绪得到缓解，目前正积极配合抗结核治疗。

多数盆腔结核早期症状不明显，易被忽视，是引起不孕症的常见原因之一。“盆腔结核又称结核性盆腔炎，是指结核分枝杆菌感染女性盆腔内的生殖器官，包括输卵管、卵巢、子宫等引发的疾病。”该所内二科主任李芳白介绍，结核

性盆腔炎多见于20~40岁的妇女，也可见于绝经后的老年女性。女性肺结核患者中，约有10%会感染盆腔，从而导致结核性盆腔炎，肠结核和腹膜结核则可通过直接蔓延扩散至盆腔。女性如果出现腹痛、腹胀、白带增多、月经异常、盆腔包块、不明原因不孕、低热、盗汗、食欲不振、乏力等症状时，应高度警惕生殖系统结核，及时

到医院就诊。

“结核性盆腔炎并不可怕，明确诊断后可采取抗结核药物积极治疗，结核性盆腔炎药物选择、用法、疗程均有明确的规范，这些治疗方案对超过90%的患者均有效。”李芳白提醒，对于有生育要求的结核性盆腔炎患者，治疗后自然妊娠率较低，可采取辅助生殖技术助孕。