

# 出水痘后大吃大喝 差点毁了壮小伙儿

## 医生嘱咐患者清淡饮食,可不是说着玩儿的

□记者 柴婧 通讯员 刘晓霏



看中医  
小婧带您

### ■受访专家

赵继红 市第一医院  
国医堂副主任医师

### ■身边的病例

26岁的小松(化名)平时身体很结实。一天,小松突然得了水痘,后来经过西医治疗,水痘消退。没过多久,小松觉得浑身酸痛,哪儿都不舒服,但各种仪器检查结果都正常。“假也没法请,哪儿都没毛病,可我真难受。”小松说。

如果您正在遭受其他疾病的困扰,如果您想寻求中医的帮助,赶紧拨打电话18637990450,小婧带您找专家,免挂号费哦!



绘图 吴芳



### 病因 水痘将愈未愈,他就开始大吃大喝

小婧:小松这是咋了?水痘没好透?

赵继红:跟水痘关系不大。水痘是一种自愈性疾病,患者只要好好休息、护理得当,一般两周左右就好了。

小婧:那他咋这么难受?

赵继红:我详细问了问,发现这种难受,跟他没管住嘴有很大关系。

小婧:啥?吃多了?

赵继红:对,吃多了,但不是积食。平时他喜欢吃肉喝酒,出水痘的时候没怎么沾荤腥。水痘一退,他马上约朋友出去胡吃海喝。

小婧:啊,我知道那种感觉,就像饿了半年的狼突然看见了大胖兔子。

赵继红:吃货的心灵总是相通的。就是这不知节制的饮食习惯,给他“埋下了难受的种子”。

### 病理 热病未愈,吃得太多会让热邪遗留体内

小婧:您的话我不太懂,病好了可不就得好好补一补嘛!

赵继红:补一补不等于大吃大喝啊!何况当时他的水痘只是消退,并未痊愈。《黄帝内经》中说:“病热少愈,食肉则复,多食则遗,此其禁也。”

小婧:我明白,这句话是说,人得了热病,将愈未愈时,吃肉会让病情反复,吃得太多会让热邪遗留在体内,让人不易痊愈,因此要忌口。

赵继红:没错。从中医的角度来讲,水痘就是一种热病,一般常见于孩子,青壮年多不发。你知道小松为啥会长水痘吗?

小婧:不知道,按理说,一个壮小伙子,身体不应该那么虚弱。

赵继红:还是跟管不住嘴有关。小松说,他七八岁时,一天能吃三四十个苹果!

小婧:三四十个?我的天,那他一天啥也干不了,光啃苹果了。

赵继红:不是是啥。一次吃那么多苹果,不用说,他的脾胃肯定“可受伤”。

小婧:这脾胃不好,身体就容易生病邪侵扰。

赵继红:谁说不是呢!浑身筋脉酸痛、舌苔厚、口气特别重,这些都是小松体内湿邪弥漫的表现。

### 治疗 温阳、利湿、通络,调理得花半年多

小婧:别的都还行,口气重没法忍,跟别人说话时很尴尬啊!

赵继红:对,一张嘴,半个屋子都是难闻的口气,确实尴尬。

小婧:那怎么治疗?

赵继红:吃中药呀!温阳、利湿、通络,让体内的阳气可以到达表层。

小婧:听上去很简单,那小松应

该很快就痛苦了。

赵继红:调理要是一两天就能成的事儿,患者也就没那么多了。按小松现在的情况,怎么也得调理半年多吧。

小婧:只要能解除痛苦,半年多也不算久,毕竟,大家都有一辈子要活呢!

赵继红:是啊,如果每个患者都能遵医嘱好好调理就好了。

### ■点穴祛病

## 按摩四组穴位 缓解视疲劳

□记者 柴婧 通讯员 刘晓霏

### ■受访专家

孙婵娟 市第一医院针灸推拿科主任

上班对着电脑,下班还要陪儿子复习功课,最近,44岁的刘女士真觉得吃不消。最难受的是眼睛,她总觉得眼干、视物模糊。

“想缓解视疲劳,就做眼保健操啊!经常按摩4组穴位,对眼睛很有好处。”孙婵娟说。

### 鱼腰穴

采用正坐或仰卧位,双目平视前方,在眉毛与瞳孔直上交点取穴。按摩此穴有镇惊安神、疏风通络的作用。此穴常用于治疗眉棱骨痛、眼睑动、目赤肿痛、近视、口眼喎斜、急性结膜炎、面神经麻痹等症。

### 睛明穴

采用正坐或仰卧位,在目内眦的外上方凹陷处取穴。按摩此穴有明目疏风、泄热通络的作用。此穴常用于治疗结膜炎、泪囊炎、视神经萎缩、视网膜炎、角膜炎、电光性眼炎、早期轻度白内障、近视、远视、面神经麻痹等症。

### 四白穴

采用正坐或仰卧位,双目平视前方,在瞳孔直下,眼眶下缘约1寸处取穴。按摩此穴有祛风明目、通经活络、疏肝利胆的作用。此穴常用于治疗目赤痛痒、迎风流泪、结膜炎、角膜炎、近视、视神经萎缩等症。

### 太阳穴

采用正坐或仰卧位,在头部侧面,眉梢和外眼角中间向后一横指凹陷处取穴。按摩此穴有清肝明目、通络止痛的作用。此穴常用于治疗头痛、偏头痛、眩晕、目赤肿痛、面神经麻痹、急性结膜炎、麦粒肿等症。

需要注意的是,对这4组穴位的按摩需要长期坚持,效果才会比较明显。另外,按摩主要起缓解作用,想从根本上解决视疲劳的问题,还是要学会科学用眼,不要过度用眼。

## 湿疹患者看过来 这个机会别错过

鹤春堂中医邀请30名湿疹顽疾患者免费体验啦

夏天,天气湿热。高新区的王先生心情很好,因为他终于不用像前几年一样,被反复发作的慢性湿疹所困扰了。

原来,他听朋友介绍,去了位于古城路西苑桥南中信银行东50米的鹤春堂进行中医治疗。

中医认为,湿疹、皮炎等皮肤问题是由风邪、燥邪、湿毒、热毒等邪毒侵

入体内所致。

病在表,根在里。治疗需遵循以内养外、标本兼治的原则,为患者解除病痛。

鹤春堂经数代人的不断努力,针对湿疹、皮炎等顽固皮肤病总结了一套独特的治疗方案,且谨遵祖训,严格选用地道药材,不用激素,采用一人一方,内外兼治的治疗原则,疗效显著。您可拨

打64622336咨询,或前去就诊。

扫描下方二维码,到鹤春堂可免费体验活动。(怡文)



免费体验二维码



(资料图片)