关注食品安全 倡导放心消费
盐城市食品安全举报电话
盐城市消费者权益保护委员会:12315 盐城市卫生健康委员会:88335859 盐城市商务局:12312 盐城出入境检验检疫局:12365-2
盐城市市场监督管理局:12315 盐城市农业农村局:12316 盐城海关:68668979 盐阜大众报报业集团:88302431

东台市中医院

药香润秋冬 感受传统中医药魅力



□记者 姜琰 周峰华

“今年膏方节开始了,我要去听听养生讲座!”近日,东台市中医院雅居院区暖意融融、药香阵阵,第十七届膏方养生节正式拉开帷幕,不少市民早早赶来,奔赴一场中医药养生之约。

扫一扫
看AI播报
视频:刘琪儿

秋冬时节,正是固本培元、调养身体、积蓄元气的黄金时段。膏方,是中医传统的滋补良方,讲究一人一方、辨证施补。东台市中医院的中医专家为大家把脉辨证,量身定制专属膏方,院内本草坊同步开启膏方熬制服务,匠心慢熬,把本草精华凝进膏滋里,适合秋冬调养。

本次膏方节内容丰富,老少皆宜。现场可以跟着老师习练舒缓的八段锦,品尝清甜养生茶饮,品鉴特色膏方;还能聆听实用的中医养生讲座,体验刮痧、耳穴埋籽等简便好用的中医适宜技术。看一看、听一听、尝一尝、动手体验,丰富的活动,让大家直观感受中医的妙处,慢慢把“治未病”的养生理念记在心里。

“在家门口就能见到专家,专门帮家里长辈问问冬天怎么调养,特别方便!还有线上直播,不方便出门的家人在家也能看养生科普,线上线下都能学,想得很周到。”市民张先生连连称赞。不少年轻人也趁着膏方节来体验,一改“中药又苦又难喝”的老印象,愿意跟着学习中医养生知识,养成日常调养的好习惯。

活动现场,大家还走进东台市中医药科普与文化宣传教育中心,认识各类道地药材,观看传统中药炮制技艺,了解东台本土中医的传承故事,近距离感受中医药的独特魅力。

科普中心就设在中医院雅居院区,是江苏省中医药科普与文化宣传教育基地。中心以院史馆为核心,配有百草园、本草坊、食疗养生坊、科普讲堂、互动体验区等,各类中医药实物展品、展板350余件套,投入超百万元,正着力打造占地2000平方米的东台中医药博物馆。平日里,中心常年开展中医药文化“七进”活动:中医养老志愿服务队走进社区,结合老年人常见病,宣讲防病养生知识;“岐黄校园行”走进校园,守护孩子们视力健康,每年惠及上万名小学生;中医药研学活动,带着孩子们识草药、练八段锦、学中医四诊;中医专家团队常态化下乡、进社区,送健康科普、义诊咨询。





连续十七年举办膏方养生节,遵循中医“因人、因时、因地制宜”的思路,由资深中医师把脉开方,科学进补。同时线上线下联动宣传,让中医药养生知识走进千家万户。

膏方是中医众多方剂里的一种,是中医药文化中不可或缺的一环,背后却藏着中医辨证论治的大学问。对于东台市中医院的医生来说,开处方无疑是一项驾轻就熟的日常工作。然而,一张处方的制备远非表象那般简单。它的背后不仅包含着患者、医生、医院的各项诉求,也承载了无数从医者对中医药文化的深厚追求与传承。在东台市中医院,仅眼科门诊,每天平均要开出200至300张处方,其中中药处方占六成以上。每一张中药方,都要仔细辨证、斟酌配伍,一代代中医人在传承中创新,用一剂剂方药守护百姓健康。

传承国粹中医,守护万家安康。东台市中医院会继续做强中医药人才队伍,深化医共体建设,推动中医药文化进社区、进乡村,持续做好中医调理、膏方调养等服务,用实实在在的中医力量,助力健康东台建设。

市科技馆“科普运动会”火热开赛

本报讯(记者 **李泓儒**)11月15日上午,市科技馆“第二届科学嘉年华”亲子趣味科普运动会在盐塘河公园开场,近200组中小学亲子家庭,把一上午的时间跑成了一堂没有课桌的科学课。

这不是寻常的运动会,而是一场“用脚跑、用手做、用脑答”的科普闯关,“护照”是整场活动的钥匙。签到领取之后,去哪个点位、按什么顺序,全由孩子自己定。市科技馆展位前排着小队,卡片上写着“冬天摸铁比摸木头凉”这类人人遇过却说不清的现象,抽一张、答一句原理,红印章“啪”地落在纸上。不远处,市少儿图书馆把立体书摊开在长桌上,恐龙从纸页里探出头,孩子们只有30秒翻看时间,就得答出书里藏的那道题,比的是眼力,也是记忆力。



市生活垃圾分类管理中心的展台上,卡牌翻来翻去,“翻翻乐”成了记忆配对赛;市医疗保险基金管理中心搬来一只立体方盒,孩子们闭眼一摸,抽出的是“断保有什么风险”“连续参保有什么激励”这样的题目。医保政策听着离孩子很远,可当它对上一张小贴纸的奖励,家长反倒比孩子更认真,蹲下来一条条讲给孩子听。

生态的主题,被做成了“看家本领”。市观鸟协会的展位前铺开一沓图片,丹顶鹤的朱顶、勺嘴鹬那把“小饭勺”似的嘴、黑脸琵鹭标志性的“口罩脸”,60秒内要把名字卡片对上号。市生态环境科学研究会则端出一瓶瓶模拟海水,pH试纸往里一蘸,比色卡上一对,酸碱性自己就说话,孩子还得补一句“护水的办法”,答案千奇百怪,却都记住了。

市天文学会的“宇宙小考场”里,银河系、星座、陨石轮番上阵;奇趣科学按学段备了两套材料包,低年级的孩子让乒乓球乖乖“吸”在气流上,高年级的埋头接线,等小灯泡一亮,那声“亮了”比任何讲解都有力。爱尔眼科的盲盒里塞着十几张护眼纸条。鼎植口腔的赛道上,孩子绕木桩跑一圈、跨过小栏,把“护牙食物”和“蛀牙食物”分别投进两只小牙篮。

“像这样的沉浸式科普,正是对‘听讲座、看展板’传统模式的突破。”市科技馆负责人表示,此次活动打破场馆边界,联动9家具备核心科普职能的单位,把基础科学知识、湿地生态保护常识、绿色环保理念、民生惠民政策转化为轻量化、可参与的亲子运动项目,让科普不再是单向的知识输出,而是可参与、可体验的陪伴。

9月全国科普月期间,市科技馆已用“一周一主题”串起校地合作、馆企联动、馆社协同的“科普朋友圈”,这回更进一步,把科普运动会直接开到了户外草地上。一位陪孩子连闯8关的家长感慨:“以前放假逛公园是散步,今天逛公园是把10家单位的科普资源‘一站式’体验了个遍,孩子玩得投入,知识点也记得牢。”

从科学实验到健康守护,从天文问答到水质检测,一场运动会,串联起科普惠民的“大民生”。当科学跑进公园、跑进游戏、跑进孩子亮晶晶的眼睛里,一颗颗好奇的种子,便已悄然发芽。

扫一扫
看AI播报
视频:陈晨

