

南海区第四人民医院中医科主任中医师陆小强：

推广中医疗法 服务群众健康



“陆主任，上周用了你开的中药调理后，我现在能一觉睡到天亮了！”在南海区第四人民医院（以下简称“南海四院”）门诊二楼中医科诊室内，患失眠症多年的刘女士激动地向中医科主任中医师陆小强表示感谢。

适龄夫妻多年求子未果，中医特色针药治疗调理数月，终于等来怀孕的好消息；八旬老人长期受肿瘤折磨，辗转多地来到这里进行中医治疗，延续了其近十年的生命……这些故事，都真实发生在南海四院中医科。

近年来，在该院中医科主任中医师陆小强的带领下，传承中医治疗技术、守正创新，引进并推广多项中医特色治疗技术，诊疗范围涵盖中医内科、妇科、儿科、皮肤科等。每年大批患者慕名前来，在中医药帮助下恢复健康、重燃希望。

中西结合

过硬技术打响科室品牌

走进中医科，这里的空气中弥漫着中草药的淡淡幽香，这种独特的香气让人心神宁静。沿着走廊往深处走去，候诊区的椅子上坐满了等待治疗的人，针灸、推拿、按摩、穴位贴敷、拔罐、刮痧……数十种中医适宜技术正在这里开展。

陆小强介绍，中医科是医院较早成立的一批科室，经常有老病患介绍新病患来看诊。目前，中医科人才梯队结构合理，涵盖老中青三代。科室始终坚持中医为主、中西医结合为辅的治疗手段，注重整体观念和辨证施治，在中医内科、妇科、儿科、皮肤科等方面拥有丰富治疗经验。

“中西医的理念是相通的，学中医也要学西医，学西医也要了解中医，只有两者融会贯通，才能发挥最好的作用。”陆小强说。

“我的病让我几乎每天晚上都疼得睡不着。”早些年，一位年过八旬的老者找到陆小强看诊，他被确诊为肺癌晚期，辗

转于多地治疗但效果不佳，因此特地来到南海四院，试图在这里找到一丝生命的曙光。

陆小强对患者的病情进行了全面而细致的诊断，联合团队对其制定了个性化的治疗、护理方案，采用中药内服、外治、针灸、理疗等中医为主、西医为辅的治疗手段，缓解患者的疼痛，调畅气机、理气解郁，提升患者自身免疫力，同时注重对患者情绪的安抚及心理疏导。

经过一段时间的治疗后，老者的病情得到了控制，食欲和精神也明显好转。此后，老者定期到医院复诊拿药，在陆小强及其团队的帮助下，老者有质量地过完了余生。

在老者离世后，南海四院中医科与他的故事及情谊并未停止。“全靠你们的帮助，老爷子走之前都能吃吃喝，算是享福了。”后来，老者的家人专门到医院向科室医护表达了感谢，节假日也会给医生们发来慰问信息，并推荐了好几位亲友到此就诊。



■南海四院中医科主任中医师陆小强为患者看诊把脉。

服务“走心”

提高患者就诊体验

“想要提升科室影响力、打响中医专科招牌，过硬的技术和优质的服务缺一不可。”在增强科室综合实力和深化优质服务内涵上，陆小强有着自己的一套见解。

当前，中医科正着力打造一支实力强劲的医护队伍，通过对青年、骨干医护开展系统培训和临床实践，到外地进修学习，拜师中医大家等方式帮助他们迅速成长，积累丰富的临床经验和技術能力。在服务上，注重医护人员的专业素养和服务意识，确保每一位患者都能得到及时、有效、暖心的治疗。此外，还尤其注重与患者之间的沟通和交流，倾听需求和意见，通过不断改进和优化服务流程，提高患者就医体验。

此前，中医科接诊了一位不明原因的腹痛患者。该患者是一名退休的西医医生，他时常出现腹痛、腹部冰冷、脾胃怕冷等症状。西医治疗数月未果，转而寻求中医帮助。

了解情况后，陆小强并未着急给患者开方抓药，而是耐心地询问他的生活环境、饮食习惯、作息规律等，从中找出可能影响病情的因素。“西医在一



■南海四院中医科致力传承中医治疗技术，年门诊人数近20万人次。

些疾病的治疗上可能更为直接和快速，但中医更注重身体的整体调理和平衡，同时在日常生活中应规律作息和饮食，注意保暖、避免过度劳累。”

经过一段时间的中药治疗，患者的腹部不适情况明显改善，但随之而来的是服药后偶发燥热上火、喉咙痛。注意到该情况后，陆小强多次根据其身体反馈情况调整药方，将用药剂量从5克、10克、15克慢慢增加过度，数月后患者不适症状已然消失。

为给患者提供更加优质、专业的中医服务，南海四院中医科与广东省中医院、广州市

中医院等知名医院合作，开设杨志敏名中医工作室、张华名中医工作室，邀请全国知名中医药专家团队到院坐诊、指导。

南海四院中医科致力推广中医药等专科医疗技术，将优质服务不断延伸、细化，已形成科室有特色、医生有特长的发展格局，住院部开放病床有20多张，年门诊人数近20万人次。

“我们将不忘初心，充分发挥中医药在防病治病方面的独特优势，为南海西部及周边地区群众提供更加优质的服务，用中医实力‘圈粉’，服务更多群众。”陆小强说。

想要安然度夏？试试中医养心妙招

夏季为自然界阳气旺盛之时，根据中医“天人相应”的理论，也是人体阳气旺盛的季节。有哪些中医推荐的养心方法，可以帮助大家保持心情愉悦、身体健康？不妨试试以下几个养心小妙招！

01 颐养心神

夏天重视“静养”，要有意识地进行精神调养，减慢生活节奏，戒躁戒怒，让心静下来，学会平心静气。俗话说“心静则身安”。日常可以多做些静心宁神的事情，打打太极拳、八段锦，使精神有所寄托，调养心神，涵养心灵。

02 闭目养神

闭上眼睛可以养目，同时也可以静心。夏季可以利用工作之余或等车、乘车等一些零碎时间，随时闭目养神。经常闭目养神对健康也大有裨益。夜深人静时，静静地闭目端坐，凝神敛思，几分钟或十几分钟便会感到思绪宁静、心气平和，而且暑气渐消、精力渐增。

03 坚持午睡

夏天白天时间比较长，容易被困，天气炎热也易让人感到疲劳，夜晚睡眠质量又不太高，因此适当的午休对防病养生很重要。中午适当小睡一会，不必长睡，20~30分钟就够了，以缓解身心疲劳，养护心神。

04 按保健穴位

神门穴，这个穴位在手腕部，腕掌侧横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的挠侧凹陷处，即在手腕横纹处，从小指向下延伸，到手掌根部的凹陷处。神门穴具有安定心神、清泻心火的功效。日常可随时掐、揉刺激神门穴，以有轻微酸胀感为宜。晚间睡前可用右手大拇指按左手神门穴10~20次，助眠效果更好。再用同样的方法，用左手按摩右手的神门穴。

05 注重食疗

推荐一款清暑宁心安神饮，鲜荷叶半张，莲子、芡实各20克，冰糖5~10克，用水熬煮直至莲子和芡实熟烂。可调理失眠、神经衰弱等症。

（来源：南方网）

分类信息

刊登热线：86224851 13726677228

▲股权户代表黄群英遗失佛山市南海区股份合作经济组织户内股权及成员证，证号：060552023001-0384，现声明作废。

▲佛山市南海区桃花妆美容院遗失卫生许可证，号码：粤卫公证字[2022]第0605C04942号，现声明作废。

公 告

佛山市公安局南海分局在执法中查扣了一批机动车辆（见附表）。请当事人自公告之日起三个月内携带有效证件到相关公安机关接受处理，逾期不接受处理的，我局将按《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》进行处理。

佛山市公安局南海分局
2024年7月30日

桂城中队				罗村中队				和顺中队				和顺中队				西樵中队			
序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号
	真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证		
1	粤 A3K2S7	长安	4CE021131	2	粤 Y506C9	起亚	B0022467	6	粤 AF56G0	长安	18646273	17	粤 E5C958	江铃	065259	1	粤 YVB968	五十铃	000788
2	粤 Y556P1	捷达牌 JETTA	273018976	3	粤 Y59851	长安	无	7	粤 X17G99	长安	004003	18	粤 Y963E1	奇瑞	K51975				
狮山中队狮山辖区				4	粤 E9N545	五菱	71025924	8	粤 YDE198	吉奥	129933B	19	粤 J14136	皇冠	0118010				
序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	和顺中队				9 <td>粤 Y85436</td> <td>江铃</td> <td>84030521</td> <th rowspan="2">序号</th> <th>车牌号</th> <th rowspan="2">厂牌</th> <th rowspan="2">发动机号 / 车架号</th> <th colspan="4">机动中队</th>	粤 Y85436	江铃	84030521	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	机动中队			
	真牌证 \ 假牌证			真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证		真牌证 \ 假牌证			真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证	真牌证 \ 假牌证
1	粤 Y8109J	羊城牌	90000732	1	粤 AE4123	金杯	023658	10	粤 Y81G16	长安	020763	20	粤 E9570Q	长安	016093	1	粤 K11589	华建牌	70423112
2	粤 Y67269	长安牌	7G031206	2	粤 E46289 (假牌车)	丰田	0020544	11	粤 EQ9A67	江铃	3036803	21	粤 YUH999	五十铃	3000070				
罗村中队				3	粤 EB5A26	五十铃	020003	12	粤 H05H50	长安	002298	22	粤 E063Z5	五菱	211310	2	粤 B0CP37 (套牌车)	东风日产	220440
序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	4	粤 R526H2	五菱	2228190	13	粤 Y61R52 (套牌车)	福田	6090088	23	粤 Y653S7	江淮	050747				
1	粤 E7P393			五菱	A7126751	5	粤 Y36261	骏逸	007890T	14	粤 Y34Q51	五菱	2720647	丹灶中队丹灶辖区				序号	车牌号
		15	粤 Y42V63											五菱	1010487				
				5	粤 Y36261	骏逸	007890T	16	粤 ET8F50	长安	008552					1	粤 E917SF	五十铃牌	056572

公 告

佛山市公安局南海分局在执法中查扣了一批机动车辆（见附表）。请当事人自公告之日起六个月内携带有效证件到相关公安机关接受处理，逾期不接受处理的，我局将按《公安机关办理行政案件程序规定》进行处理。

佛山市公安局南海分局
2024年7月30日

平洲中队				平洲中队				平洲中队				机动中队			
序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号	序号	车牌号	厂牌	发动机号 / 车架号
	真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证				真牌证 \ 假牌证		
1	粤 B7X22B	长安牌	C61E022740	2	粤 YDT293	福克斯牌	8J48577	3	粤 Y55T38	长安牌	97BB051935	1	湘 10-F1035	长安牌	5501583