



活动现场



市民在体验中医按摩



太极表演



中药材展示



聊城市中医医院护理人员(右一)向卡塔尔友人赠送中医香囊。 本报记者 李健 万昊 摄

本报记者 马永伟

7月8日晚,光岳楼北广场和南广场人声鼎沸。由聊城市卫生健康委员会主办,东昌府区卫生健康局、聊城市中医医院承办的“岐黄润水城 中医惠生活”中医药文化惠民夜市在此火爆开市,千余名市民循着药香而来,在八大展区中沉浸式体验中医药文化的独特魅力。

据介绍,活动现场设置了中医药文化展示区、传统功法教学互动区、名医专家义诊区、特色疗法体验区、中药知识科普区、艾灸产品体验区、中医药膳及代茶饮品尝区和中医药伴我成长区八大展区。在互动环节,主办方准备了诸多趣味活动,市民可利用其提供的具有驱蚊、提神功效的中药材,亲手制作中药香囊,感受传统手工艺与中医药结合的魅力。另外,现场还可领取《探秘打卡手册》,市民前往各展区打卡,集齐5个印章可领取精美礼品。

当日傍晚6点,光岳楼下便已挤满前来打卡的市民。手持《探秘打卡手册》的孩子们在家长陪同下穿梭于各个展区,迫不及待地想要集满手册上所有的红色印章。“提踵、踮足。”在传统功法教学互动区,市中医院的九位医师带领市民练习八段锦,不少中老年人跟着口令缓缓起势,一招一式,有板有眼。56岁的市民刘梅跟着练完一套功法,额角渗出汗珠,脸上却洋溢着笑容:“平时总觉得腰酸背痛,刚才跟着老师做完动作,浑身都舒坦了!”旁边还有几位年轻人举着手机现场拍摄教学视频,打算回家跟着视频练习。

中医药膳及代茶饮品尝区飘出阵阵甜香,玉竹老鸭汤、山楂减肥饮、酸梅汤、清金代茶饮等药膳、代茶饮引得市民排起长队争相品尝。市民叶世明端着试喝杯连连称赞:“清金代茶饮有些甜味,有清热润肺、利咽开音的功效,比奶茶健康多了。”

在特色疗法体验区,艾灸的温热香气与拔罐的吸附声交织成独特的诊疗图景。30岁的白领汪女士正体验耳穴压豆疗法,东昌府区古楼街道社区卫生服务中心中医科的陈仪璐将王不留行

籽精准地贴敷在她的耳甲艇处:“这个穴位能缓解失眠,您平时按揉一下试试。”汪女士笑着说:“以前总觉得中医是老年人的专属,今天体验了才知道这么神奇。拔完罐、做完耳穴压豆,感觉身体轻快多了。”

最热闹的当属名医专家义诊区,来自市人民医院、市中医院和东昌府区妇幼保健院的中医名家义诊台前,前来问诊的市民早已排起长队。山东省名中医专家谷万里为每一位问诊的市民仔细把脉,并给出治疗和养生建议;市中医院心病科副主任医师么传为给市民李女士诊脉后温和地说:“身体总体没大事,只是有些肝火偏旺。”

位于楼北大街的成无己纪念馆(古城区馆)门前,前来参加中医义诊和中医适宜技术体验活动的市民络绎不绝。

“针灸、拔罐、耳穴压豆等特色疗法,因其简便易行等特点,深受广大人民群众喜爱,也希望有更多的人信中医、爱中医、学中医、推广中医。”聊城市中医医院针灸推拿科护士长范宪华介绍道。

看着现场热闹的景象,聊城市中医医院手足外科负责人李攀深有感触:“我们把针灸、推拿、膏方、药膳等传统中医药特色疗法,以及太极、八段锦等养生功法带到夜市,就是想让中医药融入百姓生活。你看大家练习功法、制作香囊时多投入,这就是文化传承的活力和魅力。”市卫健委中医药发展规划科科长王佩瑞表示,此次活动只是全市中医药惠民系列活动的开端,“接下来各县市区、各市直医疗机构将在不同地点持续开展活动,请大家持续关注,积极参与,推动古老的中医药文化走近百姓、走进千家万户。”

当晚九点,夜市仍人头攒动。光岳楼的轮廓在夜色中愈发清晰,仿佛在静静注视着这场中医药文化的盛宴。市民们带着香囊、茶饮和手册离去,空气中的药香与人们的欢声笑语,共同谱写着“岐黄润水城”的生动篇章。

(除署名外,本版图片均由葛思逸、刘润民拍摄)

岐黄润水城 中医惠生活

——聊城中医药文化惠民夜市火爆开市



△义诊现场

谷万里在给市民写处方