

# 岐黄烟火入日常

## 中医生活化潮起水城

### 中医药在聊城

本报记者 马永伟

8月8日晚,聊城市中医夜校第四期在古城楼北大街如期开课,百余位市民开启了新一轮中医药养生智慧体验之旅;7月31日,全市中医药文化宣讲大赛成功举办;7月6日,“本草润夏夜 中医惠民生”聊城市中医药文化夜市开市……最近,一个个特色活动接连落地水城,勾勒出聊城全域中医药文化蓬勃发展的鲜活图景。

随着《中医药振兴发展“十五五”规划》的印发,全民共享中医药服务的发展蓝图已擘画,我省同步落地中医生活化“六个一”标准化科普体系。作为“国医亚圣”成无己的故里,聊城依托深厚中医药文化底蕴,全面推进“中医药在聊城”优秀传统文化弘扬十大行动,以中医药文化夜市、百姓宣讲大赛、中医夜校等为多元载体,让千年岐黄走出诊室、融入市井烟火。光岳楼下本草飘香的消夏夜市、古城区座无虚席的夜间课堂、舞台上声情并茂的中医药宣讲、手把手教学的小儿推拿实训……水城处处涌动着全民“信中医、爱中医、用中医”的热潮。

### 烟火场景解锁岐黄亲民新叙事

夜幕降临的聊城古城,是传播中医药文化最鲜活的阵地。连续开办三年的中医药文化夜市,将光岳楼的古城风光与本草养生巧妙相融,成为中医生活化最具烟火气的实践。

7月6日开市当晚,八大特色展区人头攒动,名医义诊、八段锦展演、手工香囊、养生茶饮、艾灸推拿体验分区铺开,游客、市民穿梭其间,沉浸式感受传统国粹魅力。来自河北的游客崔黛熙和成爽全程打卡所有体验项目,研磨艾草制作香囊、跟着医师练习八段锦、品尝四季养



全市中医药文化宣讲大赛现场

生代茶饮,还抽到艾草养生礼品,临走前仍对夜市活动念念不忘。“不用奔波医院,在家门口就能找专家问诊,这样的活动实在贴心。”77岁老城区居民郭学安的话道出无数市民的心声。谷万里、睢勇等省市名中医轮流坐诊,颈肩推拿、耳穴压豆等中医适宜技术免费体验,家长带着孩子动手制作中药香囊,在烟火消夏氛围里完成一场生动的中医药科普。

如果说中医药文化夜市是流动的中医药市集,那么中医夜校与百姓宣讲大赛则是深耕思想、传递专业力量的固定课堂。7月31日,全市“启航‘十五五’共筑中国梦”百姓宣讲大赛中医药文化专项比赛在聊城市新闻传媒中心举办,17组医护从业者以快板、情景剧、相声等通俗形式登台宣讲,《水城千年本草情》《岐黄护民启新程》等作品串联运河医脉、基层行医故事与特色中医疗法。8月8日,第四期中医夜校在成无己纪念馆如期开课,百余位市民静坐课堂学习寒湿养生知识。主讲专家、市五院中医康复科主任张勇课前带领全员练习八段锦,以“那些年,你攒下了多少寒”为主题,用通俗语言拆解寒湿病症。课后,学员于晓婷坦言:“夜校课程紧贴衣食住行,能实实在在解决日常健康难题。”本期夜校将持续至今年10月份,十位省市名中医轮番授课,增设课前养生功法体验,以动静结合的形式打造亲民夜间养生课堂。

### 居家养生技能走进千家万户

科普宣讲筑牢思想认知根基,系统化实操培训则让中医药养生技能真正走进家庭,实现从“听懂中医”到“用好中医”的转变。

针对家长普遍关心的儿童健康难题,8月13日起,成无己职业培训学校将开设为期5天的小儿推拿精品课程,课程师资力量专业扎实,聊城大学医学院杨磊教授、张素芳小儿推拿传承人邢德强领衔授课,资深推拿专家全程一对一实操教学。课程循序渐进,从儿童舌诊望诊、基础捏脊揉腹手法,到积食、发热、过敏性哮喘、儿童多动症专项推拿,应有尽有,同时设置居家护理、母婴门店双场景模拟实训。学员学成可考取全国通用职业技能证书,既能守护自家孩童健康,也能依托技能开启母婴保健相关创业就业之路。

小儿推拿课程热度居高不下,系列成人保健技能培训陆续开班。8月19日至28日,该校将举办线下保健按摩师集



市民在中医药文化夜市体验中医适宜技术

训;计划8月29日开考的全市保健按摩师、健康管理师统一考评目前报名已满。

学校负责人介绍,学校搭建“线上理论+线下实操+考评发证+就业推荐+创业扶持”全闭环培训链条,常年面向普通市民、家政从业者、中医药创业爱好者开展技能教学,把山东“六个一”中的家庭保健按摩手法转化为标准化实操课程,切实满足群众居家养生需求。

### 十大行动铺就中医生活化底色

中医药是中华文明的璀璨瑰宝。《中医药振兴发展“十五五”规划》提出,到2030年健全覆盖全民全生命周期的中医药服务体系,推动中医药文化、产业、服务全方位提质升级,实现人人享有中医药服务。

顶层设计之下,我省已开始探索落地路径,正式启动中医生活化“六个一”推广工程,总结形成一套节气养生食谱、一套中医体重管理方案、一套中医慢病调理锦囊、一套家庭保健按摩手法、一套中医养生功法、一套中医养心解压要诀,打通医疗机构、基层社区、新媒体传播渠道,构建全民参与、长效运行的标准化推广模式。

根植“两河”文脉,我市立足本土特色推出全年全域覆盖的“中医药在聊城”优秀传统文化弘扬十大行动,将政策蓝图转化为贴近百姓的民生实事。十大行

动涵盖名医院长访谈、中医六进宣讲、中医夜校提质、成无己讲堂、中医药文化夜市、技能培训等十大板块,联动卫健、院校、基层医疗机构全行业力量,一边深挖成无己、阿胶等本土中医药文化内核,一边把简易实用的养生技能送到群众身边,推动中医药事业、产业、文化协同发展,将千年岐黄智慧转化为城市高质量发展的健康动能。

市卫生健康委中医药发展规划和产业发展科科长苏洋洋介绍,系列活动的核心逻辑便是对标《规划》和山东“六个一”推广思路,把标准化养生资源与聊城古城特色场景结合,打造看得见、摸得着、体验得到的中医药服务场景,真正打通便民服务“最后一公里”。

从光岳楼下人声鼎沸的本草夜市,到古城区每周如期开课的中医夜校;从舞台上声情并茂的中医药文化宣讲,到实训教室手把手教学的推拿课程,我市以多元、立体、接地气的传播载体,持续推进中医生活化落地见效,让八段锦、养生代茶饮、居家推拿等简易养生方式融入三餐四季。下一步,我市将持续丰富中医药生活化传播场景,完善全人群、全场景科普体系,让千年中医药瑰宝守护群众全生命周期健康,以蓬勃的中医药活力,为建设现代化“两河明珠”城市铺就温暖健康发展之路。

(本版图片除标注外,均为马新涛拍摄)



聊城市中医夜校第四期学员在练习八段锦。孙克锋 摄