

kierko / July 30, 2014 03:35PM

### 三伏貼對女性的主要益處

“三伏貼”是根據中醫“冬病夏治”的理論，在一年中最熱的三伏天，將藥物貼在人體背部特定穴位以達到振奮陽氣、驅散內寒，提高抗病能力的一種中醫外治法。對女性而言，“三伏貼”可以改善痛經、驅散乳腺病、調理產後身痛。

“三伏天”的到來，給人帶來了更加酷熱天氣的同時，也帶來了一股跟著節氣養生治病的熱潮。對女性而言，三伏天用“三伏貼”可以起到改善痛經、驅散乳腺病、調理產後身同的作用。不過，貼敷三伏貼前後有些事項要注意。

驅散乳腺病[url=http://en.recyclebagcentre.com/cindy/post/10.html][color=white][size=1px]It's really quite spectacular[/size][/color][/url]

女性素體屬陰，本屬多陰多血之軀，而現代生活中飲食生冷瓜果、冷飲、霜淇淋，加之著裝上偏於暴露、空調的普及等諸多因素的不良影響，女性之血易因寒則凝，因瘀則滯，形成有形之塊，在乳則表現為乳腺增生或乳腺癌。

中醫辨證乳腺增生、乳腺癌多屬於本虛標實，以脾腎陽虛為本，肝鬱氣滯、痰瘀為標，目前市場上的中成藥多以治標為主，所以口服後能消除疼痛，停藥後則易於復發，且長期服用耗傷氣血。[url=http://health.cnclinics.com/cindy/post/11.html][color=white][size=1px]my weight in cherries[/size][/color][/url]

宋代名醫竇漢卿曰：“血無陽安能散？”就是說要化解瘀凝之血，要用補益陽氣之法。臨床效果也證明“婦人陽常不足”的觀點是正確的。乳腺增生、乳腺癌應當補腎溫陽，鼓舞陽氣，以陽化陰，才能達到理想治療效果。

中醫理論認為，季節的變化直接影響到人的健康，而補益陽氣的最佳時機非“三伏天”莫屬。在三伏天利用夏季氣溫高、自然界陽氣充沛，皮膚腠理疏鬆的有利時機，通過穴位貼敷療法，增強人體陽氣，調整人體陰陽平衡，使寒凝的乳腺腫塊得以消散，且有利於改變腎陽虛的體質，增強免疫力，從根本上減少乳腺增生、乳腺癌的復發。

臨床實踐中，發現此療法不但化塊作用顯著，並對癌前性增生有較好的療效。尤其適合乳房疼痛無規律，反復發作，纏綿難愈的腎虛型乳腺增生患者及康復期乳腺癌患者。

改善痛經[url=http://en.hkfinancecentre.com/cindy/post/10.html][color=white][size=1px]you feeling icky afterwards[/size][/color][/url]

“冬病夏治”療法是我國傳統中醫療法中的特色療法，根據“天人合一”、“春夏養陽、秋冬養陰”的原則，使用溫陽散寒的藥物，貼敷於特定的穴位上，預防和治療冬天或受寒後容易發作的頑固性疾病。“冬病夏治”穴位貼敷可以改善痛經，尤其對青少年女性的寒性痛經有良好的效果。

痛經多由於機體感受寒邪，繼而血瘀寒凝於子宮。此類型痛經常有經前或經期小腹冷痛，熱敷後痛減，月經可見推後、量少、經色暗而有血塊，畏寒怕冷。每次發作時痛苦不堪。

“冬病夏治”穴位貼敷療法可以利用夏季氣溫高，機體陽氣充沛的有利時機，通過藥物和穴位的雙重作用，解除痛經患者體內寒凝之氣，從而較好地調理女性痛經問題。

#### 調理產後身痛

產後身痛是婦女在生產孩子時期，因筋骨腠理大開，身體虛弱，內外空虛，風寒邪氣侵入，導致全身關節、手、腳、腰、肩膀、腳底等處出現酸疼、麻木、怕冷、發涼、沉、累等感覺。往往在勞累後、遇陰雨寒冷天氣加重，嚴重的病人甚至夏天需穿棉衣。[url=http://www.dating852.com/cindy/post/10.html][color=white][size=1px]filled awesome meal[/size][/color][/url]

三伏天“冬病夏治”穴位貼敷療法可以較好地調理產後身痛。

“三伏天”是全年大自然陽氣最旺盛的時候，根據《內經》“春夏養陽”的防病思想，在夏季三伏天，通過將藥物貼敷到人體一定穴位，一則藥物可經皮膚、血管吸收，通過血液迴圈發揮藥效；二則通過穴位刺激可調整經絡之氣，到達相應受損的臟腑，起到補足臟腑精氣的作用。三可調節機體免疫功能，激發患者自身陽氣，使患者的陽氣充實，抵抗力增強，從而減輕或控制產後身痛的發生。

#### 三伏貼注意事項

貼敷前：護膚、忌辣、諮詢。首先要作息規律，飲食清淡。李東曉說，最好忌用辛辣、寒涼的食物1—2個星期，如海鮮、辣椒、大蒜、牛羊肉、新鮮荔枝，涼菜、冷飲等也應儘量避免，少吸煙、不飲酒，以免減弱藥效。

其次，要注意保護和清潔皮膚，特別是貼敷穴位的皮膚。外出前做好防蚊準備，防止因蚊蟲叮咬引起皮膚紅腫或感染。貼敷前一天，要用溫和的沐浴產品洗個澡，去除皮膚表面的油脂。

最後，如果貼敷前發現所貼穴位處的皮膚有破口，或出現發燒、頭痛、腹瀉嘔吐等急性感染的症狀，則需推遲第一貼的時間。專家說：“不能按時貼敷也不必擔心，貼敷時間前後相差一兩天，效果不會受影響。”此外，如果女性在月經期出血量較多，也可適當推遲進行貼敷。

貼敷時：寬鬆穿衣防過敏。去貼敷時最好身穿寬鬆透氣、舒適吸汗的純棉衣物，不要穿緊身的化纖衣物。為了防止藥膏染髒衣服，當天穿深顏色衣服最好。第一次貼敷或者皮膚特別敏感的人，可以事先在家裏試試自己對膠布是否過敏，如有過敏症狀在貼敷前一定要告訴醫生，改用防過敏膠布。

如果是特別怕熱、易出汗的人，也可事先和醫生溝通，他們會根據情況在固定時少貼幾層膠布，讓您感覺舒服些；或者選擇下午晚些時候去醫院貼敷，不要趕在天氣最熱的時候。

貼敷後：時間不要自己延長。貼敷後應減少運動、儘量避免出汗，防止藥貼脫落。邊永君說：“貼敷後會出現發熱等感覺，可以待在涼快的地方，但切不可貪涼。不要馬上進到溫度很低的空調房裏，防止遇冷使毛孔收縮影響藥物吸收

，更不要將電扇、空調直接對著貼敷部位吹。”

[url=http://www.beauty852.com/cindy/post/8.html][color=white][size=1px]The Peach Truck  
peaches[/size][/color][/url]

---