

治療哮喘三伏天有奇效

——冬病夏治

自我養生是維護健康、保持旺盛生命力最有效的方式。生活中，精神與信念支撐著人生，只要體弱多病者不自卑，一樣可以與健康同行。

哮喘是什麼？

支氣管哮喘的特徵是患者對病毒感染、過敏原、空氣污染、冷空氣會產生劇烈的反應，使得支氣管痙攣，黏膜水腫、氣管收窄，並伴有哮鳴音、胸悶、咳嗽、痰多。中醫認為，宿痰內伏於肺是本病的根本病機。因成痰之因不一，故哮喘分為寒喘與熱喘。

寒喘一症見喘憋氣逆，呼吸氣促，喉間痰鳴，胸滿如窒，咳白痰，舌苔白滑，脈浮緊。

熱喘一症見氣粗息涌，咳黃痰，舌質暗紅，苔黃膩，脈滑數。

何為三伏天？

三伏天即每年農曆七月初一至七月底。三伏天是一年四季中最熱的一個月。

為何要在三伏天期間治療哮喘，效果更好？

冬病夏治是傳統醫學的一個重要特色療法。「冬病」指某些好發於冬季或在冬季加重的病變。例如：支氣管哮喘。「夏治」指夏季這些病情有所緩解，趁其發作緩解季節，辨證施治。「冬病夏治」利用了夏季氣溫高，人體會排出大量的汗水，而在這個新陳代謝的過程中，借用這個節氣，調整人體的陰陽平衡，使一些宿疾得以治療。

在這期間，不管患者有沒有發作哮喘，都應在「三伏天」服用中藥進行治療。由於每個人的體質及病理不同，建議患者找一位有經驗的中醫師為您開一個處方以便治療。此中藥方需每天服用（三伏天期間）。

任何疾病都可在「三伏天」期間服用中藥治療疾病。

預防甚於治療

很多患者在發病時才用藥，不發作時便不服藥，這種方法是不對的。患者由於長期慢性缺

氧，抵抗力較差，一但遇到轉換天氣及寒冷的氣候，便很容易感冒，而感冒常引起痰多、呼吸困難，故哮喘每因感受到外邪的侵入而誘發。建議患者在平日都可常服用增強抵抗力的中藥（中醫師處方）。

哮喘患者常服用類固醇，副作用很大哦，何不試試中國幾千年歷史的中藥，效果真好！您的抵抗力好了，感冒、哮喘等疾病會遠離您。願您身體安康、生活充滿自在！