

10个名老中医传承工作室 带动几十个中医特色专科

紧握中医传承接力棒

市中医院名老中医荟萃、中青年名医辈出



老一辈中医名家的学术精髓想要一代代发扬光大,做好传承是先决条件。宁波市中医院成立42年来,一直把中医传承当作医院发展壮大根本。传道授业育新人,传承是接力棒。如今,医院的10个名老中医专家传承工作室培养了一批批中青年名医,把中医文化的种子播撒到宁波各地,随之发展起了包括20多个各级重点建设学科在内的几十个中医特色专科。



董幼祺(中)带着学生坐诊。市中医药供图

1 做好中医传承,要有好的土壤

“中医是中国文化的瑰宝,是科学,也是哲学。传承是让古老的中医保持活力的关键。”董氏儿科第六代传人董幼祺是全国名老中医,曾任市中医院副院长。他认为,做好传承工作,首先要清楚传承的含义。

“传承,先要把老一辈中医的学术思想和临床经验继承下来,通过整理、总结、领悟,再到创新和发扬光大,使中医事业代代相传。”

董幼祺说,中医有很多门派或流派,如金元四大家、上海海派、浙江浙派中医等等,这些都是中医文化不可或缺的整体之一。做好传承工作有三个要素,首先是领导重视,“宁波的特色中医学科要发展创新,需要很好的土壤,各级政府主管部门对传承工作的重视,是中医传承最好的土壤。”董幼祺说,传承的第二个要素是肩负传承使命的中医人要为中医事业自强不息。第三个要素则是获得老百姓信任和支持。因为老百姓把自己的身心健康托付了医生,而医者又通过大量临床实践,用疗效使中医药在防病治病中发挥更大的作用,造福百姓。

2 通过传承 董氏儿科学子遍布长三角

一家七代悬壶济世的董氏儿科,传承了200多年,在宁波、上海可谓家喻户晓。作为市中医院的名老中医工作室之一,董幼祺工作室近年来培养了一批批中医儿科人才,学生遍布长三角。

每月提交10份跟着老师坐诊以后整理的医案分析,总结一篇心得体会,每年在杂志上发表至少一篇文章……这些都是董氏儿科团队成员的必交作业。如今,董幼祺带教的研究生和学科团队人员已有几十名,上海、宁波等地的中医儿科骨干很多是董氏儿科学子。

“时代在变化,人们的饮食、所处的环境不一样了,疾病谱也在不断变化。”董幼祺说,只有与时俱进,运用前辈的辨证论治思路,查找发病的机理,确立治疗的法则,才能把传承了七代的董氏儿科精髓发扬光大。

董幼祺1971年开始跟随爷爷董廷瑶在上海学医,1976年回到宁波工作,见证了市中医院从成立到如今逐步发展壮大过程。

3 名老中医传人 也有了自己的传承工作室

从1990年开始,全国推出了首批500个名老中医药学术思想继承工作指导老师之后,市中医院对中医的传承开始走上正规化、系统化道路,有了许多创新。

“医院的名老中医,在名师带徒这种传承方式中发挥了巨大的作用。”董幼祺说,成立名老中医工作室则更能实现团队水平整体提高的目的,在对老中医学术思想和临床经验的整理、传承、发扬、创新方面,可以做更多的事。

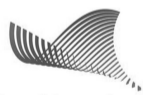
如今,董氏儿科有了第七代传人董继业,董氏儿科已在宁波和上海等地成立了国家级名老中医传承工作室,4人享受国务院特殊津贴,3人为国家级名中医,出版专著20部。

虽然钟一棠、张沛虬、宋世焱、刘中柱等老一代名中医已经逐渐离开,但有赖于传承工作的持续推进,他们的学术精髓和临床经验得到传承和发扬。

市中医院目前有全国老中医药专家学术经验继承指导老师6人,其中5人享受国务院特殊津贴;国家名中医工作室和浙江省名老中医专家传承工作室各5个。

大师璀璨,中青年名医辈出。如今市中医院已经形成结构合理的人才梯队。第一批名老中医专家工作室的弟子,自己也成立了名中医工作室,使前人的学术精髓代代相传。

记者 孙美星



宁波市科学技术协会与本报联合推出

用一张纸就能鉴别大米的好坏?

其实可以通过“看”“摸”“闻”来辨别

网传有黑心商家不惜制作“毒大米”,将陈米用石蜡抛光后当做新米出售。如何鉴别大米的好坏?可以试试下面的几种做法。

● 科普与生活

吃陈米有什么危害?

不同的地区,一般放置半年到一年,大米营养成分会变化,色泽变暗,出现糠酸味,米饭粘性下降。但是没有发霉的陈米还是可以吃的。

如果陈米发霉了,容易产生一种叫做黄曲霉素的致癌物,对人体的危害极大,长期吃有罹患肝癌的风险。

一些不法商贩还将陈米用石蜡油浸泡或用石蜡抛光后,当做新米出售。这样的大米看起来粒大饱满、晶莹剔透。

石蜡和石蜡油对人的肠胃有很强的刺激作用,吃下去后可能会导致上吐下泻,甚至会出现头昏的症状!

用纸巾真的可以鉴别陈米吗?

网传视频中,实验者用一张纸巾包一把大米,用手紧握几分钟,然后打开纸巾仔细观察。如果纸巾上有淡黄色或无色的油渍,就说明大米是打蜡的陈米;如果纸巾上干干净净的,没有油渍,就可以确定是新米。

那么这种方法靠不靠谱呢?

先说石蜡。石蜡的熔点是50℃左右,而人的体温在36℃左右,仅仅是这样握着,很难熔化石蜡,也就是说石蜡基本不可能被留在纸巾上。

再说说石蜡油。石蜡油属于矿物油,肉眼很容易分辨。如果大米中石蜡油含量很高,高到能在紧握后的纸巾上留下油渍,那么用肉眼就能看出大米上有没有石蜡

油了。何必非要再多一步操作呢?

至于没打蜡没发霉的单纯陈米,更不可能自己出油,还能抹到纸巾上。

所以,用一张纸巾鉴别陈米纯属无稽之谈!

如何正确鉴别石蜡大米?

可以取一些大米在水杯中,加入70℃以上的热水,用牙签轻轻搅动30秒。静置片刻使其温度逐渐降低到50℃以下。

如果大米中掺杂有石蜡或石蜡油,那么液面上就会出现细微的油珠,并且随着温度的降低和时间的延长,液体石蜡的油珠会聚集加大,固体石蜡的油珠会结成白色的一片。

注意,这种方法不能取代正规实验室的科学检测。

买大米时如何鉴别陈米?

有的人可能会问,并不是所有的陈米都会用石蜡和石蜡油处理,又不想吃陈米,那么在买大米的时候应该如何鉴别呢?

这几种简便方法供参考:

看光泽:正常的新米色泽洁白晶莹,而陈米和劣质米,颜色泛黄,而且有黑斑;摸表皮:正常的米,摸起来有玻璃珠般圆滑的感觉,陈米摸在手上很粗糙;闻气味:正常大米有股清香,劣质米一般都有异味,如陈米常有发霉的味道。

● 科普信息速递

23日5时10分,我国在西昌卫星发射中心用长征三号乙运载火箭(及配套远征一号上面级),以“一箭双星”方式成功发射第47、48颗北斗导航卫星。

联合国22日发布报告指出,2015-2019年为有记录以来最热的5年,大气中的温室气体浓度破纪录,锁定了未来世代的变暖趋势。

● 科普素养800问

1. (判断题)世界上第一台计算机诞生于第一次世界大战期间。这个说法对吗?

答案:错

解释:世界上第一台计算机诞生于1946年,即第二次世界大战期间,是应美国军方要求用来计算炮弹弹道的。

2. (判断题)只有亚洲才有老虎。这个说法对吗?

答案:对

解释:世界上共有8种老虎,它们全部都在亚洲。其中黑海虎、爪哇虎和巴厘虎都已经绝种,现存的还有东北虎、华南虎等5种老虎。

王元卓 洪阳



宁波科普二维码



中国科普二维码