

一瓶藿香正气水,居然能治14种疾病,包括很多皮肤病!

1、解表化湿,理气和中
藿香正气水具有解表化湿、理气和中中的作用,可以缓解消化不良、呕吐、腹泻等胃肠道不适。

适应症:水土不服、胃肠道不适。
用法用量:每次服10毫升,每天3次。

2、消食和胃
消化不良常与“湿病”有关。为消食和胃药加点健脾化湿药,事半功倍。

适应症:消化不良。
用法用量:取山楂、神曲各6克,麦芽10克,水煎去渣,再加入藿香正气水20毫升,分3次服,连用3天

3、止泻
夏天是各种微生物繁殖和生长迅速的季节,如饮食不当容易引起腹泻等胃肠疾病。

适应症:腹泻。
用法用量:取干净纱布一块,折叠成4~6层置于肚脐处,将藿香正气水置水中预热,待药温适宜时倒在纱布上,以充盈不溢为度,用塑料布覆盖纱布后,再用医用胶布固定,2~3小时后取下,每日2~3次,一般两日即可见效。

4、芳香通窍、促使气行
中医认为,白癜风是风湿两邪侵入毛孔,以致气血壅滞、毛窍闭塞而成。而藿香正气水有芳香通窍,促使气行的作用。

适应症:白癜风
用法用量:每日用净布蘸藿香正气水

涂擦患部,微微用力,反复蘸擦至皮肤微红为度,一日2次。

5、祛痰,止咳平喘
藿香正气水含有多种中药成分,其中,桔梗所含皂甘及陈皮所含挥发油,均有刺激性祛痰作用;半夏的镇咳作用明显;甘草则既能祛痰,又能镇咳;陈皮对气管及支气管有轻度扩张作用,而有助于平喘。藿香正气水,有祛痰、止咳平喘之效。

适应症:痰多咳嗽
用法用量:用杏仁10克煎水,送服藿香正气水;每次10毫克,1日3次,连服3日。

6、缓解眩晕
有的人外出游玩时会饱受晕车、晕船、晕机之苦,用好藿香正气水,就可以缓解这种旅途不适

适应症:晕车、晕船、晕机。
用法用量:可用医用棉签蘸取藿香正气水,直接外涂肚脐,或将药液敷于肚脐内,有一定的预防作用。

7、治眩晕、耳鸣、耳聋
提示经常耳鸣的人,通常情况下是因为气血不足导致耳朵里面的血液循环异常,可能会出现头晕目眩的情况。

长期严重的耳鸣可能会加重患者的精神负担,导致睡眠补偿精力不集中,甚至会出现听力下降、耳聋等症状。

适应症:眩晕、耳鸣、耳聋。
用法用量:用10毫升藿香正气水,每

天服3次,连用3~5天。症状改善后,再用六君子丸调理。

8、治瘙痒
夏天外出被蚊虫叮咬后用藿香正气水涂抹可以立即止痒,防止抓挠引起感染。

适应症:蚊虫叮咬
用法用量:用适量的藿香正气水外搽患部3~5分钟,很快就能消除瘙痒。

9、治疗湿疹
湿疹有很多证型,如果是外感风寒、内伤湿滞这类湿疹的患者,理论上是对证的,但其他湿疹藿香正气水未必管用。

适应症:湿疹
用法用量:每日用温水清洗患处后,直接用藿香正气水外涂患处,每天3~5次,连用3~5天。若伴有喉头水肿、休克、发热者,近2周来曾用过皮质激素治疗者,以及阴虚火旺者不宜采用此方法。

10、治小儿疳积
小孩子由于肌肤比较娇嫩,身上的褶皱又比较多,所以在炎热的夏天比较容易长疳积。

适应症:小儿疳积
用法用量:可取藿香正气水1支,按比例加凉开水或生理盐水稀释,不满3个月的婴儿,药液与水比例为1:3;4~12个月的婴儿,药液与水比例为1:2;超过1岁的幼儿,药液与水比例为1:1,用药之前,先用温水将局部洗净擦干,然后用消毒药棉蘸稀释后的药液涂擦患处,每日2~3次。

11、消炎止痛
藿香正气水在炎症期发作时使用,有消炎止痛,促使萎缩的作用。

适应症:外痔
用法用量:先将患处洗净,每次用藿香正气水2支加凉开水1000毫升,以药棉擦洗,每日2次。

12、安神助眠
因为这味药含有陈皮,有安神的作用,服用后可以帮助大脑迅速的达到镇定安生的效果,很快就会睡去。

适应症:失眠
用法用量:可用藿香正气丸,每次1丸,1日2次,连服10日,疗效显著后再用归脾丸作调理。

13、止吐
中医讲,藿香正气水主要用于外邪犯胃导致的呕吐,症状主要是突然呕吐,胸脘满闷,不思饮食,常伴有发热恶寒,头身疼痛,舌苔白腻,脉濡缓。不可用于其他原因导致的呕吐。

适应症:呕吐
用法用量:用藿香正气水,每次10毫升,1日3次,连用5~7日,疗效很好

14、治冻疮
适应症:冻疮
用法用量:用藿香正气水适量外搽于患处,每日3~5次。若伴有溃疡者,可先用红霉素软膏外搽,再用本品外涂,连用5~7日。

夏季喝水有分寸,教你一口一口把水补起来



高温来袭,人体出汗增多,饮水成为这个季节重要的“养生课”。别以为喝水很“简单”,其实很多人可能不是忘了喝水,就是喝得不对。那么,如何在炎炎夏日正确喝水?哪些人又是补水的重点人群呢?一起来了解一下。

夏季喝水,把握六个分寸

夏季运动完,马上来一瓶冰镇饮料是件畅快事,但这样喝水存在着不少问题。北京协和医院临床营养科副主任陈伟指出,夏季喝水要把握以下六个分寸:

喝温不喝凉。喝凉水会使胃肠黏膜突然遇冷,从而使原来开放的毛细血管收缩,引起胃肠不适甚至腹泻。而过烫的水进入

食道,易破坏食道黏膜,诱发食道癌。因此,喝水的温度不能太热也不能太凉,最适宜的温度是10℃~30℃。

喝淡不喝甜。夏季流汗损失的不仅仅是水分,还有矿物质、维生素、氨基酸等。因此天热时应喝些淡盐水补充钠,自制绿豆汤、柠檬水等不仅消暑降温,还能补充维生素等多种营养,各种甜饮料高糖、高能量,营养素也比较单调,并不推荐大量饮用,更不能用来代替白开水。

慢喝不快喝。喝水时,不少人习惯“豪饮”一番,但这种喝水方法对健康并无好处。快速大量喝水会迅速稀释血液,增加心脏负担,也容易把大量空气一起吞咽下去,容易引起打嗝或腹胀。正确的喝水方法是,把一口水含在嘴里,分几次徐徐咽下,这样才能充分滋润口腔和喉咙,有效缓解口渴。

早喝不晚喝。当出现口渴心烦或乏力头疼等状况时,说明机体细胞已经开始脱水,此时再喝水已经是“被动饮水”。久而久之,人体就会长期处于一种潜在的缺水状态,不利于正常代谢。因此喝水跟吃饭一样,也需要定时,变被动饮水为主动饮水,在感觉到“口渴”之前喝水。

喝水也“吃”水。黄瓜、西瓜、番茄等果

蔬中的水分比起普通的水,更容易进入细胞。因此在喝水的同时,也要“吃”水。另外,水果蔬菜还富含各种抗氧化剂、多种矿物质及重要的B族维生素等,对增强人体免疫力、预防衰老、抵御疾病都有好处。

要因人而喝。正常人可通过尿液颜色来判断何时补水:正常的尿液呈淡黄色,颜色太深就应该补水。此外,喝水还应该因人而异。急性肾炎、肾功能衰竭的患者不宜过多喝水,感冒发烧时要比平时多喝一些水。

哪些人群应重点补水?
据中国疾控中心环境所,以下几类人群应该重点补水:

老年人。对口渴的敏感度降低,所以常处于缺水状态,消化道分泌少,容易便秘,血液的黏稠度大,容易影响心血管系统;

儿童。运动量大,对水的需求多,而孩子贪玩的心态容易导致忘记饮水,到特别口渴时才大量饮水,影响对水的正常吸收且对健康不利;

婴儿。新陈代谢旺盛,生长快,同等情况下相同时间内需要补充的水量高于成年人,婴儿虽然以液体食物为主,但建议在两次喂奶之间可适度补水。

欢迎新病人
前来就诊并有优惠!

“Washingtonian Magazine-Top Dentist”

亚美牙医中心

Asian American Dental Center

3-113

接受多种牙科保险
无保险者特别优惠!

孙元沛 牙医博士

Richard Sun, D.D.S.

美国植牙和美容牙学会会员(AAID, AACD)
芝加哥 Illinois 大学牙医博士,牙周病专科医师
西雅图美容牙科研究所人工植牙专家

谭春 牙医博士

Chun Tan (D.M.D Ph.D.)

Upenn 牙医博士
马里兰大学生物医学博士
中国华西口腔医学牙周病专科硕士

主治:

(1) 牙科急诊 (2) 人工植牙 (3) 固定假牙 (4) 活动假牙
(5) 根管治疗 (6) 牙周病、拔牙 (7) 美容牙科 (8) 洗牙
(9) 各种牙科疑难杂症 (10) 牙齿本色填补
(11) 儿童牙科 (12) 数码X光

本诊所为

提供透明牙套
矫正治疗服务。

维州诊所: 571-313-1535

11872 Sunrise Valley Dr. Suite 101
Reston, VA 20191

马州诊所: 301-921-6338

9087 Shady Grove Court,
Gaithersburg, MD 20877

Coupon

1, 免费咨询: free consultation /second opinion(X-ray 除外)
2, 牙齿漂白 特价\$175 (原价\$350)
3, 首次就诊特价:\$80 包括洗牙、检查和X光片。(原价\$180)