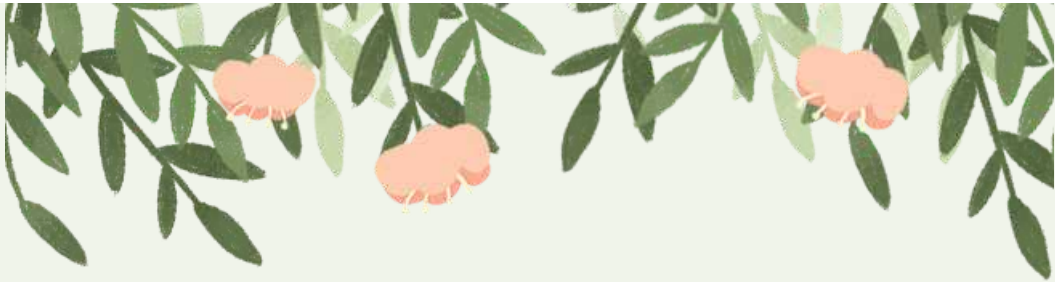


【科普】躺着就能养生？不妨来试试督脉熏蒸

台州市立医院 2023-04-12 17:05 发表于浙江

—— 点击蓝字，轻松关注   ——



春夏养阳

正是调理体质

提升免疫力的好时候

台州市立医院国医馆中医护理门诊推出督脉熏蒸疗法，只要躺在熏蒸床上，温暖柔和的蒸汽透皮入背，让中药分子通过穴位经络输布全身，轻松实现躺着就能调理身体的养生目的。

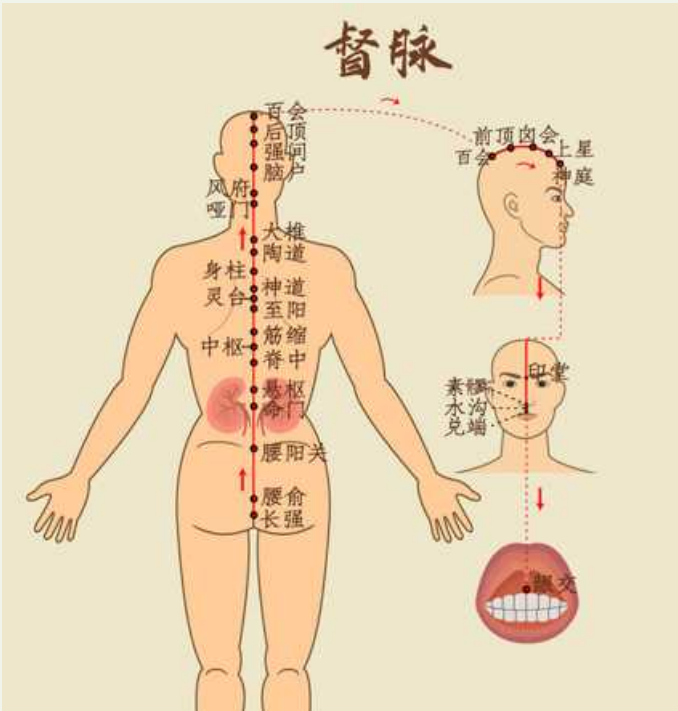


什么是督脉熏蒸

督脉熏蒸疗法，又称为中药汽浴疗法、中药雾化透皮疗法，是以中医理论为指导，采用“一人一方”制，利用中草药煎煮后所产生的蒸气，熏蒸人体背部，进行治疗或保健调理的一种外治疗法。

督脉熏蒸疗法融合药力、热力、促透力、牵引力直接作用于人体督脉、膀胱经，使药物透过皮肤进入腠理，起到改善血液循环、益气助阳、温通经脉、活血化瘀、消肿止痛之效。药物通过皮肤表层吸收，可避免药物对口腔黏膜、消化道及胃肠的刺激，减轻肝脏、肾脏负担。

督脉熏蒸疗法历史悠久、源远流长。《礼记》里就有“头有疮则沐，身有疡则浴”的论述。随着中药外治和中药熏蒸疗法的不断发展创新，督脉熏蒸在治疗康复领域发挥出了越来越大的作用。



督脉熏蒸的治疗原理

- 01** | **热效应**疏通腠理，舒筋活络，温通祛寒，促进血瘀和水肿的消散，有效排除体内的风寒湿邪、排出毒素。
- 02** | **中药蒸汽**通过皮肤渗透，作用于人体背部的督脉与膀胱经，在穴位经络效应下，起到补益气血、温通阳气、固本培元的功能。
- 03** | **背部是人体的全息缩影**，养护后背，就是在养五脏六腑。督脉起于胞中，下出会阴，总督一身阳气，被称为“阳脉之海”，熏蒸督脉可以达到协调阴阳，治杂病的功效。



督脉熏蒸适应范围

- 1** | **内科**

亚健康证候人群、胃肠功能紊乱、睡眠障碍、风寒型感冒等。

2 骨科

椎间盘突出急性发作、腰部软组织扭伤、腰肌劳损、强直性脊柱炎、腰椎病、颈椎病、风湿性关节炎等。

3 妇产科

产后康复，产后体虚、怕冷、多汗、怕风、神疲乏力、乳汁稀少、恶露不尽等，月经不调、痛经、宫寒、慢性盆腔炎、备孕、人工流产后调理等。

4 男科

阳痿遗精、前列腺炎等。

督脉熏蒸的禁忌症：

- ①患有急性传染病，开放性创口患者；
- ②重度高血压、心脏病、皮肤病患者；
- ③妊娠及经期妇女；
- ④凝血功能障碍患者；
- ⑤处于急性出血期；
- ⑥热过敏患者；
- ⑦患有严重精神疾病的患者等。

如何进行熏蒸：

治疗时上身更换治疗服，反穿露出颈部、背部、腰部，平躺于熏蒸床凹槽处，医务人员将专用中药液温度加热至50℃-54℃，熏蒸床中间凹槽处透出均匀柔和的中药蒸汽对督脉膀胱经实施熏蒸，整个过程舒适、惬意！



疗程建议：熏蒸治疗每次用时45分钟，12次为一个疗程，建议一周2-3次。

就诊地址：台州市立医院国医馆中医护理门诊

咨询电话：13957681023、13486850811



供稿 | 中西医结合科 郑蓉
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 程茹 李皖生



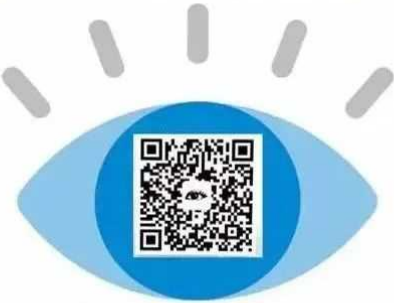
台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越