

三伏貼 —— 冬病夏治

三伏貼是種傳統中醫的治療法，為「冬病夏治」的概念。「冬病」是指容易在冬天或溼冷天發病、變嚴重的疾病，譬如氣喘、慢性支氣管炎、過敏性鼻炎、反覆感冒等等屬於「遇冷則發」的疾病。

「夏治」是指趁著夏天症狀比較輕微或無症狀的時候，利用夏季陽氣旺盛、人體毛孔最開張的特點，在一年中最炎熱的時期(初伏、中伏、末伏，俗稱三伏天)以中藥丸敷貼於特定穴位上，經由穴道的刺激與吸收，由經絡入臟腑，直接作用到病根處。

據臺北市立聯合醫院 2010 的研究統計，有採三伏貼治療者，經 3 次療程後，92.21%有明顯改善。年齡越小，儘早接受治療，不僅療效佳、安全性高，還可縮短發病時間及療程。年齡越大，則發病期間亦拖得愈長，療程也較長。

三伏貼主治

過敏性氣喘、過敏性鼻炎、異位性皮膚炎、慢性支氣管炎、支氣管哮喘、慢性咳嗽、阻塞性肺氣腫、肺間質疾病、肺功能不全、上呼吸道反覆感染、慢性鼻炎、慢性鼻竇炎、慢性咽喉炎、慢性扁桃體炎等等。

漢陽中醫的三伏貼特色

- 醫師會先診察患者寒、熱體質的不同，各別採用不同寒、熱屬性的藥丸，而非趴著就貼、一視同仁。**若熱性體質誤貼熱性藥丸，輕則無效，重則加劇病情。**小孩過敏，虛熱證不少，本所不會因為省事就全貼熱性藥丸。
- 敷貼之前會先以中藥膏抹於穴位上，保護患者皮膚，可大大減少起水泡的機會。

敷貼時間

傳統是選在一年當中最熱的 3 天：夏至後第 3、4 個庚日及立秋後第一個庚日，實際上在七、八月大熱天即可，無須拘泥。**本所 7/1 起開始提供三伏貼服務。**

適用年齡

一般人均適用，但下列人等不宜：孕婦、感冒、咽喉急性腫痛、過敏急性發作、嚴重心肺功能不足、二歲以下幼兒、體弱老人。

操作過程

先在穴位上作記號，再將藥丸置於特定穴位上，貼上保護膠帶，過程約不到 10 分鐘即可完成。

一般療程

每 7~10 天敷貼 1 次，每年至少敷貼 3 次，病情嚴重者可敷貼 4~6 次；連續敷貼 3 年。可配合內服中藥，療效更佳。

注意事項

穴位敷貼是以背部穴道為主，請穿著寬鬆、便於脫拉的衣物，尤以上下兩截式或開後襟的衣服較適宜。

敷貼留置時間：

- 成人：以 4~6 小時為限。
- 兒童：以 2~4 小時為限。

貼敷部位可能的反應：

- 敷貼過 1~3 小時後，局部可能會有搔癢或輕度灼熱、刺痛感，這是自然的反應，不必過早取下藥丸。
- 局部若出現燒灼紅腫疼痛等反應，請提早取下藥丸，並以乾淨的棉棒拭淨皮膚，可塗抹些許紫雲膏預防起水泡。
- 若皮膚出現水泡，請勿弄破，以免感染，可塗抹紫雲膏或優碘、紫藥水等，直到皮膚乾燥為止。如水泡較大者，應於塗藥水後以消毒紗布覆蓋，不可碰水。通常 5~7 天可自然痊癒。
- 藥物尚未除去時，應避免激烈運動。
- 藥餅除去後 1 小時內不可洗澡或搓洗該部位。

飲食起居忌宜

- 冷氣勿開太冷，風扇勿直吹身體。
- 避開刺激性氣體、菸、粉塵、花粉。
- 家中不宜設置地毯、絨毛玩具、或養貓狗等寵物，以防塵蟎滋生。
- 早睡早起，適度運動，避免過勞、過度情緒起伏。
- 避免食用冰品冷飲、生冷瓜果。少吃油炸、煙燻、辛辣、過度加工、垃圾食物。勿隨意進補。

漢陽中醫診所關心您的健康
本所網址 <http://yibian.idv.tw>
或 <http://yibian.hopto.org>
351 苗栗縣頭份市尚順路 15 號
服務電話 037-696891