

冬病夏治,7月16日开贴“三伏贴”

本报讯(牡丹晚报全媒体记者 李艳粉)7月5日,牡丹晚报全媒体记者从市中医医院获悉,今年7月16日是入伏的第一天,市民可根据需求到医院贴敷“三伏贴”,达到冬病夏治的效果。

据介绍,“三伏贴”也叫“三伏灸”,是天灸疗法中的一种,因其选在每年的三伏天进行治疗,所以称为“三伏贴”。三伏天出现

小暑与大暑之间,是一年中气温最高且又潮湿、闷热的日子。选择在三伏天贴敷“三伏贴”,是根据中医“冬病夏治”的理论,对支气管哮喘、慢性支气管炎、反复感冒、过敏性鼻炎、慢性咽炎;风湿与类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、网球肘炎;慢性胃肠炎、慢性腹泻、脾胃虚寒性疼痛、消化不良;虚寒头痛、颈肩腰腿痛、胸腹痛等虚寒性疾病;痛经、产后

头痛、坐月伤风等;小儿反复感冒、腹泻、厌食、消瘦、遗尿;由免疫力低下和内分泌失调所致的各种虚寒性疾病等。

另外,“三伏贴”虽然适应很多病症,但它也有一些注意事项,即贴敷对象为2岁以上儿童及成人;贴敷期间,忌酒、生冷、油腻、海鲜、辛辣刺激性食品(俗称发物食品);贴敷时间视个人体质皮肤特质而定,一

般情况下,成人4—6小时,儿童2—4小时;贴敷后局部皮肤微红或有色素沉着、轻度搔痒均为正常反应,无须处理,不影响疗效;贴敷后如皮肤局部出现刺痒难忍、灼热、疼痛感觉时,应立即取下药膏,禁止抓挠,不宜擅自涂抹药物,一般可自行痊愈;若皮肤出现红肿、水泡等严重反应,需及时到市中医医院就诊。

今年“三伏贴”贴敷时间为:初伏:7月16—25日,中伏:7月26日—8月4日,中伏加强:8月5—14日,末伏:8月15—24日。

预防疾病 健康同行

菏泽市疾病预防控制中心
传染病防控咨询电话:5315138、5316667 艾滋病咨询电话:5380196

健康山东行动知行大赛医疗机构专场决赛落下帷幕 菏泽市立医院战队荣获三等奖



本报讯(牡丹晚报全媒体记者 张红梅)近日,健康山东行动知行大赛医疗卫生机构专场省级决赛在德州市圆满落下帷幕。菏泽市由马宁领队,杨明、郭青、岳艳丽、王静医护组合的市立医院战队一路过关斩将,凭借扎实的知识储备和灵活的应变能力,在全省48支参赛队伍中脱颖而出,获得团

体三等奖。

本次大赛由山东省爱国卫生运动委员会(健康中国行动山东推进委员会)发起,山东省卫生健康委员会主办,比赛分为线上理论初赛、线下原创科普节目现场表演复赛、线下决赛三个环节。大赛开赛以来,全省共计48个战队、220名医护人员参加在线选拔赛。赛程

历时两个多月,经过院内海选,两轮线上小程序答题的初赛,菏泽市立医院战队以理论第四名的优异成绩成功进入24强,去德州参加复赛。在6月22日的复赛中,菏泽市立医院战队领队马宁通过扎实的演讲功底,从科学性、实用性出发,用通俗易懂的语言以脱口秀的表演方式向大家展示了健康科普的重要性,带领战队成功进入12强。6月23日的决赛分为常识必答(快人快语)、案例分析(根据视频、案例答题)、急救轮答(抢答题)、险中求胜(风险陷阱题)四个环节,经过激烈角逐,菏泽市立医院战队荣获三等奖。

本次大赛自4月份启动后,菏泽市爱卫办高度重视,积极组织医疗机构参赛,并以比赛为抓手,以赛促学,提升医务人员向群众普及健康科普知识,推广文明健康生活方式的能力,进一步提升全市爱国卫生工作水平。

菏泽市牡丹人民医院: 同心庆“七一”,喜迎“二十大”



本报讯(通讯员 陈国栋)为庆祝中国共产党成立101周年,迎接党的二十大胜利召开,6月30日至7月1日,菏泽市牡丹人民医院组织开展“同心庆‘七一’,喜迎‘二十大’”主题系列活动。

6月30日,菏泽市牡丹人民医院专职党委副书记安胜、离退休党支部书记张冬菊与党办工作人员以关怀慰问的方式,上门为老党员颁发“光荣在党50年”纪念章,并送上“七一”的节日祝福。安胜表示,医院离退休干

部、老党员是医院建设与发展的亲历者和见证人,是医院的宝贵财富,为年轻一代树立了榜样。院党委对他们为医院事业所作出的贡献表示充分肯定和感谢,同时希望他们在保重身体的前提下,继续为医院发展发挥余热、建言献策。

7月1日,菏泽市牡丹人民医院举行新党员入党集中宣誓仪式。活动中,安胜为新党员发放党章、佩戴党徽,并带领全体新党员集中宣誓。

讲文明 树新风 | 菏泽市原创公益广告

|富强 民主 文明 和谐|自由 平等 公正 法治|爱国 敬业 诚信 友善|

友好城市“童”参与 文明菏泽共美好

中共菏泽市委宣传部