

多家医院推出“三九贴”服务

记者 周晓露
通讯员 章舒莎 章宇文 管玲琳 王棣玲 王卓琳

“冬至”已过,意味着这个冬天进入“三九”时节,即“冬至”后的三个九天,也是一年中最冷的日子。民间素有“三九补一冬,来年无病痛”的说法,近日,多家医院陆续推出“三九贴”服务,有需要的市民可前往。



漫画 王怀申

区一院

区一院中医护理门诊开展“三九贴”服务。适宜人群为 3 周岁以上人群,包括有慢性支气管炎、慢性咳嗽、喘息性支气管炎、支气管哮喘反复发作的呼吸道感染人群,有过敏性鼻炎、鼻窦炎的人群,有胃肠功能紊乱、慢性结肠炎、虚寒腹泻的人群,有宫寒、痛经、慢性妇科炎症的人群,有关节痛、关节炎、风湿引起的各种颈肩腰腿痛症状人群。

贴敷地点:中医护理门诊(286 诊室);时间:每周一、三、四、五、六上午半天。

咨询电话:0571-63157088。

区二院

区二院推出“三九贴”“三九灸”服务。

地点:门诊(3 号楼)五楼中医科;时间:周一至周五(8:00—11:30,13:00—16:30)。

咨询电话:0571-56906125。

区中医院

区中医院推出“三九贴”“三九灸”。“三九贴”服务科室为呼吸内科和小儿推拿科。

呼吸内科适应症:慢性咳、痰、喘类

疾病的成人及儿童,如慢性支气管炎、支气管哮喘、过敏性鼻炎、慢性鼻炎、慢性鼻窦炎、咽炎、反复呼吸道感染、反复咳嗽等疾病。

提前挂“呼吸内科”号,至门诊三楼呼吸内科诊室开取单据,缴费后前往贴敷,贴敷地点:门诊楼二楼中医护理门诊。

咨询电话:0571-61766245、0571-61759399。

小儿推拿科适应症:过敏性鼻炎、慢性支气管炎、支气管哮喘、体虚久咳、反复感冒等呼吸系统疾病,慢性腹泻、消化不良、厌食、便秘等消化系统疾病,免疫功能低下、阳虚体质、亚健康状态、体虚消瘦、怕冷等亚健康调理。

提前挂“小儿推拿科”号,贴敷地点:门诊楼七楼 717 诊室。

咨询电话:0571-63121775。

“三九灸”预约流程:可挂号风湿科、消化内科、妇科、儿科、治未病科、呼吸内科、神经内科、骨伤科等相应科室并开取单据,缴费后预约治疗,诊疗地点:急诊楼二楼中医护理门诊。

咨询电话:0571-61766277(中医护理门诊)。

富阳中医骨伤医院

富阳中医骨伤医院推出“三九贴”“三九灸”。

地址:门诊二楼治未病科(东 209 室)。

预约电话:0571-61705160。

区妇保院

区妇保院推出“三九贴”“三九灸”。

挂号富阳区妇幼保健院中医科普通门诊—中医科普通门诊辨证论治(中医馆 5 号间)—中医治疗室贴敷(中医馆 1 号间)。

预约时间:每天 8 时至 17 时;预约地点:1 号楼(二楼)中医馆 1 号诊室(中医治疗室)。

电话:0571-23276071/23276076。

贴敷时间和注意事项

2024 年“三九贴”“三九灸”时间:“一九”为 2024 年 12 月 21 日至 2024 年 12 月 29 日,“二九”为 2024 年 12 月 30 日至 2025 年 1 月 7 日,“三九”为 2025 年 1 月 8 日至 2025 年 1 月 16 日。从“一九”,即 12 月 21 日开始,九天一次,共治疗三次。

“三九贴”外治法方法简便,疗效确切,安全无毒,治疗期间不妨碍其他药物的正常使用。贴敷期间忌吃冷食冷饮,忌烟酒油腻食物,感冒发烧的患者暂时不贴。贴敷后如有局部刺痒、疼痛,出现疱疹或皮肤破溃等不适,请立

即取下药物并及时到门诊处理,严重的可直接到皮肤科就诊。

咳血、活动性肺结核者,疾病急性发作期、发烧 38 度以上者,血液病患者,严重心脑血管疾病患者,糖尿病控制不佳者等禁用。2 周岁以下孩子、孕妇禁用。贴敷部位皮肤有创伤、溃疡、感染及有接触性皮炎等皮肤病者,瘢痕体质者,对贴敷药物或敷料过敏者禁止贴敷。

“三九灸”期间,忌大量进食海鲜等寒凉物及辛辣、油炸食物。注意保暖,防止寒气进入身体、对“三九灸”效果产生影响。孕妇、严重心脑血管疾病患者、其他重症患者或者处在急性传染性疾病发病期间的人群,均不宜进行“三九灸”。此外,在过饥、过饱、大量饮酒、极度疲劳、皮肤破损等情况下,也不宜进行。“三九灸”药物为芳香走窜的药物,皮肤有色素沉着、潮红、微痒、烧灼感、疼痛、轻度出水疱等表现,属于正常反应。如感到灼痛,可随时撕除。去除贴药后如局部出现水疱,乃正常现象,轻者可自抹烫伤膏;若水疱溃破,或局部反应严重,请到医院处理。由于很多疾病要在颈背部、腹部、腰部、腿部贴敷,建议女士不要穿连衣裙、连身衣和紧身长裤,男士穿休闲装束,最好选择深色的、较宽松的衣服,避免药膏弄脏衣服。

杭二中富春学校入选省级美丽校园典型案例



俯瞰杭二中富春学校

本报讯(记者 邵晓鹏 通讯员 欧明华)日前,浙江省教育厅教育发展中心发布浙江省“十四五”美丽校园、美丽建筑典型案例。在 30 个浙江省“十四五”美丽校园中小学组典型案例中,位于富阳区高教园区的杭州第二中学富春学校入选。

浙江省“十四五”美丽校园典型案例评选强调“适用、经济、绿色、美观”原则,注重学校建筑的设计理念、艺术性、特色与品牌,以及平面功能布局的科学合理性。

杭二中富春学校的设计充分考虑周围环境 and 富春山居的地域文化特色,整个校园呈一轴两廊三台地模式,运用中国传统园林的造园手法,营造现代坡地山水园林,将传统与现代、空间与平面、自然与严谨巧妙融合,营造美妙的时空交错感;立面造型提炼富春山居的江南屋顶轮廓,屋顶体系整合校园天际轮廓。校园标高设计巧妙利用原始山地高差形成跌落式院落及广场,漫步其间,步移景易,体现人文积累的山水校园风貌。

在前期设计施工的基础上,杭二中富春学校在后期校园文化建设中加入诸多杭二中元素,让富春学子仿佛置身于历史悠久的杭二中校园。校门前横卧的巨石上雕刻杭二中富春学校的办学愿景:共绘教育之富春山居图,寓意学校将扎根富春大地,努力打造“人与自然、人与社会、人与自我”和谐共生的生动教育场景。

进入校门,校前广场矗立的“追光人”雕塑诠释杭二中校训“立志、努力、为公”所蕴含的精神内涵。竺可桢长廊顶部设置自然生长的藤蔓和灰色窗格构根编织的生态风雨透光体系,体现在富春文脉滋养下杭二中的百年风雨传承。学校将主要建筑以二中校训、著名校友的名字命名,如“立志楼”“高远楼”“鹤琴书院”等。两幢教学楼中间是“赤子广场”,设“赤子之钟”和“校史纪念碑”,每逢重大时刻,全体师生鸣钟并朗诵《赤子宣言》。校前广场西南为“二中之巅”钟楼,是杭二中滨江校区最受学生喜爱的场所的等距离复制,作为教学区的最高处,学生可以在这里极目远眺,观连绵起伏的富春山,也可以在这里留言,书写对自己未来的期许。学校核心区域,教学区、图书馆、实验楼与报告厅环绕中心广场,构成内敛而富有向心力的空间格局。图书馆内部,楼梯节节上升引导和连桥交错,产生书架、楼板、梯桥的多重空间层次。体育场馆内拥有多个运动区域,同时满足学生的不同需求。

在校园规划建设中,杭二中富春学校还将生态环保置于核心位置。建筑外墙采用环保材料,自然光与通风被充分利用,降低能源依赖;采用海绵城市理念,雨水花园与渗透系统巧妙结合,有效收集雨水再利用,缓解校园排水压力;大面积安装光伏,供建筑轮廓灯带等多处用电;地下室、篮球馆等场地采用建筑光通,引导自然光进入室内;合理设置垃圾分类收集设施,其中有害垃圾必须单独收集、单独清运……这一切,不仅实现节能减排,也给学生创造健康、舒适的学习空间,让生态与环保理念在校园中生根发芽。

富阳五家站点被评为省级示范

本报讯(记者 张柳静 通讯员 姜静雪)近日,浙江省慈善联合总会发布第五批省级示范慈善分会、示范慈善工作站名单,我区有五家站点上榜,分别是富阳区慈善联合总会新登分会、外沙工

作站、半山工作站、山建工作站、龙门五村工作站。截至目前,我区共有 3 家省级示范慈善分会、9 家省级示范慈善工作站。

近年来,全区建立了党委、政府抓

总,民政具体负责,部门镇街齐抓共管的慈善工作体制,镇街慈善分会实现全覆盖,今年在 35% 的村(社)设立了慈善服务站点,形成了三级网络管理机制。各慈善组织根据自身特点和优势,积极

开展各项帮扶活动,在解决急难愁盼保民生、参与社会治理助和谐、助力乡村振兴促共富、传播慈善文化铸品牌等方面发挥积极作用。

富阳日报公益广告

生命在于运动 健康成就未来