

“上工治未病”包括未病先防、已病防变、已变防渐等多个方面,市中医院治未病中心主任潘小红从事医疗工作30多年,对中医治未病多有研究。她说,治未病或许没有治已病看上去那么有成就感,然而治未病较之治已病更全面、更主动、更有利于恢复健康。

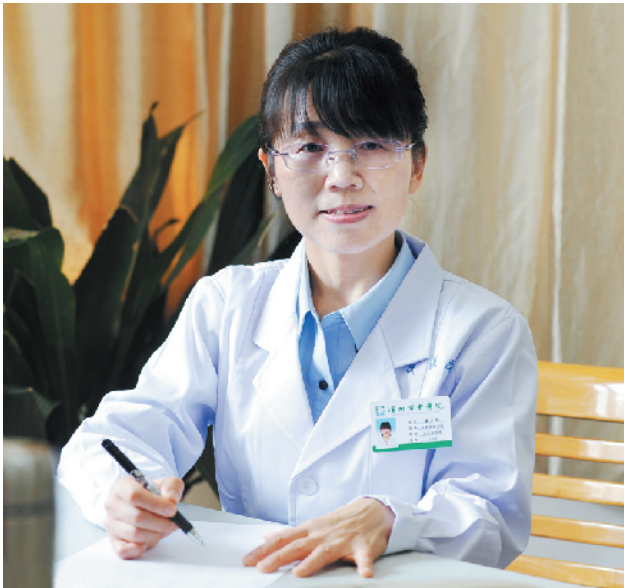
## 未病先防 用细心为患者调制对症良药

——记2018 市级三八红旗手、市中医院治未病中心主任潘小红

每周的星期一和星期五,潘小红都会准时出现在中医院古色古香的名医堂里坐诊。不像一般的专病专科门诊,慕名到治未病中心而来的患者症状多种多样,慢性肠胃炎、产后缺乳、更年期综合征、单纯性肥胖、颈肩腰腿痛、头痛失眠等,治未病中心主任潘小红俨然一个全科大夫。

南京中医药大学毕业后,潘小红从事中医针灸临床工作近30年,擅长针药结合治疗的范围涉及到肠胃、内分泌、心脑血管疾病、神经系统疾病、单纯性肥胖、脱发、糖尿病并发症等等。除了临床门诊,她还承担了医科大学学生、规培生及进修人员临床带教工作,兼任江苏省针灸学会委员、中华中医药治未病学会委员、中华中医药亚健康学会委员,在平凡岗位上兢兢业业、刻苦钻研,得到了患者的赞誉、同事的好评。

### 坚持“医者父母心”的原则对待患者



徐州市中医院治未病科为医院一级科室,科室以治未病理念为核心,针对个体健康状态,运用中医药养生保健技术和方法,结合现代健康管理手段和方法,系统维护和提升个体整体功能状态,管理个体健康状态风险,实现“不得病,少得病,晚得病,不复发”的健康目标,达到预防疾病、健康长寿目的的科室,在现阶段以“未病先防、瘥后防复”作为主要功能定位。

潘小红介绍,治未病科的服务特点以人的健康状态的辨识、评估和干预为主,而非着眼于疾病治疗;突出非药物方法的运用,注重整体调节,求得整体效果;重视连续、动态、全程的管理,并充分发挥服务对象的参与意识与能力,求得长远效果。

从医多年来,潘小红已记不清自己收到过多少患者送来的鲜花和锦旗。她认为,医生应该尽到的责任便是急患者之所急、忧患者之所忧、想患者之所想,始终坚持“医者父母心”的原则,对待患者不分家庭境况是富是贫、社会地位是高是低,始终把患者的生命安全放在

第一位。在工作中,她时刻为患者着想,从检查到治疗处处为患者精打细算,如果遇到远道而来的患者,还会跟相关科室沟通联系,尽量当天能做尽检查,明确诊断,给予及时治疗。

来中医院就诊的患者当中,有许多是在其他医院经多轮西医治疗效果不佳而来中医院就诊的。他们当中,有的人求医多地,心情急躁,有的人对中医半信半疑,不认真配合。每遇这样的患者,潘小红都能做到认真检查、详细解说、望闻问切、辨证施治。当患者家属不理解时,她会不厌其烦地耐心做好解释工作,成功化解了许多可能发生的医疗纠纷。

针对一些慢性病患者的心理压力,潘小红不但医其病,而且宽其心。她非常重视诊疗过程中的心理疏通,在给患者看病时,密切关注患者的心理变化。她说,作为医生,一个亲切的笑脸、一个鼓励的眼神、一句温暖的问候语、一个拉扶的细心动作本身就是一味对症良药。她从我做起,从点滴做起,视患者如亲人,赢得了患者的理解、支持与尊重。

作为科主任的潘小红,不但要带领全科医务工作者做好门诊工作,还要下基层医院进行医疗服务、到高校任教,培养出的学生在各级医疗机构

与个人的成绩相比,潘小红更愿意向读者多多地介绍治未病本身。她说,如今生活节奏加快,工作压力大,从医疗服务角度来说,未病人群和欲病人群远远大于已病人群。从社会责任角度来说,开展治未病服务有利于维护广大人民群众的健康,更好体现医

各显其能。工作之余,潘小红坚持学习,博采众家之长并积极创新,促进治未病科医疗水不断提高,先后发表医学论文30余篇,参与省级课题三

项、主持市级课题二项。2018年被评为市级三八红旗手后,她表示自己将更加努力弘扬老一辈医生的爱岗敬业精神,在本职工作中再攀高峰。

### 统筹整合资源,构建“治未病”服务链

院所承担的社会责任。从突出中医院的特色和优势角度来说,治未病是最具中医特色和优势的领域之一,开展治未病服务,更有利于中医特色优势的发挥。

据介绍,市中医院治未病服务项目主要包括:健康状态辨识及评估项目,对患者进行中医体

### 未病先防、已病防变、病愈防复

天气渐冷,到市中医院治未病科咨询秋冬季保健的人越来越多,二胎政策之后打算怀孕的女性也早早地来到这里做艾灸、雷火灸等疗法,配合中药汤剂调理去瘀除寒,调养身体。潘小红说,治未病内容主要包括三个方面:一是未病先防,亦称养生或摄生;二是已病防变,及早根治已病,防止病理演化加重;三是病愈之后,防止复发或产生新病。

有一位24岁的女性患者,主诉痛经十余年,严重时需卧床,伴小腹下坠,喜热按,腰痛不舒,手足发凉。听说中医能治此病,特来到中医院咨询。经潘小红主任诊断,给予患者针灸治疗,取三阴交、气海、关元、地机以通经散寒止痛,每日一次,留针30分钟。隔日子饼灸小腹部气海、关元及子宫穴,以皮肤红润为度。一周后患者月经来潮,腹痛消失,随访未见复发。

潘小红说,该病例属于功能性痛

经即无气质性病变,取三阴交可健脾益气、调补肝肾,使肝肾肾精血充盈、胞脉得养,又可去内寒、调血室、疏下焦,通经而止痛,取气海、关元可暖下焦,温养冲任。此案重在治疗时机的选择上,采用灸法取其温经散寒之用,充分体现了未病先防的治未病思想。

个中的中医原理,她补充说:“针灸治未病亦称为逆针灸,首见于《针灸聚英》:‘无病而先针灸曰逆。逆,未至而迎之也。’这是后世根据《内经》‘治未病’原则,结合经络腧穴理论而设立的一种极具针灸特色的扶助正气的具体方法,具体而言,在机体健康无病、疾病发生之前或疾病轻浅治时,预先应用针灸方法激发经络之气,增强机体的抗病与应变能力,从而促进健康、强壮延年,防止疾病的发生,减轻随后疾病对机体的损害程度。”

潘小红说,治未病对大多数人来

说,重要的是未病先防,多了解一些生活中的保健常识,防止内、外病邪对人体的侵袭,就可以做到不生或少生病。她从心理、运动、饮食等诸多方面给出建议:

人们在生活中应保持情志安宁、心平气和、无妄想妄为,保气血才可畅达无阻,否则,便容易导致气血紊乱而化生诸病;生命在于运动,经常运动,可强筋健骨,使人健壮,但运动必须动静结合,形神合一,才能使人健康无病。动是形体上的锻炼,静是心神上的平和,只有动静结合,形神合一,相互为用,相互依存,才真正有利于健康;饮食是人体生命功能活动的物质基础,脾胃功能的损伤多从饮食而来,如过食膏粱厚味、过食生冷腥荤、暴饮暴食、过饥过饱,均可损伤脾胃。人们在饮食方面应以五谷杂粮为主食,可辅助吃一些水果,肉类以少吃为益,而以蔬菜作为补充。

### 专家介绍



潘小红,市中医院治未病科主任,主任中医师,教授。毕业于南京中医药大学。从事中医临床工作三十年,擅长中医治疗:慢性胃炎、萎缩性胃炎、急性胃痛、便秘、慢性结肠炎;月经不调、痛经、不孕、产后调理;疲劳综合征、代谢综合征、女性更年期综合征及亚健康调理;脑梗塞,脑血管病后遗症;头晕、头痛、耳鸣耳聋、失眠、面瘫、面肌痉挛、三叉神经痛、神经炎、动眼神经麻痹、假性球

麻痹、震颤麻痹、痴呆等神经系统疾病;颈椎病、肩周炎、腰腿痛、落枕、急性腰扭伤、骨质增生、带状疱疹及骨伤后的各种痛症;单纯性肥胖、脱发、糖尿病并发症;承担学院学生、进修人员临床带教工作,发表医学论文三十余篇,院三新两项,科研项目四项。

专家坐诊时间:周一、周三、周五名医堂5诊室,周二、周四门诊西三楼309。  
咨询电话:0516-68692701。