

助“阳康”者 尽早恢复元气

市妇儿医院推出新冠感染 中医康复门诊

两天前,何女士来到宁波市妇儿医院中医门诊复诊,还带来了她的朋友。何女士初次就诊是因为新冠感染阳性转阴后出现了诸多不适症状:乏力怕冷,胃口也比以前差很多,尤其是入睡特别困难,即使睡着了也很容易醒……让她欣慰的是,得知妇儿医院开出新冠感染中医康复门诊第二天,她就及时来到医院就诊,吃了中药,用了中药泡脚包,乏力、怕冷等症状都比之前有所改善,胃口也好了很多,尤其是睡眠质量明显改善,入睡也没那么难了。



医生正为患者进行穴位贴敷。

接诊医生告知,阳性转阴后身体处于刚康复阶段,自身元气虚损,正气尚未恢复,就是中医所说的“差后劳复”。这时候要好好休养,清淡饮食,再配合中医中药的治疗,帮助恢复元气。

何女士说,这次把朋友也带来了,她新冠发热后咳嗽咳痰快半个月了,睡眠也不好……医生根据其症状,结合舌象脉象开了止咳化痰、益气健脾的中药以及医院自制的止咳贴,内外结合,多途径治疗。

据介绍,目前临床上有部分新冠感染患者核酸检测转阴后,仍有不同程度的恢复期症状,如咳嗽咳痰、咽痛、低热不退、乏力、食欲减退、腹泻、焦虑、失眠等,给学习、工作和生活带来了困扰。为更好地服务广大市民朋友,做好新冠

儿恢复期的治疗工作,市妇儿医院中医科开设了“新冠感染中医康复门诊”。根据患者临床表现,通过望闻问切,四诊合参,进行个体化的辨证论治,注重“一人一方”的精准化治疗,突出症状的针对性治疗及机体整体状态的调整,促进新冠病毒感染后患者的体能康复,从而恢复身体的阴阳平衡。

根据新冠患者恢复期症状特点,中医康复门诊结合中医体质辨识,除中药煎服外,还配合具有“简、便、廉、验”特点的中医外治疗法,如穴位贴敷、针灸、推拿(包括小儿推拿)、耳穴压豆、中药足浴、中药熏蒸、中药热奄包、艾灸等。同时结合中医食疗指导,合理的饮食调养,助力患者康复。

中药治疗

中药汤剂或代茶饮

疾病初愈,正气未复、余邪未尽、气血阴阳脏腑失和,此时口服中药调理可起到扶正祛邪、调整阴阳、调理脏腑、调和气血等作用,以促进机体恢复。

中医非药物治疗

穴位贴敷

穴位贴敷是将不同药物贴敷于特定穴位,通过经皮给药系统,使药物由皮肤吸收发挥疗效。通过辨证,部分“阳康”患者可配合止咳贴、厌食贴、止泻贴、安神贴等改善相关症状。

针灸、推拿

有些患者“阳康”后仍有腰酸背痛等不适,可配合针灸、推拿等以疏通经络,使气血运行通畅,改善症状。对于小儿,推拿更是非常值得推荐的治疗保健方法。

耳穴压豆、中药足浴、中药熏蒸等

此外,耳穴压豆、中药足浴、中药熏蒸等都是临床上非常有效的外治方法。例如耳穴压豆、中药足浴可改善失眠,中药足浴、中药熏蒸等可改善患者畏寒怕冷等。

中医食疗指导方案

中医有“食复”说法,即疾病愈后因饮食失节而致复发,因此合理的饮食调养是病后调理的重要部分。所谓食药同源,正确的辨证施食,不仅能够避免食复,而且能够助力患者康复。

记者 程鑫 通讯员 马蝶翼 文/摄

成由勤俭败由奢
倡导光盘净餐桌

