

烟火气中邂逅杏林药草香

我市举办中医文化健康夜市



□记者 姜琰 陶秋凤

传承中医国粹,守护群众健康。八段锦、火龙灸、治未病、耳穴埋籽、中药猜猜乐……10月4日16:00至20:00,别开生面的盐城市中医药文化健康夜市在吾悦广场火热举行。活动融入了中医专家现场咨询、中医适宜技术体验和中药茶饮品尝,现场市民络绎不绝,气氛热烈非凡。本次活动由市卫健委、市中医药管理局主办,市中医院、盐都区盐渎街道承办,盐阜大众报文化传媒有限公司联合。



扫一扫 看视频
视频制作:陈涵
摄影:龚骏

品味中药馨香 体验独特疗法

“这款茶饮好香。”“比奶茶更胜一筹!”……中药馨香袅袅,令众多市民驻足流连。在中药茶饮品尝区,市中医院工作人员忙着为市民详细介绍每种茶饮的配方和功效。

市中医院治未病科副主任阙仁惠在现场展示的清肺乌梅饮与养颜乌梅饮,口味醇厚甘甜,



引来了不少年轻人前来品尝。“这两款乌梅饮今夏风靡,同样适合秋天润肺使用。”阙仁惠介绍说,此次活动同时展出的还有香包、颈椎枕、健脾茶等多样治未病产品,“现在,人们的健康观念从注重‘治已病’转向‘治未病’,这些中医药产品都是用于预防疾病,促进健康的。”

活动现场提供的麦粒灸、火龙灸、耳穴埋籽、刮痧等多种中医特色疗法,吸引了很多市民“沉浸式”体验,感受中医药在预防、保健、养生、康复等方面的独特魅力。

急诊科护士长万霞进行的麦粒灸,让体验者赞叹不已。万霞讲解说,“麦粒灸用温热之力,激发人体的正气,补益气血、温经散寒、疏通经络、消瘀散结,是防治疾病、改善症状的一种治疗方法。”

“中医的很多疗法更贴合中国人的体质,能对症下药,解决病症。最近工作压力大,肝火重,于是我现场体验了艾灸和刮痧,感觉肩颈轻松了很多。”市民刘先生,看到在吾悦广场举办中医药文化夜市的活动,他和家人迫不及待地赶过来体验一把。

“茯苓、百合、枳实、附子……”在中药猜猜乐游戏中,来自盐城幼儿师范高等专科学校18岁的小周和同学一起,通过猜谜答题的方式,一口气正确地说出了多款中药名称,十分自豪,“我们平时都注重养生,深知中医药文化的博大精深。”

专家暖心义诊 共享健康盛宴

当天,健康夜市专家义诊区人头攒动。市中医院精心组织了包括心病科、脾胃病科、肺病科、推拿科等在内的八大科室,众多资深医生齐聚一堂,为市民提供免费的义诊服务。

心内科顾婷婷副主任中医师擅长心脏疾病的诊断和治疗。在义诊现场,她耐心细致地为市民提供个性化的诊疗建议。通过望、闻、问、切等传统诊断方式,为群众辨证施治。“我已预约,下周去顾医师的门诊。心脏的毛病急不得,还需要慢慢调养。”一位市民如是说。

近日常气温突降,孩子生病咳嗽的比较多。儿科主任中医师袁洋所在的义诊区内,很快排起了长龙。袁洋一个个细心地问诊,建议一些症状较轻的孩子采用穴位贴敷等方法治疗。

“你俩是典型的‘妈妈手’,手腕疼痛是长时间用手腕来支撑婴儿头部所导致的。”骨科主任中医师韩庭良告诉市民柳女士和其邻居病因所在,并讲解了阶梯式治疗方案。

柳女士开心地告诉记者,“我和邻居都在家带



孩子,最近都不同程度的手腕疼痛难忍。没想到出门逛夜市,还能碰到中医专家。希望以后能有更多这样的活动,让我们更好地了解和传承中医文化。”

活动期间,八段锦表演也是亮点之一,吸引了众多市民在台下踊跃参与。八段锦,中国传统健身气功,动作柔和连贯,既能强身健体,又能陶冶情操,让参与者在练习中感悟中医养生文化的独特韵味。

弘扬中医文化 提升健康素养



据统计,本次中医药文化夜市活动共吸引了上千人参与,现场还发放中医药宣传资料、中药香囊、中药茶包、汤包等。

中医药文化传承创新发展,关乎亿万中国人民健康福祉。江苏省卫生健康委、省中医药管理局等部门2022年联合印发《中医药文化建设发展行动计划(2021—2025年)》,从提升中医药文化的内涵特色、发展平台建设水平、文化教育水平、专业队伍素质、文化影响力、社会传播效益等方面推进中医药文化建设,也给出了具体的“操作建议”。

“中医药文化,承载着中华民族的千年智慧与健康理念,根深叶茂于民间。”市中医院党委书记顾月星说,“中医药文化健康夜市这一创新



举措,通过有趣的活动形式,以其独特的魅力搭建了中医药文化传播的广阔舞台。在短短的时间内吸引到众多以年轻群体为主的市民,让中医药这一古老智慧在新时代焕发出更加璀璨的光芒。”

据了解,为了让中医药文化走近更多百姓身边,市中医院积极开展了一系列中医药健康知识普及与义诊活动,将中医药特色体验带入社区和校园。这些举措,不仅加大了中医药文化宣传力度,更提升了群众对中医文化的认同感,将优质的医疗服务和中医健康知识送到群众家门口,践行“中医惠民,健康到家”的服务理念,满足了人民群众日益增长的健康需求,为健康盐城建设贡献中医力量。