

2025年7月21日

星期一

农历乙巳年六月二十七

今日8版 总第8222期



长治晚报



冬病夏治 特刊

趁热 养出好身体

蝉鸣阵阵，暑气渐盛，又到一年三伏天，“冬病夏治”正当时。当前，随着健康长治建设持续推进，“冬病夏治”正从传统的养生智慧，逐步融入城市的健康发展脉络，成为守护市民健康的重要力量。

顺应天时，传承中医智慧。千百年来，“冬病夏治”的理念深入人心，成为人们顺应自然、调养身体的重要方式。三伏天是全年气温最高、湿度最大、阳气最盛的时段，也是实施“冬病夏治”的黄金时机。每至盛夏，长治的大街小巷都能感受到这一传统养生智慧的热度，各医疗机构的“冬病夏治”门诊更是人潮涌动，大家纷纷抓住这个时机，为健康“充电储能”。

精准施治，增进民生福祉。“冬病夏治”注重预防为主，利用三伏天有利时机，通过艾灸、贴敷等方式，祛除体内湿寒、振奋阳气，调节人体的阴阳平衡，能预防和治疗可能在冬季发生或加重的疾病，达到“冬病夏治”的效果。各医疗机构纷纷开展“冬病夏治”服务，邀请中医专家坐诊，为居民提供个性化治疗方案，让健康福祉惠及千家万户。

创新发展，激发中医活力。我市高度重视开展“冬病夏治”和夏季养生相关工作，持续支持指导医疗机构创新中医药健康服务模式，进一步加强贴敷、艾灸、针灸等中医适宜技术的培训和推广应用，广泛传播中医药膳文化，普及食养药膳知识，在保障和增进人民健康方面更好发挥中医药的作用。

“冬病夏治”，是中医智慧的结晶，也是健康长治建设的生动实践。在这个盛夏，让我们顺应天时，拥抱传统，以“冬病夏治”为契机，为自己和家人的健康加油助力，共同谱写健康长治的美好篇章。·本报编辑部·



长治日报社

长治市中医研究所附属医院
长治市人民医院

长治市中医院
长治市第二人民医院

长医附属和平医院
长治市妇幼保健院

联合推出