

2026年三伏贴即将开贴

海慈医疗“冬病夏治”特色服务全面启动

7月15日是初伏，三伏至，阳气盛，正是中医“冬病夏治、春夏养阳”的最佳时机。今年，青岛市海慈中医医疗集团各院区继续协同开展冬病夏治工作，21个科室针对不同人群开展“冬病夏治”特色服务。三伏天是一年之中气温最高、天气最热的时候，借助盛夏天地阳气鼎盛之势，通过三伏贴穴位敷贴，可温阳散寒、扶正固本、疏通经络，有效改善虚寒体质，预防秋冬咳嗽、畏寒、关节疼痛等常见慢性病复发。

4个阶段有序贴敷

2026年的三伏天为标准“加长版”，全程长达40天。我国传统三伏天推算遵循“干支纪日法”规则：夏至后的第三个庚日为初伏起点，第四个庚日为中伏起点，立秋后的第一个庚日为末伏起点。2026年夏至为6月21日，立秋为8月7日，夏至至立秋区间内共出现5个庚日，因此中伏长达20天。今年三伏贴分四阶段有序开展：初伏为7月15日至7月24日（共10天），中伏为7月25日至8月3日（共10天），中伏加强为8月4日至8月13日（共10天），末伏为8月14日至8月23日（共10天）。黄金调理时段切勿错过。

为方便群众错峰就诊，医院开通提前一周预约服务，人工窗口、自助机均可挂号缴费。每伏第一天6:30开启挂号，其余就诊日挂号时间为7:30，市民可灵活安排就诊时间。



医生给小朋友做头部艾灸(资料照片)。海慈医疗供图

21个科室特色疗法多样

今年，集团本部9个科室、西院区8个科室、平度院区4个科室都将开展冬病夏治诊疗服务，各科室特色疗法多样，防治兼备，简便廉验，备受市民青睐。

本部院区呼吸与危重症(肺病)中心开展三伏贴20余年，三伏贴方由国家级名老中医周兆山教授配方并炒制，针对呼吸系统疾病的“冬病夏治”疗效显著；二科运用三伏贴加内服中药综合调理的中医传统治疗方案，温阳扶正、增强脏腑机能，强健体魄、增强免疫力。

治未病科采用5种穴位贴敷方加温针灸、督灸、脐灸、中药汤剂、拔罐的组合

治疗模式，适用于呼吸系统疾病、骨关节疾病、消化系统疾病、妇科类疾病、免疫力低下、体虚、常年感冒患者及亚健康人群。儿科门诊推出穴位贴敷加隔物灸、中药内服、饮食指导的组合治疗模式，适用于反复呼吸道感染、哮喘、过敏性鼻炎、扁桃体炎、腺样体肥大、生长缓慢、消化不良、厌食、遗尿及虚寒体质患儿。

妇一科推出穴位贴敷加灸疗(督灸、脐灸、雷火灸)等模式，治疗月经不调、内分泌失调、痛经、宫寒、盆腔炎、不孕症、腰痛、月子病、产后病、更年期综合征。心血管一科推出内服中药加外用穴位贴敷，内服茶饮、药膳加外用耳穴压丸、平衡火罐等中医非药物疗法。耳鼻喉科推出穴位

贴敷加中药内服、中药足浴。干部保健科干预老年衰弱症，组合治疗模式为穴位贴敷加祛湿醒脑香囊，应用耳穴压丸加皮内针，辨证取穴。慢性疲劳综合调理门诊特别推出以揪针、贴敷与中药足浴为核心的三伏调理方案，顺应天时，驱寒除湿，补虚扶正。

西院区治未病科立足个体化健康评估，推出三伏贴敷、三伏艾灸、三伏针刺、三伏汤药内服等冬病夏治特色诊疗方案。针推康复一科特色督灸疗法，沿背部督脉、膀胱经循行部位施以隔药隔姜艾灸外治。针推康复二科岐黄针疗法，汲取《黄帝内经》九针理论精髓研发创制。风湿病科特色针刀疗法，融汇中医经络穴位理论，结合现代解剖、病理及生物力学理念。呼吸与危重症(肺病)科特色穴位贴敷疗法，采用特制中药外敷对应穴位。变态反应科采用口-鼻两用雾化罐，通过经鼻、经口吸入的方式治疗各类呼吸道过敏性疾病。妇科特色脐灸疗法和十字灸疗法，适用于痛经、宫寒不孕、月经不调、产后虚损、围绝经期综合征等疾病。儿科针对儿童常见“冬病”，运用中医适宜技术辨证施治，固本培元。

平度院区治未病科推出“丙午年限定运气三伏贴”，严格遵循五运六气理论，精准贴合今年水运太过、少阴君火司天、阳明燥金在泉的运气特点。呼吸与危重症科三伏贴由名中医万清信主任医师结合多年临床经验及当前的时气变化拟方。儿科三伏贴针对儿童好发于冬季的呼吸系统疾病及消化不良、生长慢、遗尿等疾病。妇科三伏贴遵循冬病夏治、内病外治、冬夏养阳中医理论，采用特色中药敷贴于对应妇科穴位。

青岛早报/观海新闻记者 徐小钦 通讯员 范晓莘

摆脱困扰10余年的罕见血液病，18岁的她与青岛市妇女儿童医院医生约定 “请等我长大，回来和你们做同事”

近日，青岛市妇女儿童医院血液科医护团队收到一封特殊的感谢信。写信人是18岁的澜澜（化名）——曾被罕见血液病缠身10余年，在青岛市妇女儿童医院血液科医护团队救治下重获新生的她，如今不仅在中考中取得优异成绩，更在心中埋下学医的种子，立志“回到这里，与大家并肩同行”。

10年病痛 困住少年时光

2010年，幼小的澜澜身上突然冒出密密麻麻的出血点，怎么治都消不下去。在青岛市妇女儿童医院，她被确诊MYH9基因病——先天性血小板减少。这是一种罕见的遗传性血液病，患者自身造血功能存在严重缺陷，血小板长期处于极低水平。轻微的磕碰，都可能引发致命性大出血。

此后的10年，澜澜的生活被3件事填满：出血、输血、再出血。家人带着她四处奔波求医，得到的答复均是：唯有异基因造血干细胞移植才能根治。每年数次突发严重出血，家人只能拨打120紧急送医院抢救。步入青春期后，经期出血持续不止，严重失血让她常年卧床，既无法正常生活，也难以坚持学业。本该肆意奔跑的少年时代，她却终日困于病床，青春被病痛牢牢困住。

技术突破 种下生命希望

根治的唯一希望，落在异基因造血干细胞移植上。但这项技术难度极高。2022年之前，青岛市妇女儿童医院还从未做过这类手术，是血液科亟待突破的空白领域。

面对虚弱的孩子和无助的家属，血液科医护团队组建专项移植小组，反复研判病例、优化移植方案，一遍遍推演舱内全套操作流

程，同时对接中华骨髓库，全力寻找适配志愿供者。

进舱前，澜澜拉着妈妈的手不肯松开，医护人员不断给她打气，“叔叔阿姨们会一直陪着你，咱们一起扛过去，等病好了就可以安心上学了。”

2022年8月23日，澜澜迎来重生之日。血液科医护团队顺利完成医院首例非亲缘异基因造血干细胞移植。来自中华骨髓库志愿者的“生命种子”，缓缓输入澜澜体内。

移植舱内20余天，全程充满对生命的考验，感染、排异等风险接踵而至。主治医生每日进舱，细致监测各项指标、耐心疏导女孩焦虑情绪；护理团队24小时轮班值守，精准调控用药，全方位防控各类并发症。

2022年9月19日，澜澜造血功能指标全部达标，顺利出舱。

破茧新生 今年参加中考

术后定期复查，曾经顽固偏低的血小板，完全恢复正常。困扰澜澜10余年的出血症状，彻底消失了。她终于可以像同龄人一样坐在教室里，把生病时落下的功课，一点点补回来。

今年，18岁的澜澜从容踏入中考考场，最终取得优异成绩。纵然比同龄人晚了几年，但她终究迎来属于自己的青春考场。从卧床难起到走进考场，这个曾困囿于病痛中的女孩，一步步找回了本该鲜活明亮的人生。

双向奔赴 “请等我长大”

时隔近4年，康复后的澜澜给当年为她做手术的血液科医护团队写来感谢信：“承蒙您当年救命之恩，我顺利走完中考，拥有了完整鲜活的少年时光。受您深深影响，我早已埋下学医的梦想，愿往后认真求学、考入理想大学，未来也回到青岛市妇女儿童医院，与您并肩同行，成为同事、亦是挚友，守护更多生命。”

血液科的医护们传阅着这封信，有人悄悄擦了擦眼角，“医者能做的，不只是治愈疾病，更要在孩子心里种下希望。看到她立志学医，我们比什么都高兴。”

多年深耕儿童血液病领域，血液科团队始终坚持两件事——技术上不断精进，人文上始终在场。俯身安抚哭闹的患儿，耐心消解家属的焦虑，术后长期随访从不缺位。将高超的医术与有温度的关怀，融进每一次诊疗、每一处细节。

从无有效治疗方案，到自主完成医院首例中华骨髓库异基因移植；从常年急诊输血、卧床度日，到康复升学、立下行医理想，这段跨越10余年的故事，正是“做有温度的医者”最动人的注脚。

如今，青岛市妇女儿童医院造血干细胞移植技术已日趋成熟，持续为遗传性、难治性血液病患儿开辟新生之路。

青岛早报/观海新闻记者 徐小钦