

一味药膳护民生

——聊城以药膳大赛为媒推进中医药生活化

中医药在聊城

文/图 本报记者 马永伟

文火轻熬，药香袅袅，灶台之上汤羹慢煨。6月18日，在茌平区“成无己杯”养生药膳技能大赛现场，参赛选手们手持锅铲精准把控火候，将党参、枸杞、灵芝等滋补药材与本土食材巧妙融合，一道道兼具口感与康养价值的药膳佳肴陆续出炉。

这场扎根“国医亚圣”成无己故里的匠心赛事，不只是一场餐饮技艺的比拼，更是聊城市中医药膳文化传承、康养产业升级、全民健康普及的生动缩影。本届赛事是全市举办的第四届药膳专项赛事，活动全方位展现了我市深耕药食同源文化、赋能康养产业融合、做实民生健康服务的丰硕成果。

灶台藏匠心 古方焕新颜

加工区内，参赛选手有条不紊地清洗食材、精准配比、慢火煨炖，严格遵循“辨证膳食、阴阳调和”的古法理念，兼顾药膳的食疗功效与饮食口感。从温中补虚的无己山珍煨土鸡到润燥养胃的胡椒猪肚鸡，从四季康养的膳食煲到滋阴补气的养生汤，每一道菜品都依据成无己药食同源理论配伍，贴合时令养生、体质调养需求。

展示台上，50余个药膳作品整齐陈列，汤色清亮、配伍科学，成为中医药文化具象化的最佳载体。比赛间隙，文艺节目温情上演，茌平区职业教育中心学校学子登台展示烹饪技艺，青春力量与传统匠心碰撞交融，让千年药膳文化走出典籍、走进大众。

“药膳是医术与厨艺的双向融合，是聊城极具特色的康养文化名片。”茌平区餐饮烹饪协会会长王超介绍，成无己注解伤寒经方、深耕医道的千年积淀，为茌平乃至全市药膳产业发展筑牢了文化根基。本土食材配伍古法经方、食养结合调和身心，正是聊城药膳文化



评委在为药膳作品打分

的独特优势。本次大赛立足本土、守正创新，引导餐饮从业者深挖古方精髓、巧用本土食材，既展现了聊城餐饮人的匠心技艺，也为药膳标准化、特色化发展积累了宝贵经验。

以赛聚势能 深耕大健康

近年来，聊城市始终深耕中医药文化传承与民生健康服务，将药食同源、科学膳食的养生理念融入基层与百姓生活，持续推动中医药生活化，让千年岐黄技艺真正惠及万家。

市卫生健康委党组书记、主任张月莲表示，连续四届药膳大赛的成功举办，是聊城中医药康养品牌深耕培育、相关工作落地见效的有力印证。如今，聊城中医药健康服务已全面下沉基层、走进群众生活。常态化开展的中医药文化夜市走进街头巷尾，百余场惠民活动服务群众超6万人次，义诊、艾灸理疗、养生茶饮成为群众身边常态化的健康福利；八段锦健身课堂，中医药文化宣讲进社区、进乡村，让“治已病、更治未病”的中医养生理念深入人心，彻底

改变了群众传统健康认知。

依托茌平成无己纪念馆这一国家级中医药文化宣传教育基地的资源优势，聊城持续深挖本土中医药文化内涵，推动传统药膳技艺、古方养生理论创造性转化、创新性发展。深耕药膳文化传承，既能满足群众日常养生需求，也能助力餐饮康养企业转型升级，是惠及民生、赋能产业的健康惠民工程。

立足当下、着眼未来，聊城已明确中医药药膳产业发展清晰路径。全市将打造药食同源、简便价廉、寓养于膳的特色药膳品牌，让千年岐黄养生文化焕发新生机；赋能产业融合，激活中医药发展动能，以赛事为纽带，搭建成果转化平台，鼓励企业创新药膳产品，推动药膳产业与健康养老、文旅、餐饮服务等业态深度融合，持续丰富全市大健康产业矩阵，夯实产业发展根基；厚植养生文化，推动药膳惠及全民，以中医生活化、中医药文化夜市等为载体，持续普及药食同源、科学养生的健康理念，让中医药养生文化真正融入百姓的日常生活，助力全民健康素养持续提升。

□ 侯莎莎

从东阿出发 一缕药香连四海

6月18日，2026山东（东阿）中医药文化旅游体验周启幕，山东省中医药服务消费和贸易融合发展试点同步启动。这场以“千年胶艾韵·康养东阿行”为主题的盛会，是对中医药文化的集中展示，标志着山东正以传统文化活化、产业融合升级、对外开放互通为支点，构建中医药高质量发展新格局。

让传统“活”在当下。文化传承，贵在“活化”与“转化”。济南宏济堂以扁鹊文化为核心，打造中医药文化产业园，让IP“可游玩、可体验”；潍坊依托中药材种植基地，打造中医药健康旅游线路。置身东阿，千年阿胶文脉未被尘封于古籍，而是以可感可触的方式融入人们的生活。从古雅厚重的阿胶城到充满科技感的阿胶世界，从沉浸式实景演艺到与开心麻花联袂打造的“一步一景、全城有戏”新场景，中医药文化在新时代找到了全新的展示方式。

让产业“链”成集群。中医药振兴离不开产业的支撑。山东以“齐鲁药膳”品牌塑造为重点，推广“中央厨房+社区体验店”模式，计划开发100种家常菜药膳包、持续推广1000道特色药膳，把“齐鲁药膳”端上寻常百姓餐桌。东阿坚持“胶艾双轮驱动”，阿胶产业不断丰富产品矩阵；九顶莲花艾、黄河艾从田间走向车间，形成集种植、研发、生产、康养于一体的全产业链。阿胶与艾草跨界融合，“山东好礼·双蓉有艾”等联名产品推出，彰显产业融合的广阔前景。以文塑旅、以旅兴产、以产促消，打通中医药服务、消费、贸易融合发展新通道，东阿正将资源优势转化为产业胜势。

让山东中医药走向世界。今年年初，一股名为“极致中国化”的潮流在海外社交媒体上兴起，越来越多西方年轻人爱上枸杞茶饮、练习八段锦，主动拥抱中式养生生活方式。“中国热”持续升温，中医药作为中华民族的瑰宝，也将在促进人文交流、深化贸易往来中发挥更为独特而重要的作用。山东正抓住这一契机，计划依托海外主流平台，系统化制作发布山东中医药宣传视频，参加世界中医药大会、设立海外推广中心……打开中医药面向世界的传播窗口，推动齐鲁中医药特色品牌走出国门、享誉海外。



6月22日，聊城市人民医院东昌府院区日间照料中心内，90多岁的卢先生正和护工愉快互动。

卢先生思维清晰、内敛温和，平日里始终默默配合日常照料与康复训练。护工贴心为老人助浴、暖心陪伴，卢先生开心地鼓掌致谢，护工也适时送上鼓励与肯定。一次次温柔的陪伴、一幕幕暖心的互动，让老人真切感受到关怀与尊重，勾勒出医养服务里温暖治愈的美好瞬间。

金萌萌 于莹 摄