



当中医药“邂逅”文创

多家主流媒体聚焦“健康三宝”



□记者 姜琰 杨扬

“‘健康三宝’为射阳胎菊茶、盐都葛根茶、滨海首乌花茶,是盐阜大众报业集团和盐城市文化产业促进会联合打造的盐城特色中医药文创产品……”11月25日,《中国中医药报》要闻版刊发《江苏盐城推出特色中医药“健康三宝”》。

作为国家中医药管理局主管的中医药行业唯一的权威性大报,《中国中医药报》是医疗行业的大型专业媒体,在中医药行业内具有极高的专业性和权威性。该报旨在宣传中医药产业政策,弘扬中国传统医药文化,传播医疗养生保健知识,及时报道行业动态信息。

这款中医药文创产品首发以来,实力刷屏,持续“吸睛”,吸引了《中国中医药报》、中新网、中国网、央广网、“学习强国”平台、新华报业网、交汇点、现代快报网等多家媒体的关注与报道。多家主流媒体聚焦“健康三宝”,也上中医药文化越来越深入人心。

11月15日,在江苏盐城大健康产业出海推介会上,中外健康专家与大健康企业代表纷纷对这款“健康三宝”茶饮的独特口感和健康理念赞不绝口。11月24日,“健康三宝”应邀参加盐城市食品医药卫生学会会员大会暨特殊食品发展学术年会进行展示,来自上海市第十人民医院、盐城工学院功能食品研究所、市医学学会临床营养分会、第一人民医院、市营养学会等健康机构的营养专家为“健康三宝”茶饮点赞……

“健康三宝”的火爆出圈,背后是传统中医药文化的深厚底蕴,也契合现代人的健康生活目标。而相关的话题度和创新性设计元素,通过网络传播引发流量效应,既满足了年轻人对新鲜感的追求,又为中医药文化传播找到了载体。

“倒杯开水,冲泡一会儿,泛起阵阵清香……”11月26日,在盐阜大众报业集团集团云媒云会客厅运动区,国家一级指导员、杨氏太极拳传承人作为集团员工教授八段锦。而在会客厅另一边茶文化体验馆内,“健康三宝”茶饮品鉴也在举办,集团打造的独具养生价值与地域文化的健康茶饮,让工作氛围更加轻松。

大家纷纷表示,工作节奏越来越快,年轻人越来越关注自身健康,对中医养生也热情高涨。工作之余到会客厅适时休息放松,来一杯“健康三宝”,工作中又增添了一份“小确幸”。“健康三宝”让中医药文化与潮流共舞,也在群众的心中持续“升温”,持续“沸腾”。未来,“健康三宝”将借助优质行业资源,讲好品牌故事,不断“解锁”更多场景,“拿捏”流量密码,让更多的人了解盐城地域文化,感受传统中医药的魅力。



“健康三宝”茶文化体验现场 记者 王焱 摄



主办:盐城市卫生健康委员会
盐阜大众报报业集团
健康教育 协办:盐城市疾病预防控制中心

入冬防流感小常识

流感的传播途径是什么?

流感患者和无症状感染者是季节性流感的主要传染源。流感病毒主要通过感染者打喷嚏和咳嗽等产生的飞沫传播,也可经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触感染,比如手接触被病毒污染的物品,又触摸自己口鼻是常见的传播方式。在特定场所,如人群密集且环境密闭或通风不良的室内,流感病毒也可能通过气溶胶的形式传播。通常,流感的潜伏期为1至4天(平均2天),从潜伏期末到出现症状后的急性期都有传染性。

流感的易感人群有哪些?

全人群普遍易感。流感病毒易发生变异,病毒变异后可能导致之前通过

自然感染或免疫接种形成的免疫保护难以长期维持。婴幼儿、孕产妇、老年人和慢性病患者等高风险人群感染流感病毒出现严重并发症的风险相对较高。

如何预防流感?

每年接种流感疫苗是预防流感的有效手段,可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。

个人在接种流感疫苗前,应对自己的健康状况进行评估,确保健康状况良好,避免发热或急性发病期接种疫苗;符合接种条件的个人,可在居住地附近就近选择接种点预约接种。接种时尽量避免空腹,要配合门诊医生询问,如实填写知情同意书。接种后在接种点留观30分钟,注意当天保持接种部位的清洁干燥。

寻医问药

特约刊登:盐城市中医院

冬日中医养生需注意

市民张女士来电咨询:请问冬天中医养生有什么需要注意的吗?

省名中医、市中医院主任中医师徐兆山答:在冬中进行中医养生,有以下几个方面需要注意:

首先,保暖至关重要。冬季气温低,应注意头、颈、背、足等部位的保暖。头部为诸阳之会,受寒易引发头痛;颈部血管丰富,受寒易导致血管收缩,影响脑部供血;背部有许多重要穴位,受寒则易伤及阳气;足部离心脏最远,血液循环相对较差,易受寒邪侵袭,所以要穿保暖的鞋袜。

其次,饮食有讲究。宜多吃温热性、易消化的食物,如羊肉、牛肉、核桃、山药等,以补充身体热量和营养。但要

避免过食辛辣、油腻、煎炸食物,以防内生燥热。同时,可适当食用一些滋阴润燥的食物,如银耳、百合等,以防冬季干燥伤阴。

再者,运动要适度。冬季不宜进行过于剧烈的运动,以免大汗淋漓而损伤阳气。可选择如散步、太极拳、八段锦等较为舒缓的运动方式,既能活动筋骨,又能促进气血流通。

最后,情志需平和。冬季万物凋零,人易产生抑郁情绪。要保持心情舒畅,多晒太阳,参加一些有益的社交活动,以调节情绪,避免不良情绪对身体的影响。总之,冬日遵循中医养生原则,注意这些方面,为身体健康打下坚实基础。



[微信公众平台]

“健康三宝”火爆出圈!



请扫码阅读

盐城“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈

交汇点新闻 2024-11-27 08:32:05 13.7万

传承地域文化,弘扬养生理念 盐城“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈

“健康三宝”的成功首发,证明弘扬中医药文化,既要传承,更要创新。“大健康产业的发展,需要更多的‘健康三宝’中医药文创系列产品涌现。”……11月15日,在盐城大健康产业出海推介会上,“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈。

当前,膏方节、冬病夏治、夏病冬治、中医健康文化夜市和传统中医药文化已深深融入群众日常生活,中医药文化和产品呈现出受众群体年轻化和“国潮化”特征。中医药学包含着中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验,是中华民族的伟大创造和中国古代科学的瑰宝。“滨海首乌,又名白人参”“北有人参,南有葛根”“射阳洋马,又名白人参”……盐城中医药文化历史悠久,有着浓厚的中医药文化氛围和药食同源的优良中医药资源。

传承地域文化,弘扬养生理念 盐城“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈

交汇点新闻 2024-11-27 08:32:05 13.7万

传承地域文化,弘扬养生理念 盐城“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈

“健康三宝”的成功首发,证明弘扬中医药文化,既要传承,更要创新。“大健康产业的发展,需要更多的‘健康三宝’中医药文创系列产品涌现。”……11月15日,在盐城大健康产业出海推介会上,“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈。

当前,膏方节、冬病夏治、夏病冬治、中医健康文化夜市和传统中医药文化已深深融入群众日常生活,中医药文化和产品呈现出受众群体年轻化和“国潮化”特征。中医药学包含着中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验,是中华民族的伟大创造和中国古代科学的瑰宝。“滨海首乌,又名白人参”“北有人参,南有葛根”“射阳洋马,又名白人参”……盐城中医药文化历史悠久,有着浓厚的中医药文化氛围和药食同源的优良中医药资源。

传承地域文化,弘扬养生理念 盐城“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈

交汇点新闻 2024-11-27 08:32:05 13.7万

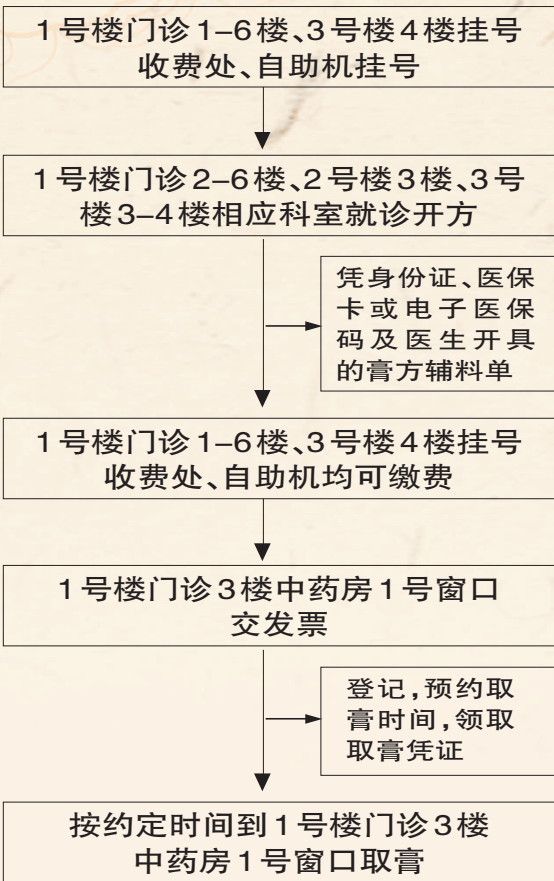
传承地域文化,弘扬养生理念 盐城“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈

“健康三宝”的成功首发,证明弘扬中医药文化,既要传承,更要创新。“大健康产业的发展,需要更多的‘健康三宝’中医药文创系列产品涌现。”……11月15日,在盐城大健康产业出海推介会上,“健康三宝”中医药文创产品火爆出圈。

当前,膏方节、冬病夏治、夏病冬治、中医健康文化夜市和传统中医药文化已深深融入群众日常生活,中医药文化和产品呈现出受众群体年轻化和“国潮化”特征。中医药学包含着中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验,是中华民族的伟大创造和中国古代科学的瑰宝。“滨海首乌,又名白人参”“北有人参,南有葛根”“射阳洋马,又名白人参”……盐城中医药文化历史悠久,有着浓厚的中医药文化氛围和药食同源的优良中医药资源。

省中医院专家团队来市中医院坐诊支“膏”招

膏方门诊就诊流程



一年中进补的最佳时间到了!秋冬是封藏的季节,宜补充和收藏营养精华,冬令养精蓄锐,使肾精充沛,则来年体质增强,秋冬进补,膏方为佳。12月1日上午,江苏省中医院膏方专家团队来院坐诊,为您量身定制膏方,开启“养生”之路。

12月1日膏方专家预约方式

预约时间:周一至周五全天,周六上午
上午:8:00—11:30,下午:2:00—5:30

预约电话:18805100800
19905100800

专家义诊活动福利一览

1. 免专家挂号费;2. 现场免费品尝中药养生茶饮;3. 现场免费体验中医适宜技术(耳穴埋籽等);4. 现场免费品鉴中药膏方(限量);5. (当天缴费)制作膏方的优惠加工费100元。



曾庆琪

全国名老中医药师承指导老师著名泌尿生殖男科、内科杂病专家,江苏省名中医,主任中医师,二级教授,博士,中医学博士,中药学博士后,中医世家传人。世界中医药学会联合会男科专委会主任委员,中国民间中医药研究开发协会生殖与男科专委会主任委员,中华中医药学会生殖医学分会副主任委员,江苏省中西医结合学会副会长,江苏省中医药学会男科专委会主任委员。《中国肿瘤外科杂志》主编。临床擅长:应用中西医结合方法诊治疑难杂病。调治内科杂病汗证、头痛、失眠、焦虑、郁证;心悸、高血压、高血脂、冠心病、中风;口腔溃疡、脾胃病、便秘、痛风;痤疮、湿疹、黄褐斑等皮肤病;过敏性鼻炎等过敏性疾病;肿瘤术后调治、亚健康体质调理等较有心得。尤其对男女不孕不育症,泌尿系结石,性传播疾病等有精深研究。



汪悦

二级教授,主任中医师,博士生导师。江苏省名中医;世中联风湿病专业委员会副会长;中华中医学学会风湿病分会荣誉副主任委员;江苏省中医学学会风湿病专业委员会荣誉主任委员;江苏省中医学学会内科专业委员会副主任委员;南京市中医药学会副会长;国家教学团队中医内科学团队和首批国家一流本科课程《中医内科学》课程负责人;曾任南京中医药大学党委常委、第一临床医学院院长、附属医院(江苏省中医院)副院长等职;先后主持国家级课题5项,部省级和厅局级课题20余项。获省部级科技奖3项,国家教学成果奖2项,省级教学成果奖8项;发表学术论文280余篇,编写学术著作80余部。



钱青

江苏省中医院妇科主任中医师。国医大师夏桂成教授学术经验继承人,第二批全国优秀中医临床人才。从事中医及中西医结合妇科临床、教学和科研工作近40年,秉承导师夏桂成教授的中医学学术思想和临证经验,博览中医经典,采撷众家之长,专长于妇科月经病、不孕不育症、先兆流产、异常子宫出血、盆腔炎性疾病、更年期综合征等疾病的中西医结合诊治,年门诊量达万人以上,受到广大患者的好评。2014年荣获“江苏省中医院名医”称号。主持和参加多项国家和省级科研课题,参加的“中医女性生殖节律创新及临床应用”研究获2011年度江苏省科技进步一等奖。“清热化瘀对子宫肌瘤EGF及ER、PR影响的临床研究”获2012年度江苏省中医药科学技术三等奖。发表学术论文30余篇,参编论著6部。