



中医推拿 夜间开放

湖南中医附一推出夜门诊

本报记者任弯湾 长沙报道

上班没空？放学太晚？为了更方便患者就医，湖南中医药大学第一附属医院针灸推拿康复中心推出夜门诊。

16日晚，记者在推拿门诊、针灸门诊和小儿推拿门诊均看到不少慕名前来的患者。他们有的利用下班时间，希望用推拿、针灸减轻自己的肩颈腰腿痛症状，有的希望能够提高睡眠质量，还有的因为孩子高烧不退，请医生为孩子推拿，以达到退烧排痰的效果。

湖南中医药大学针灸推拿康复中心主任医师、副主任汤伟告诉记者，“上班族”工作日的白天往往没空，开设夜门诊可以方便大家趁三伏天来做推拿、针灸改善体质。

有患者趁下班时间过来，“想改善睡眠”

16日晚6时40分许，28岁的王女士（化姓）来到湖南中医药大学第一附属医院推拿门诊。因为关注到医院公众号发布的“夜门诊”信息，她提前预约了范升医师的号源。“平时因为工作原因一直久坐，所以肩颈非常不舒服。”王女士告诉记者。

中医康复门诊范升医师介绍，王女士是当晚第三位患者，后面还有几位患者在等待。医生会根据每位患者的个人情况，使用不同手法进行松解，每位患者的推拿时间大约在20到30分钟。在推拿过程中，范升不时询问王女士此处是否疼痛，并告诉她日常工作、休息中都要注意体态，不要一个姿势保持太久，尽量隔一段时间起身活动一下。“按

摩的时候有酸胀感，程度是可以接受的，按完之后很舒服。”王女士说。

在另一边的针灸门诊，针灸推拿康复中心主治医师冯果正在为一名30岁左右的患者针灸。患者自述肩颈腰腿痛，希望通过针灸缓解疼痛。冯果介绍，除了肩颈腰腿痛，还有患者趁着下班时间过来“想改善睡眠，回家直接睡觉”。

小儿推拿可治疗多种儿童常见病症

当晚7时30分许，3岁的果果（化名）被爸爸妈妈抱进了小儿推拿门诊。接诊的针灸推拿康复中心医师王慧娟询问了果果的身体情况。家长称一直给孩子补铁、补锌，但还是体型偏瘦、消化不良。

了解果果的情况后，王慧娟开始为他推拿。因为果果消化不好，王慧娟着重为他补脾经、推板门，从拇指指根向腕横纹来回推拿。“这种手法专门针对小朋友，因为小朋友的手指神经发育还没有完全，所以感觉更灵敏。对大人来说这种手法就不见得有效了。”

果果的推拿还没结束，小游（化名）就被爸爸妈妈抱了进来。因为高烧不退，父母心急如焚，找到汤伟推拿。约15分钟后，小游的体温明显下降，还自主吐出了不少痰液，身体状况明显比之前好多了。

汤伟告诉记者，小儿推拿针对小儿感冒发热、过敏性鼻炎、慢性鼻炎、鼻窦炎、咳嗽、哮喘、厌食、营养不良、湿疹等常见病症，都有不错的疗效。开设夜门诊后，不少家长选择在暑期带孩子来推拿调理身体、改善体质。



范升为王女士推拿。图/记者任弯湾

夜门诊接诊时间

7月14日起，周一到周五18:00—21:00（周末及节假日暂不开放）
接诊地点：成人，至和楼21楼医生办公室；儿童，至仁楼4楼医生办公室。

有需要的市民可以微信搜索“湖南中医药大学第一附属医院”，检索“针灸推拿康复门诊”，选择相应门诊“晚上”时段医生。

空调该开还得开

午睡时没开空调，长沙一奶奶中暑昏迷，被发现时已全身滚烫

本报长沙讯 近期，长沙气温居高不下，中暑事故随之频发。17日，记者从长沙市第四医院了解到，该院急诊急救中心每天接诊数例中暑患者，以老年人、户外工作者为主。

市民刘奶奶（化姓）平日生活节俭，虽然近来天气炎热，但她总觉得自己还能扛一扛，舍不得开空调。11日，刘奶奶午休时就开了个电风扇。可5个小时过后，刘奶奶儿子发现母亲迟迟没有起床，便去床边查看。这时刘奶奶已经喊不醒了，身体滚烫。

家人将刘奶奶紧急送到了长沙市第四医院急诊急救中心。此时的刘奶奶，肛温高达42℃，神志昏迷，呼吸急促，大小便失禁，对外界刺激毫无反应。
见状，医务人员争分夺秒进行抢救：吸氧、心电监护、开通多组静脉通路进行补液……一小时后，刘奶奶神志逐渐转醒，肛温也降到了40℃。在急诊ICU治疗三天后，刘奶奶康复出院了。“再怎么省也不省空调费了！”出院时，刘奶奶懊悔不已。

长沙市第四医院急诊急救中心首席专家

黄艳介绍，热射病是高温相关急症中最严重的情况，即重症中暑，一旦发生，死亡率极高。

她提醒，夏日高温，身体出现以下信号一定要警惕。

先兆中暑：浑身冒汗、口渴、头晕眼花、心慌手抖，体温一般低于37.5℃，如果能及时转移到阴凉通风处，降温，补充水分和盐分，短时间内就可以恢复。

轻中度中暑：体温往往在38℃以上，伴有面色潮红、大量出汗、皮肤灼热，或出现四肢湿冷、面色苍白、血压下降、脉搏增快等症状。如果及时转移到阴凉通风处，平躺解衣，降温，补充水分和盐分，几个小时内也可以恢复。

重度中暑（热射病）：这是最危险的情况，体温急剧升高（常超过40℃），皮肤干燥发烫无汗（这是非常关键的信号），有些人还会出现胡言乱语、抽搐、昏迷等症状。

黄艳提醒，当遇到有人中暑时，首先要带患者脱离高热环境，转移至通风阴凉处。测量体温后，根据现场条件灵活选择降温方式。

记者梅玫 通讯员石文婷



学安全 度暑假

近日，永州市新田县关工委、县公安交警大队、县红十字应急救援队联合各乡镇政府开展“安全教育进乡村”活动，通过深入乡村、社区，向留守儿童及青少年现场传授防溺水、交通、用电等安全常识，增强学生的安全意识和自我防护能力，帮助学生平安快乐度暑假。

文、图/通讯员刘贵雄 何新瑞

假期玩水注意安全

游泳馆溺水事故多发，长沙市120频频出车

本报长沙讯 暑假来临，气温攀升，玩水成了不少未成年人消暑的选择，但溺水风险也随之增加。

17日，记者从长沙市120急救中心了解到，该中心近期因溺水事故派车数次。6月30日，长沙市望城区某小区内游泳池，6岁女童下水不久后出现了呛水、溺水情况，旁人给予溺水急救，拨打长沙市120急救电话；7月6日，岳麓区某游泳馆，9岁男童下水十分钟后溺水，意识模糊，面色苍白，呕吐胃内容物后意识恢复；7月11日，开福区某泳池，12岁男童游泳时被发现意识障碍，伴随心脏呼吸骤停，口吐白沫，长沙市120救护车到达现场急救，并送往医院治疗……

淹溺，常称为溺水，是指人淹没于水或其他液体中，由于水、污泥、杂草等堵塞呼吸道，引起换气功能障碍、反射性喉痉挛等而发生的窒息。

长沙市120调度科负责人陈俊辉介绍，市民在玩水时应避免去野外的池塘、水库、农村的灌溉渠、废弃水井，城市里的景观池、未加盖的下水道等地。即使在正规的游泳池，如果不遵守规则，在水中嬉水打闹，超出自己的游泳能力范围游到深水区，同样可能发生意外。

若不慎落水，可使用这些自救技巧保命：保持冷静，不要惊慌失措；让身体放松，尝试让头部后仰，面部露出水面，进行呼吸；如果周围有漂浮物，比如木板、树枝等，要尽力抓住，借助它们的浮力让身体保持在水面。如果是在浅水区，可以尝试用脚踩水，让身体上浮，慢慢向岸边移动；要记住在水中保存体力很重要，不要做无谓的动作，等待救援。

陈俊辉提醒，夏季是溺水事故的高发季节，应加强防溺水安全教育，暑假的快乐离不开安全的保障。如果遇到紧急情况，要保持冷静，科学应对，及时拨打120急救电话。

记者梅玫 通讯员孟旭林

相关新闻

高温天气，警惕儿童抽动症

本报记者任弯湾 通讯员章彩 长沙报道

暑期是儿童休闲娱乐、放松身心的时间，不过过热的天气易导致抽动症频发。近日，湖南省第二人民医院儿科门诊，就收治了不少前来问诊的患儿。

抽动障碍是一种起病于儿童时期，以抽动为主要临床表现的神经发育障碍性疾病。主要表现为“不自主、反复、突发、快速、无节律”的肌肉运动或发声抽动，如频繁眨眼、耸鼻、耸肩、清嗓、重复言语等。

儿科主任徐琳表示，合理的假期生活安排，科学的生活作息、健康的饮食、适度的运动以及轻松的氛围，能够帮助孩子减少抽动症状的发作。

空调不宜吹太久

天气炎热，很多孩子喜欢待在空调房，而空调吹久了，容易让人头晕目眩，更容易引发抽动症状反复；空调房内空气不流通，室内易滋生细菌，导致孩子扁桃腺炎等呼吸道感染疾病，也会加剧抽动症状。家长应注意减少孩子吹空调的时间，谨防孩子感冒诱发抽动发作。

注意孩子的周围环境

孩子如果长时间处于燥热的环境中，会加重焦虑情绪，导致孩子情绪不佳，易引起抽动症状波动。家长应在早晚带孩子到户外进行适度活动，呼吸新鲜空气。相关研究发现，户外活动可以帮助孩子释放压力，改善情绪，但需要注意避免剧烈的运动，以免加重抽动症状。

尽量减少使用电子产品

假期到了，孩子自由支配的时间增多，不少父母因为工作繁忙，没有时间精力陪伴孩子，导致孩子接触电子产品的时间机会增多，孩子久看电视、电脑、平板或者电子游戏，会刺激眼睛和大脑，造成眼部或大脑神经紊乱，也会引起抽动症状加重。家长可以引导孩子从事绘画、书法、手工等业余活动，减少电子产品的使用时间。

合理安排饮食、作息

暑假期间，家长也要合理安排孩子的饮食。夏季天气炎热，很多家长在饮食方面没有考虑到孩子的病情，任由孩子食用一些刺激性的食物，如烧烤、海鲜、刺激性的冰凉饮品，如雪碧、可乐等，以及含有可卡因成分的饮品和零食，都有可能诱发孩子的抽动症状。此外，假期家长要帮助孩子制定合理的作息时间，保证足够的睡眠。家长不可打骂孩子，要多给予孩子鼓励、关心、建立自信，缓解压力，保持良好的家庭氛围，避免家庭争吵或过度指责，这些都会导致孩子情绪紧张、缺乏安全感。

出门或活动时需有家长陪同

由于抽动症孩子的抽动动作可能无法控制，出门或活动时，需要有家长陪同，以确保他们的安全。徐琳特别提醒，儿童抽动症不只是单纯的面部抽动，以及身体不协调，继发性抽动还可能会产生一系列严重的并发症，加重孩子病情，家长应及时送孩子到医院进行干预治疗。

潇湘晨报

分类信息

登报热线：0731-82232770

省级报刊 权威媒体 当日办理 次日见报

本栏目仅提供公示平台，所发布的所有公示内容均由提供者或提供单位负责解释并承担法律责任，与本报无关。

遗失声明 重庆一零七市政建设工程有限公司湖南平江分公司遗失公章43062610034415，声明作废。 ●永州市信访局遗失银行开户许可证，核准号:J565001377801，声明作废。 ●父亲刘鹏州母亲胡江美惠遗失儿子刘梓睿出生医学证明，编号:T430144790，声明作废。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 遗失声明 湖南本茂建设工程有限公司遗失财务章、发票章，声明作废。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 遗失声明 湖南超商科技有限公司遗失财务章、法人李超私章，声明作废。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 注销公告 怀化市鹤城区鸣德学校(统一社会信用代码524312023223049714)申请注销，请债权债务人在45日内办理相关业务。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 道歉声明 乙方陈浪花5月在甲方胡红妹女士协议购买社区卫生服务站资质，在其店里吵闹给甲方产生名誉上的不良影响很抱歉，特此登报道歉。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 股权转让公告 贵州峰兴矿业有限公司兴仁县兴利煤矿、张海军、邱茂根：本单位于2025年7月8日受让与唐志强在长沙市雨花区人民法院(2018)湘0114民初4932号民事判决书确定的债权，因无法与各位取得联系，特登报公告通知，请知悉！ ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 注销公告 宁乡市晓霞幼儿园(统一社会信用代码524301240682270174)经理事会决议注销在宁乡市民政局登记的民办非企业单位。请各债权人自本单位公告发布之日起45天内向本单位清算组申报债权。联系人：袁湘兰，电话：17708489218。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 公告 长沙宇松实业有限公司已于2025年6月10日将长沙市解放中路136号蓝色地标全部地面停车位(蓝色地标(含平面图))在标的所在地公开展示。凡有对上述车位包括在内的全部权益，长沙宇松实业有限公司不再对上述车位享有权益。公告人：罗鹏飞。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。 遗失声明 长沙博创食品科技有限公司遗失公章、财务章、黄新华私章，作废。 ●李建豪遗失机动车驾驶证，编号432524199107134916，声明作废。 ●洞口县君健信息咨询有限公司遗失公章43052510011123，声明作废。 ●衡南强顺种养专业合作社遗失财务章43040710032959，声明作废。 ●怀化县神龙坊蔬菜种植专业合作社合作社遗失法人阳志红私章，声明作废。 ●林目兵遗失湖南省监理工程师证，证号:XXS20-A1818，声明作废。 ●李旭(430224199009081610)遗失警官证，警号034132，声明作废。 ●衡阳市灵骨美学信息咨询部遗失公章43049510100448，声明作废。
--

本社地址：湖南省长沙市韶山路258号 潇湘晨报大厦 邮编:410004 报料求助热线:0731-85571188 广告招商热线:0731-85572288 发行投诉热线:0731-85573388 零售价:1元