

宁波中医药文化 走向世界正当时

国研经济研究院东海分院研究员 陈旭钦



图片由宁波市中医院提供

宁波与中医药文化非常有缘。历代名医辈出，悬壶济世，妙手回春，治人无数。就在上周，微信朋友圈纷纷在转发一篇《流感高发！董幼祺开出小儿流感防治方》的科普文章。这条微信在“宁波中医”公众号刊发后，只过了短短1个晚上，点击量就达10W+。

这说明什么？群众非常关注、认同中医的治疗理念。尤其在“一带一路”背景下，作为海丝之路“活化石”的宁波，迎来了发展大好时机，中医药文化走向世界正当时。

中医学是打开中华文明宝库的钥匙。从神农尝百草开始，传承数千年，具有医药、经济、文化、科技及自主创新等战略价值。

去年7月，我国《中医药法》正式施行，这对于继承和弘扬中医药文化具有重要意义。

宁波地理位置得天独厚，是中国南方与北方、长江与东海的贸易通道交汇点，昔日药行街就是海内外珍奇药材的集散市场。宁波所产的浙贝母、铁皮石斛等中药材，聚山、海、林、湖、田之灵气。根据河姆渡遗址出土的果实和袍粉分析表明，7000年前先民们已知用龟鳖补气，用茶叶、芡实、鹿、杨梅等适合江南水乡环境的动植物养生。

家喻户晓的北京“同仁堂”，由宁波慈城籍乐氏家族创办。同样是慈城籍的胡庆余堂传人冯根生，创始“青春宝”，成了“一代药王”。宁波董氏儿科被评为国家级非物质文化遗产，师徒医术蜚声中外。当德高望重的宁波籍科学家屠呦呦，荣获诺贝尔奖生理学或医学奖后，霎时轰动了世界……

从百余年前的甬上名医荟萃，到近年来对传统师承教育的重建与探索，再到宁波率先在全国副省级城市成立了首个中医药管理局，董氏儿科、范氏内科、宋氏妇科、陆氏伤科、钟氏妇科、劳氏伤科、严氏外科等祖传中医，走在全国前列。可以说，宁波中医药文化，如同宁波菜系，一旦发掘弘扬，必会辉煌。那么，如何重振雄风，沿“一带一路”走向世界呢？

走向世界，首先要取得全社会的支持与引导。党的十八大以来，中医药已成为国家战略，使中医药作为健康中国建设的主要力量，推动中西医并重。《中医药发展战略规划纲要（2016-2030年）》的发布，让宁波中医药文化事业发展迎来了春天。

走向世界，更需要提高自身的研究水平。宁波中医药文化事业要注重利用大数据、互联网、云计算等平台，通过专利报告、热点分析、智能机器人等分析细化，提高研究水平。

走向世界，应该清醒地看到，宁波中医药文化事业面临的不足与瓶颈。比如，在扩容医疗服务能力、完善资源布局的规划中，中医药的地位并未凸显；服务能力远远不能满足市民需求。群众能挂到宁波市中医院董幼祺的儿科号，简直像中彩票一样高兴。

走向世界，更应挖掘民间诊疗技术，梳理历代中医药名家理论，推进宁波中医药文化的传承与创新。已有200多年历

史的董氏儿科，师徒遍及全国，医术蜚声中外。董氏儿科第六代传人董幼祺教授，早年跟随爷爷、“当代中医儿科泰斗”董廷瑶教授学医。目前，董氏儿科已在宁波和上海成立了国家级名老中医传承工作室，4人享受国务院特殊津贴，3名国家级名中医，出版专著15部。董氏儿科创立的指压法治疗婴儿吐乳症、香佩法治疗厌食症和预防感冒等治疗手段，简便效实，被国家中医药管理局予以推广。董氏儿科正在筹划沿“一带一路”到保加利亚首都索非亚的中国文化中心展示中医药文化。

走向世界，更推进中医药传承与创新，挖掘民间诊疗技术，开展宁波市级名中医、中医药青年英才和基层名中医评选。推广针灸、拔罐、刮痧、艾灸等中医药技术服务，让群众在家门口就能享受到“简、便、验、廉”的健康服务。通过举办社区居民中医药养生保健知识讲座，支持一批中医药养生旅游基地建设，《中医药与健康》进入中小学教材，提升市民的健康文化素养。弘扬中医药文化，扩大中医药学术影响力，开展中医药对外合作与交流，从而推动中医药走向世界。

传承不泥古，创新不离宗。挖掘宁波特色的中医药文化，让藏在古籍、散在民间、融在生活、用在临床上的养生理念和方法鲜活起来。同时，汇聚各方资源，讲好中医药故事，传播好健康养生知识，重振宁波中医药文化雄风，大步走向世界。没有中医药文化的复兴，就没有中华优秀传统文化的真正复兴。

董幼祺开出小儿流感防治方

国家（上海）儿童医学中心特聘教授、中华中医药学会儿科分会副主委、宁波市中医院副院长董幼祺教授说，对于普通感冒，中医认为是由风热或者风寒或者暑湿引起，西医则认为是由普通病毒引起。对于流感，中医认为是戾气所致，西医认为是传染性病毒所致。

想要正确护养好孩子，家长应做到“未病先防”“有病早治”和“治从根本”三方面。“未病先防”体现在生活的方方面面，要随着气候温度的变化及时增减衣服，尽量减少去公共场所，避免交叉感染；饮食上要做到有节、适时、适量，少吃或勿吃油腻、刺激食品，多吃水果蔬菜，使脾健胃和；起居要有规律，适量运动。

“有病早治”，患儿出现感冒症状后，应及时予以治疗，那么中医根据感邪的寒热不同，分别予以疏风散热或疏风散寒等药物。如果高热持续不退，出现咽痛、烦躁、咳嗽、气急等症状，那就必须进一步检查，明确诊断，及时予以积极的中西药物治疗。

“治从根本”，对于平素体质薄弱或反复呼吸道感染患儿等，必须在疾病的稳定期予以一定的中药调理，根据不同原因、体质，中医将有不同的调理方法。下面三个预防汤药方子，供大家参考。

药方一：藿香6克、杭菊6克、金银花10克、生山楂10克。清水煎，约15分钟~20分钟，上下午各服一次，每次100毫升左右，服三至五天为宜，此方具有疏风清热消积之功效，适合体质偏热的小儿。

药方二：葱白15克，白萝卜30克，苏叶5克。煎法、服法同上。此方具有疏风散寒消积之功，适合体质偏寒的小儿。

药方三：薄荷3克，带皮鸭梨1个（削皮），浙贝10克。煎法、服法同上。此方具有散热生津止咳之功，适合体质偏热伴咳嗽的小儿。