以中医“治未病”理念为核心

蜂蝶双针疗法助力儿童长高

“我家孩子是不是比别人矮?”“怎么吃、怎么运动才能长个子?”在江门市五邑中医院成永明名中医工作室的诊室外,不少家长带着儿童过来就诊。

孩子的身高问题,是每个家长的“心头大事”。江门市名中医、江门市五邑中医院主任中医师成永明表示,除了运动、睡眠和营养,中医方面的调理也能助力孩子长高。尤其是蜂蝶双针疗法,对促进小儿生长、增强儿童体质有重要作用。

文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 刘森 陈智敏

医生对孩子进行检查。

A 8岁孩子实现身高的“追赶式增长”

“成医生,太感谢您了!孩子这3个月不仅过敏性鼻炎没再犯,身体还长了6厘米,终于追上同龄孩子的平均水平!”在江门市五邑中医院市名中医工作室,市民李女士拿着孩子的体检报告连连道谢。

8岁的乐乐(化名)此前因长期鼻炎、消化不良,身高比同龄儿童矮了近10厘米,已经半年时间没有长高。在尝试多种调理方式无果后,家长经人介绍找到成永明,通过“蜂蝶双针疗法”配合营养干预,终于实现了身高的“追赶式增长”,3个月时间就长高了6厘米。

据介绍,0—3岁是孩子生长的第一个高峰期,一般出生第一年可长高25厘米,第二年可长高10—15厘米;3岁至青春期前,生长速度相对稳定,平均每年增长5—6厘米;青春期平均每年要增长7—10厘米;若一年身高增长低于5厘米,则属于生长发育迟缓。

成永明提醒,当发现孩子身高比同龄人矮,或生长速率异常,应及时带孩子就诊,在正规医疗机构进行科学管理身高,以免错过最佳治疗时间。

B 儿童身高增长不能只靠补钙

“很多家长以为孩子长不高是缺钙,其实不少时候是‘小毛病’在捣乱。”成永明指出,儿童身高增长并非单纯补钙就能解决,很多时候是肺脾虚弱、免疫失衡等问题在“拖后腿”。临床中常见的儿童身高不达标案例,往往伴随鼻炎、鼻窦炎、腺样体肥大、多动抽动、消化不良等症状——鼻炎发作时孩子鼻塞打鼾,影响夜间睡眠质量,导致生长激素分泌不足;消化不良则让营养吸收受阻,无法为骨骼发育提供充足“燃料”;多动抽动可能干扰内分泌稳定,进一步影响生长节奏。

在众多传统与现代相结合的健康干预手段中,“蜂蝶双针”作为一种特色疗法,正逐渐受到家长们的关注与认可。成永明表示,蜂蝶双针疗法以中医“治未病”理念为核心,不依赖药物干预,通过调节孩子自身机能实现健康成长,为家长提供了科学、安全的方案。

“蝶针”全称蝶腭神经节刺激术。蝶腭神经节是指从颅脑发出的神经束支行走于鼻后部时形成的一个副交感神经节,其约一粒黄豆大小,位于翼腭窝内,因形似蝴蝶,故称蝶腭神经节,针刺此蝶腭神经节对全身的神经免疫反应有非常好的双向调节作用。对于有鼻炎、腺样体肥大的儿童患者,成永明会用“蝶针”轻轻刺激蝶腭神经节,“就像给鼻腔‘松绑’,孩子能顺畅呼吸了,夜里睡得好,生长激素才会更好‘发力’”。

“蜂针”汲取了岭南蜂疗的精髓,以蜂针和蜂毒蜜点涂为主要应用形式,通过微量蜂毒刺激穴位,促进局部血液循环,激活生长激素分泌。再配合雷火龙灸,通过温热效应深入经络,调和气血,改善脾胃功能,从而提高营养吸收效率。“临床实践表明,定期接受蜂灸调理的儿童,不仅在身高方面呈现出更好的增长趋势,在免疫力方面也有显著提升,感冒、过敏等常见问题发生率明显降低。”成永明表示。

成永明提醒,中医疗法虽能助力儿童长高,但生长发育是一项系统工程,仍需与科学的营养支持相结合。充足的蛋白质、钙质、维生素D等营养素是儿童生长发育的基础,家长应在日常饮食中注重均衡搭配。此外,成永明还会在疗法中搭配氨基丁酸,通过调节神经系统功能,促进深度睡眠,进而刺激夜间生长激素的分泌,与蜂灸疗法协同作用,实现“1+1>2”。

医学指导

成永明:主任中医师,江门市五邑中医院名中医工作室主任、广东省“南粤好医生”、江门市名中医、广东省中医院总院特聘指导专家。擅长治疗内、外、妇、儿等各科常见病及疑难病,特别擅于以中医中药、蜂疗、膏方、蝶腭神经节刺激术、星状结节刺激术、补肾针、雷火龙灸等方法,治疗成人及儿童身体虚弱、免疫力低下、反复感冒发热、经常咽喉发炎、反复咳喘痰多、久咳不愈、鼻炎鼻窦炎腺样体肥大,失眠头痛头晕、疲劳肾虚、多动症、抽动症、遗尿、腹痛、腹泻、前列腺炎、月经不调、痛经、乳腺增生,风湿类风湿关节炎、颈椎病、肩周炎、网球肘、腰背痛、膝关节炎、足跟痛等。

延伸阅读

蜂蝶双针疗法的适应症覆盖多个领域

“蜂针和蝶针,二者一刚一柔,一浅一深,相辅相成,形成了独具特色的治疗体系。”成永明表示,蜂蝶双针疗法并非简单的技术叠加,而是其在长期实践中,融合《黄帝内经》的针灸原理、药毒理学及现代神经反射理论,经过不断优化、验证与提炼,最终升华而成的创新疗法。

蜂蝶双针疗法临床应用已经有30多年历史。成永明介绍,除了助力儿童成长,该疗法的适应症覆盖多个领域,在痛症管理、神经系统疾病治疗、免疫调节、美容保健等方面均有显著优势,成为解决多种常见病、疑难杂症的“利器”。

在痛症管理领域,该疗法是慢性顽固性疼痛的“克星”。对于类风湿性关节炎患者,蜂针的抗炎作用可缓解关节肿痛,改善关节活动度;针对颈椎病、腰椎间盘突出患者,通过刺激相关穴位,能放松肌肉、疏通经络,减轻神经压迫引发的疼痛;偏头痛、三叉神经痛患者,经蝶针调节神经功能后,疼痛发作频率与强度均会明显降低。“有位强直性脊柱炎患者,此前连弯腰系鞋带都困难,经过3个疗程的蜂蝶双针治疗,不仅疼痛缓解,还能正常参与户外运动。”成永明表示。

神经系统疾病的康复治疗中,蜂蝶双针疗法同样可以发挥重要作用。针对面神经麻痹(面瘫)患者,通过蜂针刺激面部穴位,可促进神经末梢修复,加快面部肌肉功能恢复;中风后遗症患者在恢复期接受治疗,能改善肢体活动能力,减少后遗症影响;对于带状疱疹后遗神经痛、梅核气、灼口综合征等棘手病症,该疗法通过调节神经反射,也能有效缓解症状,提升患者生活质量。

在免疫调节方面,该疗法为过敏性疾病与自身免疫性疾病患者带来新希望。过敏性鼻炎、哮喘、荨麻疹患者,通过蜂蝶双针调节免疫系统,可减少过敏反应发作;湿疹、特应性皮炎患者接受治疗后,皮肤瘙痒、红肿症状会逐步减轻,复发频率降低。成永明介绍,曾有一位患有特应性皮炎的外国患者,在国外尝试多种治疗无果后,专程来中国找他,经过2个月的蜂蝶双针治疗,皮炎症状基本消失,离开后还多次通过邮件分享康复情况。

全市唯一

江门市中心医院获全国无偿献血促进奖

江门日报讯(记者/何雯意 通讯员/张乐 何衍琳)近日,《关于表彰2022—2023年度全国无偿献血表彰奖励获奖者的决定》公布,江门市中心医院继2018—2019年度后,再度荣获全国无偿献血促进奖(单位奖),成为江门市唯一、广东省获此殊荣的12家单位之一。

全国无偿献血促进奖是国家对在无偿献血事业中作出重要贡献的单位和个人最高褒奖之一,评选标准严格聚焦组织推动力度、社会动员成效、公益影响力等核心维度。这份承载着医者仁心与社会责任的荣誉,不仅是对医院无偿献血工作的肯定,更是对其二十多年如一日践行“救死扶伤 仁济天下”使命的生动注脚。作为江门市临床用血需求最大的医疗机构,江门市中心医院深知血液资源珍贵,建立“献血—用血”闭环管理体系:一方面通过主题党日、科普等活动,推动无偿献血;另一方面建立临床用血质量管理体系,严抓临床科学合理用血,把强化血液保护意识、提高用血合理率,作为医院医疗质量与安全管理的核心环节之一。

记者了解到,1997年以来,江门市中心医院将无偿献血纳入职工社会责任体系,每年春节前医院工会都会组织全院职工献血。今年初,在该院开展的职工献血活动中,384名职工2天内献血13.6万毫升,刷新团体献血纪录。这样的场景,几乎年年上演:2018年,339名职工献血10.75万毫升;2021年,401名职工献血13.36万毫升,刷新了当时的单日采血量。截至2025年9月10日,该院累计组织无偿献血8601人次,全血献血量为2521333毫升,血小板献血量为34000毫升,总献血量2555333毫升,连续23年蝉联“江门市无偿献血先进单位”,更在2018—2019年度、2022—2023年度两次荣获国家级荣誉,成为粤港澳大湾区医疗系统中无偿献血工作的标杆。1997年至今,江门市中心医院职工中献血量超4000毫升的有42人。其中,不少人获全国无偿献血奉献奖(个人奖)。

献血量从不是冰冷的数字——每一毫升血液里,都流淌着医者仁心的炽热温度;每一组数据背后,都闪耀着热血担当的永恒光辉。该院用实际行动诠释:医者仁心不仅体现在手术刀下,更流淌在每一滴滚烫的热血中。“作为医务工作者,我们比任何人更懂血液对于生命的意义。”这是江门市中心医院医护人员的共同心声。

江门市中心医院相关负责人表示,未来将以此次获奖为新起点,进一步发挥标杆引领作用,深化与社会各界的协作,创新无偿献血推广模式,让“奉献热血、传递爱心”的理念更加深入人心,为推动全国无偿献血事业高质量发展贡献更多力量。

健康蓬江

蓬江区构建社会心理服务“防护网”

为群众健康注入“心”活力

江门市心理健康科学普及体验馆为蓬江区中小学校开设专场活动。

活动室里,心理医生轻声解答一位母亲关于孩子情绪问题的困惑;会议室里,近百名教师专注聆听青少年心理发展讲座;跟岗教室里,心理教师认真记录着危机干预的实操要点……这些都是蓬江区社会心理服务体系建设的生动事例。

近日,记者从蓬江区卫生健康局获悉,今年上半年,蓬江区通过开展科普教育、人才培训与危机干预三大举措,累计为超1000人次提供心理支持,逐步构建起一张覆盖社区、学校、医院的多维心理健康“防护网”。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 易宝燕

推动心理健康科普常态化

“以前觉得心理问题很遥远,听了讲座才知道,压力管理和情绪调节其实就在日常生活里。”参与社区心理健康讲座的居民陈阿姨感慨道。

今年以来,蓬江区采取“线上+线下”相结合的方式,推动心理健康科普常态化。专业团队深入社区、学校、企业等场所,开展14场讲座与义诊活动,内容涵盖青少年情绪管理、人际交往、工作压力缓解等实用议题。

这些活动不是“高高在上”的学术报告,而是贴近群众需求的面对面交流。厂企员工小张告诉记者:“医生教了我们一些简单的放松技巧,我现在遇到压力时真的会用。”

此外,蓬江区卫生健康局联合蓬江区教育局组织该区中小学教师、学生及家长参观江门市心理健康科学普及体验馆。江门市心理健康科学普及体验馆每个周末为蓬江区中小学开设四个专场,通过强化多途径科普宣传,营造良好氛围,提升学生心理健康核心知识知晓率。截至目前,累计开展活动50多场次,组织57所学校的教师、家长、学生共2000多人参加。

两大类培训助力人才培养

心理人才是服务体系的核心支撑。今年上半年,蓬江区开展了两大类培训。一方面,针对医疗机构精神科医护人员,组织2场专项培训,围绕精神疾病诊疗、危机干预技巧、社区康复等主题,通过案例模拟和理论讲解,提升80余人次的专业能力。另一方面,创新推出“医教结合跟岗培训”,组织125名中小学副校长、心理教师以及15名区属医疗机构心理医生走进江门市妇幼保健院,实地参与门诊接诊、心理评估和治疗流程。

“以前在学校做心理筛查,发现复杂案例往往不知如何跟进。现在通过医院实践,我更清楚什么时候该寻求医疗支持。”一位参与跟岗的心理教师表示。

危机干预为当事人提供支持

预防之外,干预是挽救生命的关键。今年上半年,蓬江区出台《心理危机干预工作指南》,并据此完成4起危机干预,为10位处于心理高危状态的教师、学生及家长提供支持。

危机干预不仅要及时,更要专业和持续。心理医生通过面对面沟通、心理评估和情绪疏导,制定个性化方案,有效预防次生心理伤害,帮助当事人走出焦虑与恐惧。蓬江区卫生健康局相关负责人表示,下一步,该区将重点强化心理健康科普宣传,通过多媒体渠道扩大传播,提高公众主动求助意识;同时完善危机干预预案,建立快速响应机制,构建市区两级联动和分级处置模式,实现“早发现、早干预、早转介”的服务闭环。

科学搭配孕期营养

降低宝宝出生缺陷风险

江门日报讯(记者/何雯意 通讯员/刘森)9月12日是“中国预防出生缺陷日”,今年的宣传主题为“关注孕期营养,孕育健康未来”。提升营养健康意识,践行健康生活方式,不仅有助于母亲健康,有利于新生命在优质的营养环境中生长,而且还能降低出生缺陷的发生风险。江门市五邑中医院产科主治中医师钟淑燕提醒,准妈妈孕期应到正规医院定期产检,尽早进行营养评估。营养问题早发现、早干预效果更好。

钟淑燕提醒,孕妇应定期到正规医院系统接受孕期检查,监测自身和胎儿健康状况。首次孕期检查最晚不应超过怀孕12周,医生会依据每位孕妇评估出的营养风险程度对其进行分级管理,必要时会转诊到相关医院诊治。此外,备孕女性除注意膳食平衡外,还需特别关注叶酸、碘、铁、钙、维生素D等营养素储备。

叶酸是人体的必需B族维生素,孕早期缺乏叶酸可引起流产和神经管畸形。富含叶酸的食物有绿色蔬菜、新鲜水果、动物肝脏和禽肉蛋类等。钟淑燕建议,在摄入富含叶酸的食物基础上,孕前每天补充0.4毫克叶酸补充剂。如果既往生育过神经管缺陷胎儿或服用抗癫痫药,每日应服用4毫克叶酸。从孕前3个月开始服用,并至少持续至孕早期3个月,以使红细胞叶酸浓度达到有效预防子代神经管畸形发生的水平;孕期继续每天补充叶酸0.4毫克。

孕早期缺碘可能导致胎儿智力发育迟缓(俗称“呆小症”),还可能增加流产、死胎的风险。钟淑燕提醒,孕期要坚持食用碘盐,控制在5克(一瓶盖)以内,注意鸡精、味精、蚝油、酱油、咸菜等隐形盐的摄入。同时建议每周摄入1—2次海带、紫菜、裙带菜等富碘食物,满足孕期碘的需要。

孕期母体血容量会增加,胎儿也需储备铁以应对出生后的需求。若孕妇贫血,可能增加胎儿宫内发育迟缓、早产,甚至影响大脑认知功能发育等风险。钟淑燕表示,动物血、肝脏及红肉含铁丰富,吸收率高,建议每天吃鱼、禽畜瘦肉和蛋类共计150克。此外,咖啡、浓茶等会抑制铁吸收,避免同时服用。

胎儿的骨骼和牙齿发育需要大量钙,孕中晚期(胎儿骨骼快速生长期)对钙的需求激增。若母体钙不足,易引发孕妇腿抽筋、骨质疏松,还可能增加胎儿患佝偻病的风险。钟淑燕建议,可摄入牛奶等优质钙源,每日可喝300—500毫克,不爱喝牛奶的孕妇可选择酸奶(乳糖不耐受者可选低乳糖款)、奶酪。

钟淑燕表示,孕期营养的核心并非“越多越好”,而是“科学搭配”——在关键阶段补足关键营养素,同时配合规律产检,在降低出生缺陷风险的同时兼顾母婴双方的长期健康。