

新春走基层

当“非遗版”春节遇上中医药文化

□首席记者 姚常房
本报记者 闫斐 潘松刚
通讯员 庞永顺

在北京，融观光休闲、中医药文化传播、中医药康养于一体的中医药康养文旅路线已成为国内外人士了解中医药文化、学习中医药知识和体验中医药特色技术的重要窗口。

2024年5月，北京市朝阳区发布两条集文化旅游与健康养生于一体的康养文旅路线，分别是“康养朝阳 药说博物”——朝阳区中医药养生文旅路线、“康养有方 宜游朝阳”——朝阳区中医药健康服务体验之旅。

乙巳年春节是首个“非遗版”春节。2月7日，大年初十，本报记者选择“康养有方 宜游朝阳”路线里的一条半日游路线（北京市朝阳区中医医院—北京民俗博物馆—THE BOX 朝外11年轻力中心），进行了一次沉浸式体验。尽管春节假期已经结束，但是旅游线上的“新年热度”依旧在线。游客们参观中医院、民俗博物馆，到网红打卡地打卡，感受热烈而浓厚的中医药文化。

中医药与民俗 “撞个满怀”

走进京城唯一的国办民俗类专题博物馆——北京民俗博物馆，只见大红灯笼高高挂起，喜庆的春联写满祝福。在春节的热闹气氛里，借助文化活动、文物展览、习俗讲座等传承方式，中医药文化绽放得更加绚烂。

“立春那天，咱们也吃春饼啦。”刘女士开心地招呼同伴。“日月星辰——物说二十四节气特展”吸引了众多参观者，展览以“物”说的形式，辅以文字介绍、语音导览，诠释了二十四节气这一中华文明代表性智慧结晶的深厚内涵。

刘女士看到的是清代山西新绛年画《春牛图》局部“吃春饼”，三人休憩吃春饼的画面旁写着“三人九饼，五谷丰登”的谚语，象征着新的一年丰衣足食、五谷丰登。

“跟着节气过日子”是博物馆“本草小象——北京中医药文化健康体验馆”的一个展区，更为细致地介绍了节气养生知识。随手翻开一个写有“立春”字样的展示牌，只见背面写着：“立春时节，阳气升发，养生注重护肝……”

北京民俗博物馆相关负责人表示，近年来，博物馆充分发挥中医药文化体验馆的作用，依托二十四节气等传统文化活动，打造弘扬传统中医药文化的平台与渠道，用民俗的形式传

承和发展中医药文化。

在我国，中医思想与二十四节气相结合，形成了丰富的养生习俗。其中，传统饮食习俗伴随着时间的推进、健康理念的深入人心，保留了历史的味道，也生发出一些新模样。

年画让刘女士回味起了自家春饼的味道。

“今年的春饼与往年最大的不同是，蘸酱里的盐少了，鸡蛋、黄瓜条多了，主打一个健康。”刘女士说，“立春吃春饼是老北京传统习俗，也是大家迎接春天的重要仪式。以前只注重吃没吃，基本是点外卖。现在更多看营养搭配是不是均衡，是不是遵循节气饮食，自己下厨房的次数也多了起来。韭菜、豆芽、酱肘子、黄瓜条，抹上用鸡蛋炒的酱，有菜有肉，一口咬下去就是春天的味道。”

传统与现代正在加速汇聚。体验哈他瑜伽与颂钵疗愈活动，在户外滑滑板，约一场篮球……北京民俗博物馆对面的THE BOX 朝外11年轻力中心，是深受年轻人青睐的网红打卡地。

“像我一样，现在越来越多年轻人喜欢中医，愿意体验。很多人也切切实实从药膳、针灸、推拿等中医药服务中获益了。”一名正在逛街的女孩曾被问及“愿不愿意THE BOX 朝外增加一些中医药特色”时，充满期待。

中医药文化 阔步走向世界

细细的银针在中医师手中灵活舞动，精准地刺入穴位，仿佛在与身体对话……有着74年历史的朝阳区中医医院是中医药康养文旅路线的重要一站。走进该院针灸科，主治医师张劲松正在为一名有面瘫风险的年轻女士做治疗。

在朝阳区中医医院，随时随地能开启一段中医药文化之旅：艾灸以温热之力，激发人体阳气，弥漫袅袅艾香；火罐排排站，吸附在皮肤上，形成独特的负压，促进血液循环……在该院举办的体验活动中，参观者可以近距离观察、体验这些中医特色技术，感受中医对生命奥秘的独特诠释。

朝阳区是北京市对外交往的重要窗口，聚集了全市近100%的外国驻华使馆，90%的国际传媒机构、80%的国际组织和国际商会、70%以上的国际投资性公司和地区总部、65%以上的外资金融机构、50%的外籍人口。该区持续通过健康咨询、展览展示、体验品鉴等活动，向国际友人推介优质中医药资源和中医药服务，让中医药文化阔步走向世界。

走

走进中西医协同“旗舰”医院

中西医协同点亮美好图景

□本报记者 孙勃

“党委书记和院长同‘挂帅’，谋划推进中西医协同‘旗舰’医院建设工作，全力打造医疗健康高地。”广东药科大学附属第一医院的2024年年终盘点，描述了中西医协同发展的美好图景。谈及中西医协同“旗舰”医院建设，该院副院长、骨科中心主任林强介绍，该院围绕“有组织、有团队、有措施、有成效”，加强体制机制构建、基础设施建设、中西医协同模式创新、人才培养能力建设、临床科研提升等，取得显著成效。

打破局限“融新境”

近年来，广东药科大学附属第一医院不断完善中西医协同管理制度——明确促进中医药传承创新发展、中西医协同发展机制和多学科诊疗体系建设；明确中西医协同建设目标，将中西医联合查房、会诊纳入医院章程及管理制度。

该院不断探索多学科交叉的中西医诊疗模式，从“整合”向“融合”发展。林强介绍：“在医院与医院之间，我们与多家民族医药医院开展合作，在中西医结合重点专科领域建立‘点对点’的合作关系，充分发挥中医药等

传统医药在解决疑难疾病中的重要作用；在科室与科室之间，统筹协调中医临床科室与其他临床科室联合查房开展诊疗工作。”

记者了解到，该院中医科医师目前已积极参与到心血管科、神经内科、心胸外科等多个科室的联合诊疗、多学科诊疗中。

为鼓励专科以“西医+中医”方式开展中西医协同诊疗，该院对合作开展中医治疗给予绩效奖励扶持，将建设实施情况与各科室（部门）及其负责人的工作考核直接挂钩。同时，该院通过招聘中医师积极推动中西医协同工作，中西医结合代谢病科、消化科、肿瘤科、骨科、神经内科、乳腺科等均有中医师开展中西医联合诊疗以及中西医结合科研工作。

中西医协同最终要让患者受益。林强举例说，针对一名受颈椎病折磨达6年之久的患者，中西医协同骨科中心团队为患者制定个性化治疗方案——采取仰卧屈曲位拔伸牵引法，通过手法牵引估算最佳牵引角度和重量，再利用牵引装置进行前屈牵引。同时，中医团队根据患者的体质和病情，通过针灸、刮痧等传统中医疗法，调节气血、疏通经络、缓解肌肉紧张；结合中药调理，进一步增强疗效，预防病情的复发。

林强表示：“医院聚焦肿瘤、心脑血管病、代谢性疾病、慢性筋骨病等常见病、多发病，成立中西医结合多学科

协作会诊管理小组、中医专家组，开展中西医联合门诊，制定会诊流程等，积极探索开展中西医协同攻关，形成规范化临床诊疗方案。”

专科引领“铸品牌”

广东药科大学附属第一医院充分利用中医科、中西医结合人才和技术优势，依托中西医结合发展具有优势的专业，建立“以病人为中心、以疗效为核心”的中西医有效运行机制和合作模式，打造中西医协同代谢病中心、脑病中心、骨科中心、肿瘤中心、消化病中心、乳腺中心、心血管中心、心胸外科中心等“中西医协同专病中心”。其中，肿瘤科、神经内科、消化内科成为国家中西医协同“旗舰”科室建设项目。

针对疑难危重疾病，该院制定中西医结合诊疗优势病种，中医与西医联合开展基础研究，在部分疾病诊疗中提出创新理论，形成诊疗方案、临床路径。譬如，在糖脂代谢性疾病方面，该院郭皎教授团队将糖尿病、高脂血症、脂肪肝、动脉粥样硬化等糖脂代谢性疾病整体认识和一体化防控，创建“调肝启枢化浊”防控新策略；主持制定《糖脂代谢病（瘕浊）中西医结合诊疗技术规范》《国际中医临床实践指南糖脂代谢病》等。

“发展中医国际医疗，既能治疗疾病，也能传播中华文化。”朝阳区卫生健康委相关负责人介绍，近年来，朝阳区中医药国际化服务资源稳步扩充。以中医药为媒，于中国传统节日期间举办“亮马河水岸经济带”国际友人说中医、中阿文化交融生彩专题活动，连续举办9届驻华使节中医药健康日活动，建立7家区级中医药国际服务试点基地，聘请10余名外国友人作为志愿者加强中医药文化国际交流与传播。

如何为朝阳区的这条中医药旅游线路服务？张劲松的答案是：让医院成为传承与弘扬中医药文化的生动课堂。“一方面，专业中医师可以为游客提供全面的健康咨询服务，根据个人体质特点提出个性化的养生建议，进行专业治疗；另一方面，医院通过组织体验活动、讲座互动等形式，引导游客了解中医药文化的博大精深。”张劲松说。

“国际诊疗区开诊当天，来自摩洛哥、斯里兰卡、阿富汗、孟加拉国、埃及等30余个国家的外国友人现场体验了中医药技术。而这仅仅是传承发展中医药文化的一个缩影。”朝阳区中医医院副院长马利荣介绍，2024年，该院成为朝阳区中医药国际服务试点基地，经常举办类似体验活动，比如中医

记者手记

无论是春节还是中医药，都已成为世界接受、认同和欣赏中华文化的符号。春节与中医药的融合创新，不仅是文化展示，更是经济社会发展的推动力。

作为北京市对外交往的重要窗口，朝阳区在中医药资源拓展、中医药文化传播等方面不断创新，以中医药为主题的康养文旅路线正是其中之一。

一。在传统与现代的交相呼应中，中医药文化有了更多呈现和传播形式，中医药文旅也成为经济社会发展的一种新路径。

春节与中医药的世界性，在二者的相互激发中有了更多表达。春节给予了中医药在世界文化交流互鉴中迸发独特魅力的“时间舞台”，一如记者采访时看到、听到了很多

体质辨识、中医望闻问切诊疗、中医特色康复诊疗，以及健康养生讲座、自制中草药茶饮等，国际友人和居民还能体验针灸、推拿、按摩、耳豆穴位贴等中医适宜技术。

对如何更好地丰富中医药康养文旅路线内涵，朝阳区中医医院还有很多想法。马利荣说，中药炮制是一门精细的学问，不同的药材有着不同的炮制方法，每一道工序都蕴含着古人的智慧和经验。该院一直不遗余力地精耕中药技法传承，未来将逐步展示中药炮制的全过程，让参观者欣赏丸散膏丹的制作工艺，更全面地了解中医药。

国际友人体验中医药技术的画面和故事，也看到了地方在推介优质中医药资源和中医药服务上的用心、用情、用力。同时，伴随中医药文化的深度传播，春节也展现出新的节日色彩。

新年序章，美好启航。希望中医药不只在每一个春节闪亮，更在今后的每一天绽放光华。



2月7日，北京市朝阳区中医医院针灸科，医生张劲松正在为一名患者开展治疗。

本报记者潘松刚摄

在培临床医师有85人；通过组织青年骨干医生向广东省中医名家拜师学习等方式，拓展西医学习中医人才规模。人才队伍扩充了，服务患者的“阵地”也随之扩大。记者看到，该院中西医结合代谢病科开设中医护理门诊，开展灸法、罐法、针刺法、刮痧法、贴敷法、药浴法、热熨法、推拿等中医适宜技术，以及具有中医药特色的护理和健康指导，越来越受到患者的喜爱。

在强化人才培养的同时，该院加快建设中西医协同“旗舰”医院所需基础设施。院区在升级改造工程中，规划1万平方米作为“广东省代谢病中西医结合研究中心临床研究部”。同时，实施院内临床科研项目激励计划，推动中医药临床循证研究项目广泛开展。

该院不仅建设中西医结合特色门诊、“治未病”中心等，还建立中西药制剂标准化中心，实现中药制剂与化学药制剂规范化生产。据了解，该院共有制剂批文46个，院内中药制剂7个。其中，特色中药制剂——贞木调脂胶囊获得“岭南名方”称号。

该院制剂室相关负责人表示，“岭南名方”称号的获得，是专家和患者对贞木调脂胶囊有效性、安全性、经济性的认可。该院将继续扩大包括贞木调脂胶囊在内的特色制剂的调剂范围，满足患者用药需求。

“未来，医院将继续深化中西医协同建设。一方面，进一步拓展中西医结合的病种范围，探索更多疾病诊疗的中西医联合诊疗标准流程；另一方面，加强与国内外医疗机构的交流合作，分享我们的经验，同时引进先进理念技术，将中西医协同推向更高水平。随着不断探索实践，中西医协同必将为健康事业开辟更广阔的天地，为更多患者点亮生命之光。”林强说。

河南义务教育阶段 综合体育活动新规出台

本报讯（记者李季）日前，河南省教育厅发布《关于全省义务教育阶段学校每天开展两小时综合体育活动的通知》，明确要坚持“健康第一”的教育理念，从2025年春季学期开始，义务教育阶段学校要每天开设一节体育课，并纳入课表，不得挤占；高质量实施每天两个大课间、每个大课间30分钟开展体育活动，确保每天两小时综合体育活动时间。

《通知》提出，具备条件的学校，从2025年春季学期开始，完成上述目标。不具备条件的，实行半年过渡期，至2025年秋季学期开学全部完成上述目标；在过渡期内，当天未开展体育课的班级，可统筹利用其他时间，组织学生开展一小时特色体育活动。

《通知》要求，持续加强和优化大课间体育活动，改进活动形式，提高活动质量，满足中小学生对体育活动的需求。丰富大课间体育活动内容，积极开展广播操、跳绳等传统体育项目，同时开展甲骨文操、啦啦操等新兴体育项目，不断增强大课间体育活动的吸引力和影响力。

江苏实施专项行动 保障中小学生活动时间

本报讯（通讯员江教 特约记者沈大雷）江苏省教育厅近日印发的《关于在义务教育学校实施“2·15专项行动”的通知》要求，保证学生每天综合体育活动时间不低于2小时，课间活动时间15分钟。

《通知》提出，自2025年春季学期起，全省义务教育学校落实15分钟课间时长，每节课间要安排学生走出教室，通过适度活动、游戏、交流等方式放松休息。每天上、下午各安排一次不少于30分钟的大课间体育活动和2次眼保健操（包含在课间时间内），并纳入教学计划，列入作息安排。自2025年秋季学期起，全省小学全面实施每天1节体育课，初中试点每天1节体育课，到2026年秋季学期实现义务教育学校全覆盖。

《中医药文化研究》 创刊

本报讯（特约记者喻文苏 通讯员王文凭）近日，以中医药文化、传播、智库为主要研究对象的学术集刊《中医药文化研究》在四川省成都市创刊。

《中医药文化研究》是四川省委宣传部等部署打造的四川省“十四五”中医药文化弘扬工程重点项目，由四川省中医药局主管，四川省中医药科学院、四川省中医药文化发展促进会主办，由社会科学文献出版社以学术集刊方式出版。

该刊设置事业发展、医学哲学、医史文博、名家流派、新闻传播、养生科普、产业经管等10个固定栏目，编发以中医药文化与传播研究为中心的具有文化深度和智库价值的学术论文。创刊号刊发中医药事业、产业等大类领域学术论文22篇，累计32万余字。

援外动态

尼日尔18岁患者 重新站立起来

本报讯（特约记者周婷 张凯莹 通讯员郑志大）近日，援尼日尔中国医疗队脊柱外科李小峰副主任医师与尼日尔综合医院的Lamine医生紧密合作，成功为一名18岁的当地患者切除胸腰段巨大髓外硬膜下血管瘤，让他从轮椅上站了起来。

1年前，该患者无明显诱因出现腰背部疼痛，伴双下肢逐渐麻木和乏力，尤其是左侧更为明显。1个月前，他双膝以下部位感觉明显减退，运动能力逐渐丧失，生活不得不依赖轮椅。

当得知中国医疗队长期在尼日尔综合医院工作时，该患者及其家人前来求医。李小峰了解情况后，毫不犹豫地承担起救治责任。李小峰与Lamine医生进行联合会诊，凭借丰富的临床经验，结合当地实际情况，为患者量身定制一套详尽的手术方案。

在手术过程中，李小峰与Lamine医生紧密协作，克服当地医疗设备相对简陋、手术条件艰苦等困难，经过3个小时的紧张手术，成功将患者胸腰段巨大髓外硬膜下血管瘤彻底切除。

在医务人员悉心照料下，患者在水后两便功能立见，之前受损的功能也在逐步恢复之中。