

一年一度特色疗法受市民欢迎

申城“冬病夏治”门诊开放预约



昨天恰逢“文化和自然遗产日”，曙光医院石氏伤科疗法、徐氏儿科疗法、杨氏针灸、丁氏内科疗法、海派膏方文化等国家级、上海市级非遗代表性项目20余位非遗传承人齐聚上海市群艺馆，以“冬病夏治时令养生”为主题，带来多项体验活动

本报记者
徐程 摄

本报讯（记者 郗阳）一年一度的“冬病夏治”时间又到了，岳阳医院、曙光医院、龙华医院、市中医医院等申城中医院、中西医结合医院陆续开放“冬病夏治”门诊预约。

疾病应时而生，治疗顺时而行。“冬病夏治”是祖国传统中医药的特色疗法之一，它是根据《素问·四气调神论》中“春夏养阳，秋冬养阴”的原则，对好发于冬季或在冬季症状易加重的疾病，选择在炎热的夏季，通过中药内服，穴位贴敷、针灸、拔罐等手段治疗。

“借助夏季阳气旺盛之力，加上对穴位刺激及药物治疗，起到疏通经络、健脾益肺、温阳补肾的作用，增强患者的免疫功能，提高人体抵抗力，扶正固本，从而减少‘冬病’的发生或者减轻‘冬病’的病情，预防、治疗冬季易发的疾病。”曙光医院党委副书记郝微微解

释说。

穴位贴敷是“冬病夏治”中的重要治疗手段，与现代医学经皮给药理论不谋而合。岳阳医院“治疗颈肩腰腿痛服帖门诊”将于6月20日正式开放预约，7月11日入伏时开始治疗。连日来陆续有病人前来咨询，康复医学科副主任医师张国辉介绍，很多人的颈肩腰腿痛和冷刺激是相关的，所以选择三伏天，利用夏季人体阳气最旺盛的时候，用一些活血、辛温、走窜的中药，结合离子导入，调节局部微循环，来改善患者局部疼痛等症状。

龙华医院表示，今年该院“冬病夏治”特色门诊仍然采用全预约就诊的模式，其中“夏季膏方”适宜阳康患者调理，亚健康、慢性疲劳等调理，以及去年冬天服用冬令膏方的患者“进补接力”。

本市打造药材全流程追溯云平台 中药扫一扫 信息全知道

本报讯（记者 左妍）中药材的种植采收及加工利用直接决定中药质量和疗效，如何让群众放心用中药？日前，上海市卫健委党委主题教育大兴调查研究第七组赴上海市药材有限公司调研。记者获悉，本市在医疗机构原有中药饮片代煎配送便民服务的基础上，加快推进数字化转型，打造上海中药云平台，在中药材种植、采收、加工、流通、应用环节实施分头管理，市民可全流程追溯药材信息。

本市2022年已由多部门联合开展试点临床应用，近期相关部门在11种溯源饮片的基础上进一步扩大试点单位和品种范围，23种溯源饮片将在35家试点医疗机构开展临床应用，基本覆盖本市区级以上中医医院和部分有中医药服务特色的三级西医院。目前中药服务安心达项目已对接医疗机构近400家、对接中药饮片企业30余家，累计上链处方数据量370万+、累计上链代煎数据量3000万+、累计上链溯源数据量30万。

值得一提的是，本市开展了基

于区块链技术的中药饮片代煎配送信息化服务场景建设，市民可以通过“随申办”等服务端口，查询本人委托的中药饮片代煎配送服务关键环节的过程信息和物流信息，实现服务信息的可查询、可追溯。中药云平台建设饮片质量追溯功能，通过采集中药材种植、流通、饮片炮制生产、中药代煎等上中下游环节不同单位溯源数据，建立来源可查、去向可追、责任可究的中药饮片质量追溯体系。中药安心达项目，推动了中药饮片代煎配送和溯源管理的模式创新，也为行业体系规范的形成积累了管理经验。

市卫健委还制订了一套提升基层中医专科服务建设的“组合拳”，启动60个社区特色专科项目建设，计划3年内完成200个，形成覆盖全市社区卫生服务中心的中医专科专病网络。本市也首次针对区级医疗机构，量身打造中医特色专科和中医急症能力提升项目，计划以2年左右时间，分批打造区域中医临床诊疗、研究高地和中医药服务品牌。

饭前便后要洗手 生冷食物勿贪吃 夏天小心得细菌性痢疾

本报讯（记者 郗阳）随着气温升高，很多大小朋友开始贪吃生冷食物，或在外不洗手就饮食。记者从沪上多家医院了解到，近期因发热、腹痛、腹泻、排黏液脓血便等症状来就医的患者增多，不少患者是感染了细菌性痢疾。

上海市东方医院感染科主任屈莉红介绍，细菌性痢疾常年散发，多见于夏秋，是由志贺菌感染引起的肠道传染病，患者可因食用被志贺菌污染的食物或水，与细菌性痢疾患者、带菌者或其生活用品密切接触等途径被感染。

那该如何区分细菌性痢疾和普通腹泻呢？屈莉红解释，细菌性痢疾的典型症状为畏寒、高热，伴有头痛、乏力、食欲减退，并出现腹痛、腹泻，一般可在一两天内由稀水样便转成黏液脓血样便，每日十余次至

数十次排便；而普通腹泻多表现为排便次数增多，或引起肛门不适。

从症状可以看出，细菌性痢疾自愈性差，不同于普通腹泻多数能自行缓解或口服止泻药和补液后缓解，细菌性痢疾治疗需消化道隔离、降温止痛、饮食调整、补液治疗等。

“人群普遍易感，其中学龄前儿童和青壮年人群尤为易感。”屈莉红提醒，细菌性痢疾的诱发因素包括受凉、过度劳累、精神紧张、进食生冷食物、暴饮暴食等。目前尚无有效的志贺菌疫苗，预防措施以切断传播途径为主——饭前便后、加工制作食品前要洗手，注意防蝇灭蚊，在外就餐尽量不吃生冷、半生食物，少吃或不吃剩饭剩菜，水果食用前一定要洗净。尤其遇到路边摊可不能一边念叨“不干不净吃了没病”一边“哇哇狂炫”，警惕病从口入。



适老化卫浴设施 助力居家养老

可以升降的马桶坐圈，帮助老人平稳起立；能够开门的浴缸，方便老人进出不用翻跨……在昨天闭幕的国际厨卫展上，一系列适老化卫浴产品凸显“为老定制”特色。厕所和浴室对居家养老来说尤为重要，据中国疾病监测系统数据，跌倒已成为我国65岁以上老年人受伤的首位原因。适老化卫浴产品通过对坐便区、淋浴区和洗手台等常见卫浴设计做防滑处理和智能化改造，让居家养老更加安全。

1. 可以开门的浴缸，方便老人进出
2. 带有扶手的盥洗台盆
3. 可以升降的马桶坐圈，帮助久坐的老人平稳起立

本报记者 孙中钦 摄影报道

230趟高铁和普速旅客列车作为试点

12306 试行卧铺票在线选铺

本报讯（记者 金志刚）6月10日起，国铁集团在12306网站（含手机客户端）试行在线选铺服务，选择通达全国各区域的230趟高铁和普速旅客列车作为试点，对普速列车软卧、硬卧和动车组软卧、一等卧、二等卧等铺别提供在线自主选铺服务，同时继续对60岁以上老人等重点旅客优先分配下铺。此前，旅客在铁路车站售票窗

口、代售点等线下渠道购买卧铺车票可选择铺别，在12306网站购买卧铺车票只能由系统自动分配铺位。在线选铺服务推出后，旅客在12306网站购买试点车次卧铺车票，可在线自主选择试点普速列车硬卧的上、中、下铺和软卧的上、下铺，动车组软卧的上、下铺，一等卧的上、下铺，二等卧的上、中、下铺等铺别，系统将自动为旅客分配符

合要求的铺位，同时继续实行对60岁以上老人等重点旅客优先分配下铺。如剩余铺位无法满足选铺需求，系统将随机分配铺位，旅客可根据自身情况选择接受或取消。

在线选铺服务上线后，将进一步提升旅客购票体验，更好地满足旅客出行需求。有关在线选铺服务试点车次详细信息，旅客可通过铁路12306网站查询。