

海安中医文化展示活动连办三年越来越火——

草本香融入城市烟火气

推出中药咖啡、健脾棒棒糖、美白面膜……海安市中医文化展示活动连办3年,融养生集市、功法展示、知识问答等于一体,培养了众多铁粉。今年,海安市中医院的文化展示活动越办越“洋气”,吸引了4名来自乌兹别克斯坦的医生前来参加,还将活动搬到商场,让大众在拾趣玩味中感受中医药文化,创造生活性服务新业态,拉动健康消费。



海安中医夜市现场人头攒动。记者朱颖亮

中医夜市“好戏”不断

精致可口的药膳、新奇的中药咖啡、健脾中药棒棒糖、祛痘美白的中药面膜、中药洗发膏、中药代茶饮、比洗脸盆还大的灵芝标本、中医老物件、中医功法表演……第三届海安中医文化展示活动的夜市现场引人注目的东西数不胜数,吸引了大量百姓驻足。19日晚,中医夜市在海安市万达广场鸣锣开市,“摆摊”的都是医院的医护人员,他们全部身着国风服饰。

把脉问诊摊位前大排长龙,队伍快要一眼望不到尾。海安市中医院的张宝良、章进、柯进、王永年、邓舜等名中医在此坐诊。他们通过“望闻问切”为市民辨别体质,给出建议,以便大家更有针对性地养生。

在中医药特色技术体验摊位前,小贞(化名)带着朋友一起体验了拔罐和虎符铜匾刮痧。小贞因为前两日夜里睡觉落枕,不适至今。恰好逛街路过此处便赶紧坐下接受“治疗”。42岁的周先生(化姓)是一名销售员,平时需要开车东奔西走,落下了职业病——腰腿痛。“之前做过针灸,有效果。今天看到有免费的中医体验活动,赶紧来试试。”他说。

舞台下,各种中医体验活动引得人群聚集。舞台上,中医养生功法代表队的队员们正在认真地展示中医功法,五禽戏、八段锦、太极拳轮番演示。到了现场提问环节,大家都踊跃举手,抢着答题。一时间,台上台下,夜市内外,“好戏”不断。

外国友人前来“打卡”

海安中医文化展示活动已历经三届。两年前的8月19日,首届“海安中医节”在海安市文化艺术中心隆重开幕。旨在推动健康海安建设,促进中医药医疗、保健、文化、科研、产

业五位一体全面发展,营造有利于海安中医药事业高质量发展的浓厚氛围。同时,积极推动中国传统医学走出国门、走向世界,加快推进“中国江苏—乌兹别克斯坦中医药中心”项目,扩大中医药的国际影响力;大力发展中医药健康产业,努力招引越来越多的中医药产业项目落地生根。

两年过去,当初的设想基本都已落地。目前,海安市中医院不仅为南通市中西医结合医院中医科提供虎耳草栓中药制剂,还与乌兹别克斯坦和扬州大学医学院互联共建。本届中医文化展示期间,乌兹别克斯坦尼加提医院和塔什干尼加提诊所的4名专家和海安中医院的科研团队一同前往扬州大学医学院考察。

早在今年5月,海安市中医院就与乌兹别克斯坦共和国治疗和医疗康复专业科学与实用医学中心、扬州大学医学院拟合作开展中医药科研活动,根据签署的协议签约项目“中乌胃癌自然人群队列建立与基于多组学技术的早期分子诊断标记系统研发”,已经申报2024年度中国科技部国家重点研发计划“政府间国际科技创新合作”重点专项,目前该项目已经得到乌兹别克斯坦共和国卫生部的批准,正在有序推进。

海安市中医院副院长王亚军表示,项目落地后,乌兹别克斯坦在扬州大学医学院进修的留学生将在海安市中医院实习。

乌兹别克斯坦塔什干尼加提诊所心脏科专家扎基罗娃·古尔诺扎说:“我们很高兴参加海安中医文化展示活动。有5000多年历史的中医至今仍然保留着它的治疗方法,这是神奇而伟大的。”她告诉现场观众,自己在乌兹别克斯坦已使用针灸和中医疗法治疗了1000多名患者。本报记者朱颖亮

中医药文化也“变潮”

今年37岁的季先生(化姓)因为节食减肥,导致脱发到斑秃。看着越来越稀疏的头发,情急之下他来到了海安市中医院治未病科寻求帮助。治未病科主任中医师郭琦接诊后根据他的体质为他开了医院特制的养血生发外洗剂。郭琦介绍:“这是我们医院研制的中药洗剂,里面全部都是中药成分,有何首乌、墨旱莲、党参、当归、生姜等,可以活血祛湿,养发生血。”使用过一个疗程后,季先生的脱发明显好转,原来斑秃的地方也长出了新发。

海安市中医院研制的四季膏方产品多达十几种,除养血生发外洗剂外,还有祛痘膏、四白亮肤膏、补气健脾生阳膏、四季养胃膏、安神助眠膏、降脂祛湿膏、降压调理膏、痛经调理膏、小儿湿疹外洗方等,满足了不同群体的需求。

中药+咖啡,这样的“卡布奇诺”你喝过吗?活动现场,不少年轻人争相品尝健脾咖啡和美颜咖啡。这两款咖啡是海安市中医院在2023年7月推出的新品。分别有益气健脾、祛湿化浊和美白祛湿的功效。“中药和咖啡的碰撞,不仅是味觉上的享受,更是未病先防、调理体质、健康养生的新方式。”郭琦介绍,健脾咖啡是以经典古方“四君子汤”为基础,配制健脾药方,方中含白术、茯苓、太子参、甘草等。美颜咖啡另配制了美颜药方,方中含玫瑰、茯苓、白术、大枣等。不过这两款咖啡并非可以随意购买,必须要在医院挂号问诊后,医生对症用药才可以。

王亚军表示,眼下,养生的风已经吹到了“00后”群体,海安市中医院希望中医药文化能以丰富的形式融进潮流生活,让大家在拾趣玩味过程中近距离感受中医药文化的博大精深,让中医养生理念在互动体验中深入人心。本报记者朱颖亮

健康好声音 科普新达人 市一院首届科普大赛举行

晚报讯 昨天,南通市第一人民医院“健康好声音科普新达人”首届科普大赛圆满落幕。活动展示了该院在健康科普领域的创新成果与医务人员的多才多艺,进一步推动了健康知识的普及与传播。

竞赛自启动以来,得到了全院各科室的积极响应和热情参与,最终共有18支队伍脱颖而出,进入决赛阶段。参赛队伍们各展所长,运用PPT演示、视频解说、

情景剧等多种形式,将复杂的医学知识转化为生动有趣的科普内容。从慢性病预防到健康生活方式的分享,从急救技能的演示到心理健康的普及,每一个话题都紧扣公众健康需求,每一部作品都充满了创意与匠心。医务人员化身“科普达人”,用通俗易懂的语言、幽默诙谐的风格,将健康知识送到观众心田,赢得了阵阵掌声和好评。

记者徐培钦

情系长者 守望相助 “夏日送清凉”公益活动开展

晚报讯 19日~20日,崇川区天生港镇街道民政工作站联合“公益小浪花”社区社会组织,开展“夏日送清凉”公益活动,切实做好辖区困境长者群体关爱服务工作。

活动中,站点社工对困境名单进行梳理,并与“公益小浪花”社区社会组织的成员们协同合作,分组进行走访,确保将精心准备的消暑清凉包逐户送至辖区每一名在册困境长者手中。每个清凉包中均配备了清凉油、毛巾、洗发液、沐浴露、冰凉贴等防暑降温物品,以期为长者群体带去一丝清凉。

在送清凉包的过程中,站点社工、社区社会组织成员深入了解了长者们近期日常生活情况及健康状况,并提醒他们在炎热的天气中注意防暑和减少外出。“感谢你们的关心和关爱,在这么热的天还惦记着我们,给我们送来了这么多防暑降温的物品,真的太贴心了。”收到清凉包的李阿姨感动地说道。

天生港镇街道民政工作站相关负责人表示,未来他们将持续关注困难长者需求,为长者群体提供多样化服务,共同构建老年友好社区环境。

记者陆薇 通讯员刘卫源

使用电动车牢记七个“严禁”



日前,全国电动自行车安全隐患全链条整治工作专班公布了7月全国电动自行车火灾统计数据。数据显示,7月1日至7月31日,全国共发生电动自行车火灾1402起。电动自行车安全使用,请牢记七个“严禁”。

严禁购买不合格电动车及配件。不合格、非标或超标电动车、电池、电线、充电器,会增加火灾风险;严禁擅自改装。擅自改装电池、加装音响、照明等,容易造成线路超负荷引发火灾,擅自解除电动车限速会导致交通事故风

险增加;严禁不按规定停放。严禁在未落实防火分隔、监护等防范措施的住房、地下车库和地下室、半地下室室内停放电动自行车;严禁在非规定区域充电。严禁在人员密集场所和住宅建筑物的公共门厅、疏散通道、楼梯间、架空层、安全出口等公共区域充电,不能将电池带回家充电;严禁“飞线充电”。严禁采用私拉电线、乱装插座等不符合消防技术标准和管理规定的方式为电动自行车充电;严禁在易燃品附近充

电。电动车充电要远离易燃可燃材料搭建的电动自行车停放场所和易燃易爆物品;严禁长时间充电。车辆应避免充电时间过长,整夜充电且无人看管,一旦电池、电线等出现问题,极易引发火灾。(来源:国家消防救援局)