

健康养生、冬令滋补有“膏”方

长沙市中医医院(市八医院)举办“第七届中药膏方节”，15种膏方任您选



星沙时报记者 林畅 通讯员 栗青梅 谭乐

俗话说，立冬进补，来年打虎。每年的立冬节气，到次年立春期间，是进补膏方的最佳时期。11月7日，长沙市中医医院(长沙市第八医院)“第七届中药膏方节”在其星沙本部举行，开方可享受免膏方挂号费、免膏方品尝膏方、免费健康咨询、赠送精美礼品、免费体验中医体质辨识或理疗等系列活动。

膏方有哪些作用?哪些人适用呢?记者就此采访了长沙市中医医院(长沙市第八医院)中医专家。

体质虚弱服用扶正膏

今年3岁多的辉辉已经是膏方节的常客了。因为体质虚弱，辉辉1岁多开始服用儿童扶正膏，一年一个疗程，让他远离感冒。

“他是试管婴儿，出生后体质不好，因为家中对中医有一点了解，听闻有膏方节活动，每年都会过来，今年是第三年了。”辉辉父亲胡先生说，自儿子出生以来，除了曾因手足口病打过点滴，感冒基本都可以自愈，现在体质也越来越好。

像辉辉这样增强人体的免疫功能，是膏方的功效之一。长沙市中医医院(长沙市第八医院)儿科副主任医师易平介绍，膏方的作用是增强人体的免疫功能，提高机体适应性，改善内分泌紊乱，改善造血系统和骨骼系统的作用，增强心脑血管功能，治疗虚证、衰老。

易平表示，凡气血不足、五脏亏损、体质虚弱或因外科手术、产后以及大病、重病、慢性消

耗性疾病恢复期出现各种虚弱症状，均可冬令进补膏方，能有效促使虚弱者恢复健康，增强体质，改善生活质量。“易反复感冒、免疫力低下的患者，在冬令服用扶正膏滋药，正是依据中医五脏“冬藏”的理论，让人体通过药物的调整，更好的恢复体质，让来年不病或少病。”

此外，老年人气衰血弱，精力不足，脏腑功能低下者;中年人由于机体各脏器功能随着年龄增加而逐渐下降，出现头晕目眩、腰疼腿软、神疲乏力、心悸失眠、记忆减退等;年轻人在节奏快、压力大的环境中工作，因精力透支，出现头晕腰酸、疲倦乏力、头发早白等亚健康状态;儿童反复久咳不愈、厌食、贫血等人群均适用。

一人一方才能对症下药

那是不是所有人都可以适用?答案是肯定的。

医院治未病中心李文龙博士表示，伤食后，出现胃中饱满，呕恶酸腐，此时需消除积滞，暂

不能服用膏方，要先用开路方开始调理脾胃。体质健壮的青少年，急性疾病和感染者、慢性疾病发作期和活动期患者，胃痛、腹痛、胆囊炎、胆石症发作期，慢性肝炎转氨酶升高者，自身免疫球蛋白和抗体很高者等急性期患者，不宜服用膏方。

特别需要注意的是“一人一方”。今年75岁的杨爹患有咽喉炎，其老伴患有“老慢支”。最开始，杨爹服用了医生开出的慢性咽炎调理膏。他了解到“老慢支”病人也可服用膏方，为了图省事，就叫老伴和他一起合用，一个月后，他的效果不错，但老伴的情况并没有好转。第二年，杨爹带老伴一起来医院，根据老伴的“老慢支”表现，医生开出了补肺膏。3年来，俩人的症状缓解了不少，也坚持每年服用。

李文龙提醒，开膏方要辨体质。在中医药理论中，强调“虚则补之”，虚症分为阴虚、阳虚、气虚和血虚等，同时也要进行脏腑辨证，不能乱补，只有一人一方，才

能对症下药。膏方进补不能“唯价是从”，膏方并非越贵越好，而是讲究调理和治疗相结合。

膏方的正确服用方法是早晨空腹服用，一周后改为1天服两次，早晨与晚上睡前1小时空腹服用，但婴儿禁用;服药期间忌食生冷、油腻、辛辣等不易消化及有较强刺激性的食物。在服膏药时不宜饮浓茶;服含有参的膏方要忌食萝卜，同时不能与牛奶同服。在服用期间发生感冒、发热、咳嗽多痰、胃肠炎或呕吐、腹泻、厌食时，应暂停服用。

相关链接

15种膏方任你选

- 1.温阳培补膏 2.滋阴润燥膏 3.参芪扶正膏 4.养颜调经膏 5.三仙滋补膏 6.儿童健脾开胃膏 7.益智安神膏 8.补肾膏 9.补肺膏 10.糖尿病调理膏 11.考前调理膏 12.脑梗塞膏 13.培元固卫膏 14.儿童扶正膏 15.慢性咽炎调理膏

长沙市中医医院(长沙市第八医院)“第七届中药膏方节”在星沙本部举行，开方可享受免膏方挂号费、免膏方品尝膏方、免费健康咨询等。

林畅 摄

蒲地蓝非处方药 孕妇、儿童慎用

星沙时报记者(记者 林畅 通讯员 栗青梅)日前，国家药监局正式要求蒲地蓝消炎制剂(片剂、胶囊剂、口服液)修改说明书，注明不良反应、禁忌、注意事项增加说明，特别是标注“孕妇及过敏体质者慎用”。原本被大家认为孕妇可用的中成药变成“慎用”，这是为什么呢?长沙市中医医院(长沙市第八医院)药剂科副主任、副主任药师谭文为你解答。

蒲地蓝是一种消炎口服药，清热解毒，抗炎消肿，用于疖肿、腮腺炎、咽炎、扁桃体炎等。“据蒲地蓝消炎药说明书，其主要由蒲公英、苦地丁、板蓝根、黄芩组成。按中医说法，不少药都具有清热作用。”谭文解释，蒲地蓝在病毒性传染病如手足口病、流感等方面有很好的效果，但是也有严格

的适应症，并不是说什么病都可以吃。

谭文表示，国家药监局要求其修改说明书，使说明书更加规范明确。任何一种药物使用后都会发现不良反应的情况，从国家药监局药品不良反应中心收到的主要是胃肠道反应，呕吐、腹泻、腹痛，这是一种比较常见的不良反应，市民无须恐慌。从孕妇角度，所有的药都应该慎用，蒲地蓝注明也可理解。

“修改药品说明书很正常，不良反应全面标注出来，说明该药品临床应用已逐步成熟。”谭文建议，市民如果对自身情况不了解，没有医药常识，尤其是儿童，须在专业医生或药师指导下使用;一些过敏性体质的市民，在服用蒲地蓝时，如发现身体有不适，要立即停用。

莫乱牵小孩手 小心“牵拉肘”

星沙时报记者(记者 林畅)父母抱着孩子走路，遇到台阶时突然提起孩子的手就脱位了;孩子摔倒在地，抓起孩子的手一把拉起或是给小孩穿个衣服，一不小心又脱位了。这是为什么?长沙市中医医院(长沙市第八医院)南院骨科副主任医师刘政治提醒，莫乱牵小孩手，小心“牵拉肘”。

这种手臂突然受到牵拉导致脱位的情况，通俗称为“牵拉肘”。牵拉肘学名叫桡骨半脱位，是婴幼儿时期较常见的意外伤害。5岁以内小儿，前臂如被牵拉极易造成脱位。牵拉肘症状主要表现为：患儿哭闹，拒绝使用患肢，肘部呈伸展位，而前臂呈旋前状(手掌向下)。病儿不敢上举、旋转患肢。当被动活动肘关节时，因剧裂疼痛而哭闹。

刘政治介绍，临床上，5岁以下的孩子出现这种情况很多见，尤其是2岁-3岁的孩子正处于学走路的阶段，家长牵拉孩子的机会较多，尤其是小孩没有防备情况下突然牵手，发生率也较高。

刘政治提醒，如果幼儿出现“牵拉肘”现象，应该立刻去医院骨科或骨科门诊，由专科医生检查和进行手法复位。

长沙县 2018 年度美丽乡村建设项目专项资金(第一批)安排公示

根据《关于下达长沙县 2018 年度美丽乡村建设项目计划的通知》(长县发改[2018]141 号)文件要求，按照各相关村项目建设验收情况，经县政府审定同意，安排各相关村 2018 年度美丽乡村建设项目专项资金(第一批)共计 1292 万元。现予以公示，如有异议，请在 7 日内书面反馈意见。

县财政监督局:84011710
县示范区管委会美丽乡村办:84019045

长沙县 2018 年美丽乡村项目建设专项资金安排表(第一批)

单位:万元

序号	所在镇	实施单位	项目名称	安排资金	备注	序号	所在镇	实施单位	项目名称	安排资金	备注
1	春华镇	春华山村	垅港组拆园还绿工程(二期)	48	按工程进度拨付 80%资金	23		浔龙河村	美丽宜居示范片组级活动中心项目	12	
2		春华山村	垅港组美丽宜居示范片人居环境整治	12		24		金江新村	标准厂房建设项目	28	
3	路口镇	上杉市村	上杉市村栲栳组美丽宜居示范片建设	40		25		金江新村	车田坪美丽宜居示范片	32	
4		上杉市村	上杉市村栲栳组(景观园林周边)道路提质改造	20		26	黄兴镇	沿江山村	党建文化广场	32	
5	安沙镇	油铺村	余家坡美丽宜居示范片建设	32		27		沿江山村	美丽宜居示范片建设	28	
6		油铺村	品塘湾组美丽宜居示范片建设	28		28		鹿芝岭村	鹿芝岭高速入口提质改造	36	
7		宋家桥村	凤凰山庄至高桥头道路两厢绿化项目	24		29		鹿芝岭村	杨梅湖南路提质改造工程	24	
8		宋家桥村	罗公屋组美丽宜居示范片建设	36		30	江背镇	金州村	浏阳风光带景区游步道 A 段	20	
9	福临镇	影珠山村	影珠山村民宿基地游客接待平台	60		31		金州村	浏阳风光带景区游步道 B 段	40	
10		金牛村	竹林里组美丽宜居示范片	36		32		五福村	庙前广场提质改造	12	
11		金牛村	金牛村特色产业发展项目	24		33		五福村	金银坝景区区道路提质改造	24	
12	开慧镇	白沙村	老年人球场提质改造	16		34		五福村	金银坝景区附属工程建设	24	
13		白沙村	孟家湾组美丽宜居示范片建设	20		35		阳雀新村	美丽宜居示范片建设(新桥组)	24	
14		白沙村	泗洲坪组美丽宜居示范片建设	24		36		阳雀新村	水上乐园基础设施建设(三字墙组)	36	
15		锡福村	大明湖片区慧润民宿配套项目	60		37	金井镇	湘丰村	特色产业道路提质项目	32	
16		开慧村	开慧村景区亮化工程	60		38		金龙村	金龙村集中居住区二期管网建设	32	
17	高桥镇	范林村	范林村美丽乡村示范片入口门楼建设	16	按工程进度拨付 80%资金	39		金龙村	金龙村集中居住区二期建设土地整理、绿化、护坡建设	28	
18		范林村	美丽乡村示范片文化长廊工程	16		40	青山铺镇	天华村	天华山景区荷花基地游步道及观景平台	44	按工程进度拨付 80%资金
19		范林村	美丽乡村示范片土方工程	28		41		天华村	天华山景区精品蔬菜农耕地体验基地	16	
20	果园镇	新明村	肖西公园建设	60		42		青山铺社区	下大屋、上大屋、铁路组组道路白改黑工程	32	
21		浔龙河村	美丽宜居示范片庭院项目	16		43		青山铺社区	下大屋、上大屋、铁路组组美丽宜居示范片建设	28	
22		浔龙河村	美丽宜居示范片组级公路绿化项目	32		合计:				1292	

2018 年度民办养老机构建设补贴资金拨付的公示

各民办养老机构:
为进一步推动长沙县养老机构发展,根据长沙市人民政府《关于加快发展养老服务业的实施意见》(长政发[2015]1 号)文件要求和 2018 年年初项目预算安排,经民政局、财政局研究,决定下拨民办养老机构建设补贴 384 万元。此次下拨的资金主要用于养老机构建设,请各机构切实加强该笔资金的监管和使用,确保专款专用。

监督联系方式:长沙县财政监督检查局 电话:84011710

长沙县民政局 电话:84012392

长沙县民政局
2018 年 11 月 9 日

2018 年度民办养老机构建设补贴资金拨付表

单位:万元

序号	机构名称	建设补贴	床位数(张)	备注
1	长沙县青松老年公寓	360	1200	新建,第二批建设补贴
2	长沙县康怡老年公寓	24	160	改建,第一批建设补贴
合计		384		

长沙县 2018 年度市级农业综合开发项目资金安排公示

根据市农业综合开发项目及资金安排,并经县政府同意,现将长沙县市级农业综合开发项目资金情况进行公示。公示期 7 天,欢迎社会各界监督,监督电话:0731-84011036。

长沙县农业综合开发办公室
2018 年 11 月 09 日

长沙县 2018 年度市级农业综合开发项目资金安排表

单位:万元

序号	项目单位名称	项目名称	财政资金
1	长沙县宇田蔬菜专业合作社	长沙县长沙县宇田蔬菜 230 亩种植基地改建项目	120
3	长沙华泽现代农业科技有限公司	长沙县长沙县 400 亩水果种植基地改建项目	100
4	长沙县金井茶厂	长沙县长沙县 400t 茶叶加工改建项目	100
2	长沙县崇农农业科技有限公司	长沙县长沙县 300 亩种植基地改建项目	96
5	湖南天大生物科技股份有限公司	长沙县长沙县天大生物 155 亩红豆杉基地改建项目	50
6	长沙县多多食品厂	长沙县长沙县 400 吨豆制品加工生产线改建项目	50