

# 杏苑

2017年  
12月31日  
总 218 期  
(本期八版)

院训:心存乎仁,行止于善 http://www.tjtcn.cn



天津中医药大学第一附属医院  
First Teaching Hospital of Tianjin University of Traditional Chinese Medicine

## 2017,厉害了我的中医一附院

### 天津中医药大学第一附属医院有这样精彩的2017!

# 2018 你好!

## 我院隆重举办 “2017 中医药健康节”

## 石学敏院士荣获全球中医针灸 最高奖——“天圣铜人奖”

金砖会参观



7月6日下午,出席“2017金砖国家卫生部长会暨传统医药高级别会议”的国内外近200位代表来到医院南院区参观访问。医院作为一个窗口充分向世界人民展示了中医药文化的独特魅力,展现了中国传统医学医疗机构的规模与实力。

12月,在世界针灸学会联合会首届“天圣铜人奖”颁奖典礼上,标志着全球中医针灸的最高奖——“天圣铜人奖”中唯一一份殊荣——学术突出贡献奖,颁发给了中国工程院院士、国医大师、天津中医药大学第一附属医院名誉院长石学敏教授。6月3日,国医大师石学敏院士学术思想研讨会召开,张伯礼院士代表天津中医药大学学术委员会授予石学敏院士终身教授称号。12月26日,王建国书记、张伯礼院士向石学敏院士颁发“终身贡献奖”。



天圣铜人奖

全国名中医



天津市四位首届“全国名中医”合影  
(左一黄文政,左二张伯礼,右一黄建群)

6月29日,在人力资源和社会保障部、国家卫生计生委和国家中医药管理局在北京联合举办国医大师、全国名中医表彰大会上,张伯礼院士、黄文政教授、武连仲教授荣获首届“全国名中医”荣誉称号。

形象宣传片



5月,医院首部中英文形象宣传片发布,首日播放量超过2万,受到业内及社会广泛好评。

全运会医疗保障



8月27日,第十三届全国运动会拉开帷幕。为做好全运会医疗卫生保障工作,医院派选了23名医护人员携带药品作为男子篮球场馆和自行车馆驻场医疗队,以实际行动为运动健儿取得佳绩保驾护航,为全运会圆满举办贡献力量!

健康节



12月26日,天津中医药大学第一附属医院以“实施健康中国战略,传承发展中医药事业”为主题,在南院区举办了“2017中医药健康节”。

急救救援



4月6日,天津中医药大学第一附属医院经中国胸痛中心认证工作委员会投票一致通过,成为2017年第一批中国胸痛中心认证单位。

12月,我院与金汇通航正式签约开展空中救援,航空救援作为一支新兴的救援力量在医疗应急救援中发挥着不可替代的作用,将为社会公众提供及时响应的、常态化的院前救援和院间转运服务。



金处方奖



11月,在全国“2017算数健康大会”上,医院获得首届“金处方”奖。该奖表彰在健康科普领域或成绩突出的医疗机构。

智慧门诊



2017年,是医院在全市率先开展预约挂号服务10周年。为缓解老百姓挂号难、看病难问题,医院自2007年开通门诊网络(电话)预约挂号,目前,医院智慧门诊已全面上线,南院北院自助机可以互相预约,通过手机Q医APP进行预约、挂号,支持储蓄卡、支付宝、微信缴费,共同打造智慧医院。



3月6日,为迎接“三·八国际劳动妇女节”,医院举行了“最美女医生”、“最美女护士”颁奖活动,医院女医生、女护士不仅在医教研工作中起到了半边天的作用,而且在医德建设、家庭生活等方面展现了美好形象。

最美医护

中国中医科学院专家莅临我院参观指导



2017年12月17日下午,中国中医科学院党委书记王烁、常务副院长黄璐琦等一行十余人在张伯礼院长带领下莅临我院南院区参观指导。我院党委书记吴宝新、党委副书记、副院长刘玉珍、纪委书记李正全、副院长王舒、副院长曹树军及相关处室负责人接待并陪同参观医院。吴宝新书记对中国中医科学院专家一行的到来表示欢迎,详细介绍了我院南院区建设及运行情况;张伯礼院长热情地向专家们讲述我院的发展史,并一起带领专家们先后前往我院儿科、心血管科、骨伤科、国医堂、国药堂以及院士馆参观,来访专家称赞我院装修风格充分体现了中医药文化的特色,对我院的学科发展提出了宝贵意见。(院办)

## 天津市卫生计生委三级中医院 评审专家组莅临我院评审检查



2017年25日-26日,天津市卫生计生委三级中医院评审专家组莅临我院评审检查。25日下午,召开评审工作汇报会,刘新桥副院长代表医院做工作汇报。随后,10个专家组开始为期一天半紧张的评审检查工作。

26日下午,召开评审工作反馈会。评审专家充分肯定了我院的显著成效,并指出不足提出建议。天津市卫生计生委领导结合专家组提出的意见及建议,希望医院将此次检查作为抓手,做好新一期“改善医疗服务行动计划”相关工作。我院院长毛静远做表态发言,对于专家提出的问题和不足完全接受,医院会对问题逐条梳理,制定整改计划、措施,把工作真正整改落实到位。(院办)

我院召开2017年党风廉政警示教育大会

组织学习《党章》专题党课

2017年12月11日下午,我院召开2017年党风廉政警示教育大会。党委书记吴宝新以学习《党章》为专题进行党课讲座。党委副书记刘玉珍主持。在院院级领导、各级党组织书记、职能处室副科级以上干部、临床科室正副主任、护士长等200余人参加学习。

会上,刘玉珍副书记传达了上级党委关于进一步加强党风廉政警示教育工作的要求,同时对我院党风廉政警示教育工作进行部署。

纪委书记李正全通报了市卫生计生系统典型违纪案例,总结了我院今年违纪违规行为为查处和问责情况。

吴书记着重讲解了党章新修订内容、指导思想的形成脉络、党的基本路线、党员权利与义务、入党誓词、组织原则、共产主义青年团等内容。他结合党章要求,及党风廉政建设对全院党员干部提出要求。(党办)



# 实施健康中国战略 传承中医药事业

## 毛静远院长带队前往广州学访交流



为落实医院2017年工作规划要求,进一步提升医院管理质量和效益,推进医院精细化管理进程,为下一步医院管理认证工作奠定基础,2017年11月,我院院长毛静远、副院长张军平、刘新桥带领部分职能部门负责人前往广州中医药大学第一附属医院、广州中医药大学

第二附属医院(广东省中医院)进行学访交流。通过交流,大家既学到两家医院先进的发展管理理念、学术文化底蕴,同时被两家医院职工的工作热情所感染,深感不虚此行。回院后,毛静远院长要求前往人员结合学习的收获进行总结。他指出,要基于此次交流学习,结合医院2017年工作,认真梳理,消化吸收,学人所长,学以致用,补己之短,改进工作,为医院的发展做出贡献。(院办)

## 天津市中医药学会中医药文化专业委员会换届改选会议暨2017年年会召开

2017年12月3日,“天津市中医药学会中医药文化专业委员会换届改选会议暨2017年年会”在天津中医药大学附属武清中医院召开。会议由天津市中医药学会秘书长苗富来主持,我院刘玉珍副院长代表医院作经验交流发言。随后进行了天津市中医药学会第三届中医药文化专业委员会换届改选会议,我院刘玉珍



副书记当选为副主任委员,于铁成教授被聘为天津市第三届中医药文化专业委员会顾问,汤毅、王洪东、高淑红、郭卉、范青、李艳玲、刘芳分别当选为新一届常委、委员。

## 天津市

## 医疗安全管理青年学术论坛在我院召开

2017年12月2日上午,由我院主办的天津市医疗安全管理青年学术论坛在我院南院区召开。该论坛是在我国第四个“国家宪法日”即将到来之际,我院开展2017年法制宣传周的重要系列活动之一。会议邀请我市从事医疗安全管理工作的青年人才30余人共同进行学术交流、一起分享工作经验。

本次医疗安全管理类论坛,首次以青年骨干组织进行研讨为主。医患办尚岩主任、医院办公室李凤阳主任发表了欢迎词。刘新桥副院长出席大会并讲话。

此次论坛共邀请了9位代表作了精彩发言,大家共同探讨医疗纠纷的处理经验,分析预防纠纷的有效措施,论坛取得了良好的效果。

我院将以此次学术论坛活动为契机,不断提高我院医疗安全管理水平,依法依规工作不断向前推进。(院办、医患办)

## 我院顺利通过

## 中医药伦理审查体系(CAP)认证监督审核

2017年12月12日,受世界中医药学会联合会委托,北京大学第一医院赵侠主任、江苏省中医院王卯主任一行,对我院中医药研究伦理审查体系(CAP)认证进行监督审核。我院医学伦理委员会主任委员吴宝新书记,以及伦理委员会成员等参加了相关工作和会议。

吴书记代表医院致欢迎辞,伦理委员会秘书贾景鑫汇报了通过认证一年来我院伦理审查体系建设概况。随后,审核组专家对我院通过CAP认证后一年来的体系管理与运行情况等进行了全面审核。

反馈会议上,专家组高度肯定了我院伦理审查体系建设取得的成效,认为伦理审查体系运行高效有序,伦理审查程序操作规范,委员具有较高的审查能力,伦理办公室文件档案和信息管理符合认证要求。同时也对部分工作环节提出了进一步完善的建议。

最后,吴书记代表医院对认证专家组的辛勤工作表示感谢,表示医院将以此次监督审核为契机,进一步加强医院伦理审查体系建设,落实专家建议,完善相关工作,积极构建和谐有序的受试者保护体系。

## 我院首批中医药传承博士后出站

12月16日,全国首批中医药传承博士后历经四年跟师学习后顺利出站。我院许军峰、李桂平、程坤及天津中医药大学耿娟娟四位博士顺利出站。



在当日举行的全国中医药学木思想传承与博士后研究高峰论坛上,中国中医科学院院长、中国工程院院士张伯礼教授表示,当前,中医药人才队伍呈现“两头薄中间弱”现象,人才层次及结构有待进一步优化。“两头薄”是指高层次人才太少,中间是个“大肚”,中医临床思维和中医解决临床问题的能力也有待提高,传承博士后制度就是要解决高层次人才短缺的重要举措。

## 我院免费供应防感汤获赞



入冬以来,天气干冷少雪,感冒患者数量不断攀升。为防止交叉感染,经我院多学科专家讨论,结合今年天气特点和流感特征,特别配制了防感汤剂。南北院区均在门诊导诊台设立供应点,近期定量向广大市民免费提供,受到了欢迎与好评。

## 我院举办2017年度“学科建设与发展论坛”

12月4日,2017年度“学科建设与发展论坛”在南院会议中心召开。党委书记吴宝新、院长毛静远、党委副书记刘玉珍、纪委书记李正全、副院长刘新桥出席,科研处陈冰处长主持论坛,肿瘤科贾英杰主任、推拿科王金贵主任、骨伤科王平主任受邀作主题报告,与参会人员分享学科建设经验,启迪带动其他学科从中寻找适合自己的学科发展之路,各学科科带头人、学科骨干、相关职能处室主任等近300人参加了论坛。

## 我院在第二届 全国《黄帝内经》知识大赛中取得佳绩



2017年6月10日广誉远国药杯全国《黄帝内经》知识大赛正式启动,我院在11月28日社会组复赛一中获得团队三等奖。医院领导高度重视本次活动,经过教学处、宣传处组织与协调,各科室员工积极参与答题和投票,历时4个月海选,我院顺利进入复赛。随即我院组建参赛团队,并配备指导教师。参赛队员分别为来自针研所的张玥主治医师、心血管科的荣杰主治医师、内分泌科的马涛主治医师及老年病科的王鹏生主治医师,指导教师为来自血液科的杨向东副主任医师。

## 我院刘维教授

## 获评国家卫生计生突出贡献中青年专家

日前,根据国家卫生计生委、国家中医药管理局《关于第八屆“国家卫生计生突出贡献中青年专家”选拔结果的通知》,我院刘维教授获评第八屆“国家卫生计生突出贡献中青年专家”。

## 药学部在天津市医院药师药历竞赛和药学科普竞赛中创佳绩

“2017年天津市医院药师药历竞赛和药学科普竞赛”决赛,于2017年12月29日隆重举行。

经过初赛和复赛的激烈角逐,我院药学部的谭培艺荣获药学科普演讲竞赛一等奖及视频最佳创意奖,翟颖荣获药历竞赛三等奖,李宇荣获药科普微信组三等奖,焦扬荣获科普海报组三等奖,为我院赢得了荣誉。(药学部)

## 我院营养科

## 获“2017年营养门诊工作先进单位”

12月1日至3日,中国医师协会营养师专业委员会暨成立十周年学术盛会在北京召开。会议以“砥砺前行,规范发展”为主题,全国各地近1000名营养师和临床营养专业人员参加此次会议。

本次会议中举办了肠内营养技术规范培训班、6个分会场和优秀论文专场。我院营养科李艳玲主任参加会议,并主持优秀论文评奖。我院营养科荣获“2017年营养门诊工作先进单位”。此外,营养科2篇文章入选会议汇编。

## 我院党委中心组传达学习

## 习近平总书记关于进一步纠正“四风”、加强作风建设的重要指示精神

2017年12月21日下午,我院党委组织中心组集中学习。重点学习了《习近平近日作出重要指示强调纠正“四风”不能止步 作风建设永远在路上》、市委常委会会议精神《传达学习习近平总书记重要指示精神认真查摆“四风”新表现 立说立行坚决整改》等。

吴宝新书记结合形式主义、官僚主义的10种表现,在会上强调,各级领导干部要认真查摆作风建设存在的问题,要把加强作风建设作为重要内容,找准问题、挖到根子、抓实整改;要继续抓好元旦、春节等重要时间节点的作风建设,坚决防止“四风”问题反弹回潮;要提高政治站位,确保我院各项工作按时按质按量扎实推进。(宣传处)

## 我院党委召开领导班子

## “学习贯彻党的十九大精神、为天津之为干事创业担当作为”专题研讨会

12月28日下午,我院党委召开领导班子“学习贯彻党的十九大精神、为天津之为干事创业担当作为”专题研讨会,党委书记吴宝新主持。

医院领导班子成员围绕专题三主题展开讨论,大家一致认为党的十九大是在新的历史起点上开启党和国家事业新征程的一次大会,习总书记所作的报告,凝聚全党意志,表达人民心声,令人振奋、催人奋进。

党委书记吴宝新强调指出,一要深刻领悟党的十九大的精神。二是要牢固树立“四个意识”,提高政治站位,切实维护党的领导,维护核心;三要以强烈的事业心、责任感,努力推进医院各项工作迈上新台阶,传承中医药事业发展,为建设“五个现代化”天津干事作为。(党办)

## 我院纪检委员

## 参观“砥砺奋进的五年”大型成就展

为学习贯彻落实党的十九大精神,建成一支“忠诚、干净、担当”的纪检队伍,院纪委于12月16日组织基层纪检委员赴北京参观“砥砺奋进的五年”大型成就展,纪委书记李正全带队,近40名纪检委员参加。

纪检委员们纷纷表示参观“砥砺奋进的五年”大型成就展使自己备受震撼和鼓舞,为五年祖国发生的巨大变化和各项事业取得的重大成就感到骄傲和自豪。今后要更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围,不忘初心,牢记使命,努力推动医院各项工作持续健康发展。(纪检监察室)

## 共青团天津中医药大学第一附属医院第四次代表大会胜利召开

2017年12月13日,共青团天津中医药大学第一附属医院代表大会胜利召开。来自全院22个团支部的近70名代表参加了此次大会,院党委书记吴宝新、党委副书记刘玉珍、天津中医药大学团委副书记张晶、党委办公室主任陈宇等领导受邀出席会议。大会由团委书记刘青男主持。

大会审议通过了刘青男同志代表第三届团委所做的工作报告、选举产生了第四届团委委员。大会选举刘青男为团委书记,刘尚伟、杨蕊、连盼盼、张忠祥、武琼、钟宇、韩爽、傅加敏为团委委员。

刘青男同志代表共青团中医一附院第三届委员会作了题为《高举团旗跟党走,放飞梦想新征程,为实现健康中国、振兴中医药事业贡献青春智慧和力量》的工作报告。

闭幕后,共青团中医一附院第四届委员会召开了第一次全体会议。(团委)

# 我院“2017 中医药健康节”隆重举办

2017年,全党全国上下掀起学习贯彻党的十九大精神热潮,我们伟大的祖国走进了新时代。今年是实施健康中国战略的元年,同时也是天津中医药大学第一附属医院开展网络预约服务十周年和开展治未病服务十周年。12月26日,是我们党和国家的缔造者、中国人民的救星毛泽东同志的诞辰纪念日。在这天,天津中医药大学第一附属医院在南院区举办了“2017 中医药健康节”。市卫生计生委党委书记、主任王建国,天津中医药大学校长、中国中医科学院院长张伯礼院士,天津中医药大学第一附属医院名誉院长石学敏院士等共同出席了活动。天津中医药大学第一附属医院党委书记吴宝新主持了“2017 中医药健康节”活动启动仪式。

本次活动以“实施健康中国战略,传承发展中医药事业”为主题,开展了中医药健康咨询、养生指导、导引操、中医药知识讲座等内容的系列公益活动,邀请3000余名市民朋友参与体验,并传授中医药健康技能,促进中医药健康知识惠及津门百姓,为实施健康中国战略以及传播中医药文化起到了积极地推动作用。



吴宝新书记主持启动仪式



推拿科颈椎导引操示范

## 王建国书记说



天津中医的发展,天津中医一附院的发展离不开石学敏院士这些专家对医院的贡献,也离不开中医药大学校长张伯礼院士的领导和支持。石学敏院士是代表了天津医学发展的最高水平,在天津乃至全国、特别是世界针灸史上发挥着重要作用,而且石学敏院士现在八十岁高龄,仍然身体矫健、精神矍铄,每天都奔波在临床一线,这也是广大天津市民、中国所有的群众的一个福音,我向石学敏院士表示衷心的感谢!

天圣铜人奖是世界针灸最高奖,石学敏院士是唯一的一个(获奖人),这对天津医疗水平具有标志性的意义,这既是石学敏院士的荣誉,也是天津中医的骄傲,也是天津市医学的骄傲。天津市卫计委将继续支持、服务于天津中医药事业发展,同时也支持中医一附院在中医药大学领导下为患者提供更好的服务。

毛院长介绍了医院服务的两个核心,同时中医一附院开展的健康节以治未病、康复为首要的工作,这非常符合习总书记提出的健康中国战略。有石学敏院士、张伯礼院士以及今天在座的各位专家,有全院干部职工的努力,有全社会的支持,一定会把天津中医一附院建设好,使天津的医疗技术水平,特别是中医水平走在全国前列,走在世界前列!

## 张伯礼校长说



首先,我代表大学向石院士获得天圣铜人奖表示热烈的祝贺!这个奖项的含金量很高,它是用于奖励从世界范围内遴选出的对于针灸事业在全球推广和研究做出杰出贡献的个人和团体,是世界针灸联合会成立三十周年第一次评选出的第一位贡献者,我们石院士毫无争议的当选,并且是唯一的一位,这既是对石院士个人的褒奖,也是对我们天津中医一附院,也是对天津针灸界的一种褒奖。

针灸有着悠久的历史,特别是在我们医院,针灸是我们的骨干学科,我们的(针灸)床位数也是全国最多的,同时我们针灸(也)是全国针灸临床研究中心也座落在我们医院,把针灸做到共享,把针灸做到全球,我想这完全能够做到,在这里我也特地在这儿预祝我们申报国家临床研究中心申报成功。

今天是健康节,从以疾病为主,到以健康为主,这是全球性的一个重大理念的变革,它的意义非常重大。十九大正式提出了要坚持中西医并重,传承发展中医药事业,去年的卫生健康大会提出要发扬中医药在养生保健治未病中的主导作用,在重大疾病中的协同作用,在疾病康复中的核心作用,把中医药的服务半径一下子拉大了。今天我们治未病中心正式成立,这非常有价值,我也希望医院以后在治未病和康复两方面都要做出贡献,走出一条独特发展的中医现代化的医院之路,我想我们一定能够做到,预祝今天的活动成功,也希望我们医院事业发展再创辉煌!

## 毛静远院长说



今天,在全党全国上下掀起学习贯彻党的十九大精神热潮,我们伟大的祖国走进了新时代,踏上决胜全面建成小康社会、实现中华民族伟大复兴中国梦新征程的背景下,我院“2017 中医药健康节”开幕了。今年,是实施健康中国战略的元年,是我院开展网络预约服务十周年,也是开展治未病服务十周年;今天,是我们党和国家的缔造者、中国人民的救星的诞辰纪念日。今年今天,举办中医药健康节,通过面向广大市民开展中医药健康咨询、健康讲座、养生指导、项目体验等系列活动,传播中医药健康文化知识,满足广大市民对多样化中医药健康服务的需求。就是要响应总书记的号召,落实总书记的指示,向大家重申宣誓我院以人民健康为中心的办院理念,表明坚持中西医并重,传承发展中医药事业的决心。

在国家和天津市各级政府主管部门的关心支持下,作为天津市开设最早、建设规模最大的中医医院,已成为深得天津人民信任,在全国乃至世界知名的大型中医医院。

今天,我院已搭好了以治疗急救为主体、以治未病健康管理、慢病康复管理为两翼,全方位服务人民健康服务的平台。我们将会以中医特色鲜,现代水平高,临床疗效好,综合服务优的要求来提高为人民健康服务的能力,为健康天津,健康中国,做出我们应有的贡献。

人民对健康生活的向往,就是我们的奋斗目标!



# 石学敏院士荣获全球中医针灸最高奖——“天圣铜人奖”

## 石学敏院士说

尊敬的建国书记，尊敬的中医学院院长、天津中医药大学校长张伯礼院士，尊敬的一附院全体领导、职工，谢谢大家给了我这个荣誉，这个荣誉完全是天津市各级领导对我的栽培，也是我们三代天津中医药大学人和一附院人对我的培育。

大家都知道我们这个医院，在大学与医院当中是体量最大的一个教学科研医疗单位，它在中医药学当中的内治法和外治法在中国都占有重要的地位。这是一附院在天津市党政领导下近几十年的努力和我们职工的拼搏所获得的。中医的外治法以针灸学为代表，中国针灸学会、世界针联、世界卫生组织（对我们）是认可的，这是很不得了。在上个星期，世界针灸联合会在北京召开了纪念成立三十周年大会，参会人员来自世界各国，太了不起了。为什么这么说呢，我们中华民族的针灸已经传到世界 183 个国家，可以说是任何国家、任何技术都不可能像针灸这样能传播达到 183 个国家和地区，我们中医药对于世界人民来说它的吸引力太广泛了，因此我们是感到很自豪的。

我们今天举办中医健康节，也是我们医院在中医药治未病等诸多方面向全天津市社会宣布，我们将做更多的工作来报答天津市的人民，我本人也非常高兴，在我的八十岁年龄阶段，第一能获得这个荣誉，第二还能够和大家再工作一个阶段，这是我最大荣幸！也再次感谢大家！



张伯礼院士和王建国书记向石学敏院士颁发了医院“终身贡献奖”。张伯礼院士说，石学敏院士获得的是世界针联学术突出贡献奖，也是该奖项唯一一位获奖者，这既是对石院士个人的褒奖，也是对天津中医一附院、对天津针灸界的一种褒奖。

## 记中国第二届“国医大师”石学敏院士



50 年月月轮回，50 年岁月沧桑，石学敏院士就是凭着过人的“精力和毅力”带领天津中医一附院实现了两次历史性腾飞。2014 年，一所建筑面积 18 万平方米的大型现代化中医院新院区已拔地而起，医院的第三次腾飞已经扬帆起航。

回顾以往那一段段感人的经历，那一个个感人的故事，强烈地感受到石学敏院士的思维、气魄和力量。如今，石学敏院士已经从医 50 周年、75 岁高龄，仍然坚持工作在一线，为广大患者解除病痛，为广大学生传道授业，心系中医药事业的发展，他把一腔热血浇灌在了中医针灸事业这片绿洲上，他与银针结下了一生情缘。

石学敏院士现任天津中医药大学第一附属医院名誉院长、教授、主任医师、博士生导师，国务院特殊津贴专家，国家人事部授予的中青年有突出贡献专家，天津市政府授衔中医针灸学专家，天津市首批“天津市名中医”，中国针灸学会高级顾问，天津市针灸学会会长，1999 年当选为中国工程院院士。

石学敏院士是我国著名针灸学专家。他博览群书，集众家之长，汇中外之萃，医德高尚，医术精湛，从医 50 年来救治海内外患者数以万计，深受患者信赖、同行赞誉及国际友人的欢迎。他在针灸治疗脑血管疾病等方面卓著疗效而名扬海内外，被誉为“华夏第一针”。

创立“醒脑开窍针刺法”和“石氏中风单元”。

石学敏院士在中医针灸临床、科研、教学的实际中积累了丰富的经验，为弘扬祖国中医针灸学术并推向世界做出突出贡献。

他的治学态度严谨求实，师古而不泥古，勇于创新，敢为人先，形成了独特的学术思想体系。他创立“醒脑开窍”针刺法，突破了传统理论，独辟蹊径，以阴经穴为主，阳经穴为辅，改变了历代沿用的以阳经穴为主的治疗方法，开辟了中

风病治疗新途径，“醒脑开窍”针刺法治疗中风病已形成一套完整的理论体系，并得到学术界的公认和广泛应用。他率先提出针刺手法量学改革刺络疗法并开展相关理论研究，对捻转补泻手法确定了新定义和量化操作，使传统针刺手法向规范化、量化发展。他针对中风病的病因病机特点，在国内率先建立了以针灸为特色的“石氏中风单元疗法”，形成以针灸为主，康复训练、饮食、心理、健康教育等疗法形成一整套完整的、独特的中医药治疗方案，对中风病的治疗形成系列，提高了临床疗效。他开发研制了“活血片”，“丹芪偏瘫胶囊”等国家三类新药，为发挥针灸、中药特色治疗疾病开辟了一条新的思路。他倡导中医辨证与西医辨病相结合，以“脑府”立论，创“调神”之法，通过对中医理论中“神”与“脑府”的认识，结合临床和基础研究，扩展了“调神法”在临床中的应用。他在脑血管疾病、神经系统疾病等急、危、难、重症的治疗及研究、脑穴及经络病研究等方面取得显著疗效。石学敏院士高尚的医德，精湛的艺术，深受患者信赖、同行赞誉及国际友人的欢迎，被原中国工程院院长朱光亚赞誉为“鬼手神针”。

石学敏院士在科研、教学等方面共主持完成包括国家 973 项目在內的科研课题 43 项，他先后获得国家、省部级奖励 54 项（次），获国家教委及天津市教学成果奖 3 项，获国家专利 6 项，获得荣誉奖 10 项（次），其中，主持完成的“醒脑开窍针刺法治疗中风的临床和实验研究”获得 1986 年中医药重大成果乙级奖和 1995 年国家科技进步三等奖，教学方面获 1993 年国家教委优秀教学成果一等奖。与“石氏中风单元”疗法一起被国家中医药管理局确定为全国十大科技成果推广项目在全国推广应用。他获得天津市 1999 年第三届科技奖突出贡献奖，2000 年获得香港何梁何利基金科学与技术进步奖，2001 年获香港求是科技基金会杰出科技成就奖，2004 年获中华中医药学会科学技术一等奖。2006 年获“首届中医药传承特别贡献奖”。2008 年获世界中医药联合

会颁发的“中医药国际贡献奖”。在期刊杂志发表论文 300 余篇，出版《中医纲目》、《石学敏针灸学》等专著 40 余部，译著 2 部，其中英文版《石学敏针灸学》已被美国针灸考试委员会指定为考试指导用书，他主编的千言巨著《中医纲目》获天津市科技著作二等奖，并被誉为一部中医临床划时代巨著。

发轫之精微，创针灸之新意。近年来，石学敏院士又开辟了针灸治疗高血压病的研究领域，针灸治疗高血压病疗效明确，为高血压患者采用针灸治疗，不仅降低了升高的血压，而且防止了靶细胞损伤，提高了患者生活质量，搭建了揭示针刺治疗高血压科学内涵的一个创新平台，采用针灸治疗疗效显著，为广大高血压患者解除了病痛。

银针闪烁凝聚世界的目光。

在临床工作取得累累硕果的同时，他致力于针灸的科学研究，带动国内针灸临床科研达到分子生物学水平，作为天津市第一位中医博士生导师，已培养 100 多名博士、硕士生，他遵循中医针灸学特点，独辟蹊径，探索中医博士生及针灸高级人才培养模式。作为针灸院士，他引领国内针灸方向，并在世界范围弘扬了祖国医学。他从事一系列国际学术交流，先后赴 50 余国家和地区讲学治病，与国外多所大学建立长期科研、医疗合作关系，为推动中医针灸走向世界做出了贡献。

石学敏院士站在弘扬祖国医学的潮头，在国内率先采用国际公认的医学手段，证实了“醒脑开窍”针刺法治疗缺血性脑血管病具有明显优势，目前已推广到世界 120 个国家和地区，为弘扬针灸学术，弘扬中华民族优秀的文化，促进针灸事业的发展、创新、发展并走向国际的交流平台，推进世界医学的交流与合作发挥了积极作用。早在 20 世纪 70 年代，石学敏就参加了中国赴阿尔及利亚医疗队工作，他用银针治愈了已经瘫痪半年多的阿尔及利亚患者引起了轰动，他的精妙医术在非洲 20 多个国家扎根。他曾 10 余次东渡日本进行访问、讲学、科研合作，出版了《脑血管病针刺——醒脑开窍法》等日文专著，使



热烈祝贺我院门诊网络（电话）预约服务开通十周年

# 我院“2017 中医药健康节”隆重举办

今年是医院开展治未病服务十周年,按照为人民群众提供全方位服务的要求,近期我院将治未病和体检中心合并成立医院治未病健康管理中心,形成综合服务平台,开展健康体检、体质辨识、身体调养等多专科参与的综合服务,优化服务流程,提升服务水平,更好地发挥中医药在治未病中的核心优势作用。



治未病科义诊现场

## 治未病健康管理中心

天津中医药大学第一附属医院治未病健康管理中心一直秉承着中医传统治未病思想,将中医体质辨识、西医健康体检、亚健康状态调摄、中药膏方调理等多种健康管理手段相结合,形成了中西医结合现代化的治未病健康管理新模式。同时本中心以“健康是人的第一财富”作为服务理念,始终致力于百姓健康事业。



## 膏方科

治未病健康管理中心膏方科主要运用中医理论,特别是中医“治未病”理念,采用中医查体的方法,为就诊者进行中医体质辨识,然后进行膏方调理与治疗。中药膏方是具有鲜明中医特色的诊疗手段,具有整体调节、辨证论治、疗效显著、无毒副作用等优点。

## 体检中心

治未病健康管理中心下设体检中心拥有多种现代化大型设备,血液检查项目全部由医院检验中心进行检测,提供一流服务的同时,也确保了各种检查结果的准确性。此外,基于中医治未病理念,体检中心还具有临床经验丰富的中医专家提供中医查体服务,结合中西医查体的综合结果,予以相应的健康指导和日常调摄建议。



治未病科主治医师作健康讲座



针灸科主治医师作健康讲座



心内科专家在义诊现场



血液科专家在义诊现场



普外科专家在义诊现场



# 我院“2017 中医药健康节”隆重举办

天津中医一附院与金汇通航举办了空中救援签约仪式。航空救援作为一支新兴的救援力量在医疗应急救援中发挥着不可替代的作用,直升机将成为重要的救援转运工具,在突发疾病救援、事故灾害救援、山区高速救援等紧急遇险情况时,尽可能在提高生存率的最佳时间内让伤者得到有效救治,为社会公众提供及时响应的、常态化的院前救援和院间转运服务。



嘉宾出席空中救援起降仪式

## 刘新桥副院长说

64年前,京津冀的中医先贤们在天津成立了中医门诊部,经过几代人的发展传承到了现在的中医一附院。中医一附院现在在全国中医药和人民保健领域里发挥自己的作用,产生了包括今天在现场的石学敏院士、张伯礼院士,以及诸多全国名医,和青年名医,形成的一个优秀医疗团队。为病人的健康服务一直是我们的宗旨,在医院发展过程当中,质量、服务和满意度始终是医院追求的三个主要方向。

在十年以前,我院首先在全市开展了预约诊疗服务,从当时是在国医堂,启动了便民服务的这项新举措,十年后的今天,我们的智慧医疗全面实现了预约、挂号、收费等多信息端口服务,目前有手机APP、终端机、网络、微信、电话预约五种预约方式十项预约途径,并推进了自助机、银联卡、微信支付、支付宝支付等多种自助支付方式,也为今后天津市卫计委要全力推行的无收费窗口的服务方式打下了很好的基础。大大方便了患者,同时这也是国家卫计委推行改善患者服务行动计划三年来取得的一些显著成果。

今年是实施健康战略的元年,党的十

九大提出了实施“健康中国”战略,倡导“共建共享、全民健康”。在我们中医里面历来就有一句话叫做“上工攻治未病”,“治未病”已经上升为了国家战略。我院的治未病健康管理中心已正式成立,治未病的工作也已经开展了将近十年了,目前我们是天津市治未病中心的组长单位,治未病科也是国家中医药管理局的重点专科,我们参加了国家级相关治疗方案的制定,目前也研究出来了一些健康保健的产品。

在今后的发展过程中,我们规划老的北院区将是以中医特色为主的进行发展方向,南院区将会向综合急救方向发展,为了完善医院的综合急救功能,大家也看到在我们广场上停了一辆直升机,后续我们要和上海金汇通用航空服务有限公司天津公司进行签约。将可以及时接收一些急救患者,或者我们转运一些急救患者也可以通过直升机的方式完成,这样更将极大提升了医院的综合服务能力。

通过64年的发展,医院取得了长足的进步,请我们天津市的朋友们继续关注中医一附院,我们一附院不会让大家失望,我们有决心把医院管理、经营的更好,为天津市提供更好的服务!

## 上海金汇通用航空股份有限公司说

天津中医药大学第一附属医院作为天津地区开设最早、建设规模最大的中医医疗机构,拥有众多的国医大师,经验丰富的医护人员,具备了全市最优的医疗资源,为患者提供高品质医疗服务。

金汇通航则是专业以医疗构型直升机为运输载体,通过与全国院前急救单位及医院合作,构建一个立体化直升机航空医疗救援网络。

今天,金汇通航与中医一附院强强联合,达成合作共识这意味着天津市立体应急急救体系得到进一步完善。今后,天津的市民将会得到更加健全的医疗救援服务。

直升机医疗救援在我国城市空中医疗救援尚处于起步阶段,我们还有很长的路要走,金汇通航也将携手中医一附院砥砺前行,为建设我市应急急救体系做出贡献,全力以赴保障患者生命安全。



## 义诊现场



热烈祝贺石学敏院士荣获世界针联『天竺铜人奖』



我院儿科承办

首届京津冀中医儿科学术论坛

为了更好的传承与发展京津冀中医儿科,促进京津冀同仁们开展学术交流,首届京津冀中医儿科学术论坛于2017年12月16-17日在天津市隆重召开。

我院副院长刘新桥教授致欢迎辞,中华中医药学会儿科分会秘书长、天津市中医药学会儿科专业委员会主任委员李新民教授主持。

我院党委副书记、副院长刘玉珍教授等专家分别主持了4场学术讲座,专家们倾囊相授,与会者聚精会神聆听,现场学术氛围浓烈。(儿科)

我院2017年

法制宣传周系列活动圆满结束

2017年12月4日是我国第4个“国家宪法日”。为了全面贯彻“七五”普法规划目标任务,进一步提高我院干部职工的法律素质和依法行医水平,我院开展了为期一周的法制宣传周系列活动。

自12月1日起,我院在门诊大厅电子大屏幕上展示了“国家宪法日”普法主题图片,12月2日在我院南院区举办了“天津市医疗安全管理青年学术论坛”,12月6日,我院邀请了天津市医学会医疗鉴定办公室主任褚建欣主任进行了以“医疗损害纠纷处置与预防”为主题的专题讲座。

我院加入“健康中国—全国中医体质与治未病协作创新联盟”

“健康中国—全国中医体质与治未病协作创新联盟”成立仪式于2017年12月29日在隆重召开。

会上中国工程院院士张伯礼等多位国内外知名教授围绕“治未病及健康管理”主题分别做了精彩的主题报告。

鉴于自2007年起在治未病方面做出的努力以及突出贡献,我院受邀加入本届“联盟”,我院治未病健康管理中心主任孙庆及海兴华医师到场参加了成立仪式。

本次我院作为成员单位加入“健康中国—全国中医体质与治未病协作创新联盟”,对于加强我院“治未病健康管理中心”与全国“联盟”成员之间的交流协作、探索创新,推进本中心提高临床水平、完善管理机制、增强服务质量等方面都有着积极的促进作用。

“贾英杰创新劳模工作室”

参加市“十大示范劳模创新工作室”交流展示会

2017年12月7日,我院“贾英杰劳模创新工作室”代表李江主任赴天津市总工会参加天津市“十大示范劳模创新工作室”选树交流展示会。

交流展示会上,李江主任主要从创新工作室领衔人、工作室文化、业绩以及服务能力进行了介绍。贾英杰劳模创新工作室自2015年成立以来,充分发挥劳模“传帮带”作用,注重医疗、培养人才的同时,积极服务于社会,锐意进取不断开展创新工作。

天津市针灸学会第二届

刺络与拔罐专业委员会、第二届针刺手法专业委员会换届会议暨学术年会召开



2017年12月27日,天津市针灸学会第二届刺络与拔罐专业委员会换届会议暨学术年会、天津市针灸学会第二届针刺手法专业委员会换届会议暨学术年会在津召开。

第三届全国中医腹膜透析联盟学术会议暨第五届中国·天津腹膜透析高峰论坛在津召开



为进一步提高腹膜透析治疗质量,搭建腹膜透析学术交流平台,追踪腹膜透析领域学术前沿,12月2日,“第三届全国中医腹膜透析联盟学术会议暨第五届中国·天津腹膜透析高峰论坛”在津召开。

大会围绕国际腹膜透析发展趋势等主题进行学术交流,专家报告精彩纷呈,学员收获丰富,学术氛围浓厚。

我院肾内科通过举办每年度腹膜透析专题学术会议,逐步打造国内知名的腹膜透析学术交流平台,促进中医药在腹膜透析领域应用水平的不断提升,推动腹膜透析事业不断向前发展,造福广大尿毒症患者。(肾内科)

2017 京津冀

血管外科新技术研讨会在津召开

2017年12月17日,由天津市中西医结合学会介入医学专业委员会、天津市医师协会血管外科医师分会主办,我院承办的“2017年京津冀血管外科新技术研讨会”暨“药物洗脱球囊治疗下肢动脉硬化闭塞症研讨会”在我院召开。

本次新技术研讨会由我院疮疡及周围血管外科王刚副主任委员为执行主席主持,邀请了京津冀血管外科专家及骨干,共同分享、探讨了血管外科前沿技术的心得体会与相关问题,旨在为有志于血管外科临床诊治工作的同道提供一个展示学习交流的机会,提高京津冀地区血管外科技术相互促进与合作。

我院刘新桥副院长致开幕辞。本次研讨会主要由“药物洗脱球囊新技术应用”、“Angiojet 机械血栓清除新技术应用”、“新型血管支架的新应用”三个专题组成,参会专家深入交流,与会人员踊跃互动交流,现场气氛热烈,通过交流心得大家纷纷表示受益匪浅。(疮疡及周围血管外科)

耳鼻喉科

成为全国耳鼻咽喉头颈外科联盟成员

由全国31个省市自治区488家医疗机构共同组建的“全国耳鼻咽喉头颈外科联盟”于2017年12月22日在北京正式成立。该联盟旨在推广耳鼻咽喉头颈外科疾病诊疗规范指南,推动优质医疗资源上下贯通,设置双向转诊的重要渠道,实现耳鼻咽喉头颈外科疾病患者“常见病首诊在基层,疑难危重症在区域医疗中心”的分级诊疗模式,方便患者就医。

此次作为天津地区唯一一家受邀签约的中医医院,我院将借助该平台,积极与其他成员单位开展业务与学术科研等多方面的合作,实现优势互补资源共享。同时积极推动中医药在治疗耳鼻咽喉科疾病方面的优势,实现中西医结合,推动学科发展,以安全、优质、方便的医疗服务造福更多患者。(耳鼻喉科)

我院5篇论文

被评为《中医杂志》优秀论文

我院五篇学术论文近日被评为《中医杂志》优秀论文,其中《近40年冠心病中医证候特征研究文献分析》(作者:毛静远,牛子长,张伯礼)荣获一等奖,针灸部论文《三焦气化失常——衰老》(作者:韩景献)荣获二等奖,《中医药防治冠心病临床优势及疗效评价的思考》(作者:毕颖斐,毛静远,王贤良,赵志强,李彬,侯雅竹)、《从脑血流动力学角度研究针刺、穴位的特异性》(作者:樊小农,王舒,钱宇斐,张亚男,魏媛媛,张雪,武慧群,李雅洁,刘健,石学敏)荣获三等奖,《四妙勇安汤对动脉粥样硬化模型兔氧化应激及炎症反应的影响》(作者:张军平,许颖智,李明,李良军,彭立,张光银,杨萃,周亚男)荣获优秀奖。

据悉,《中医杂志》社本次对2007年1月至2016年12月期间刊发的学术论文进行了评选。共评选出66篇优秀论文,其中特等奖1篇,一等奖5篇,二等奖10篇,三等奖20篇,优秀奖30篇。

肿瘤科研究成果

获2017中华中医药学会科学技术奖三等奖

日前,由我院肿瘤科牵头的“肿瘤扶正解毒祛瘀法临床应用规律及综合疗效研究”成果荣获2017年度中华中医药学会科学技术奖三等奖,分别授予主要完成单位天津中医一附院及主要完成人肿瘤科贾英杰教授、李小江副主任医师、于建春研究员、张莹副主任医师、杨佩颖副主任医师荣誉证书。(肿瘤科)

“十三五”推拿学

专业创新系列教材编写启动会在津举行

2017年12月16日,由我院推拿科王金贵教授与长春中医药大学附属医院院长从德毓教授共同作为总主编的“十三五”推拿学专业创新系列教材编写启动会在天津举行。

来自全国中医院的60余名专家参加本次会议。天津中医药大学党委书记李庆和教授出席并作重要讲话。本次会议由推拿科骨干李华南担任主持。

现阶段急需一套体系完善、语言精练、内容协调统一的中医推拿教材。以改变现阶段推拿陈旧教学内容的现状,为进一步推动推拿学专业的发展起到至关重要的作用。此次科学出版社“十三五”推拿学专业系列创新教材,正是对目前推拿教育大背景下的积极回应。(推拿科)

预防保健处组织举行

诺如病毒暴发感染应急演练桌面推演

为提高对医院诺如病毒感染暴发组织指挥、快速响应及处理能力,最大限度地降低医院感染对患者造成的危害,保障医疗安全,由刘新桥副院长指挥,预防保健处主办,预防保健处、医务处、护理部、检验科、药学部、设备物资处、总务处参加现场协调指挥,进行了“诺如病毒暴发感染应急演练桌面推演”。临床各科室医护人员也现场进行了观摩。

通过此次演练,强化了医务人员对医院感染暴发的报告以及应急处理能力,加深了医务人员对医院感染暴发严重性的认识,对进一步提高我院应对突发卫生事件的应急能力起到实际作用。(预防保健处)

预防保健处、肿瘤科获

“天津市医疗管路安全零容忍竞赛”第四名

日前,在今年5月至11月开展的“天津市医疗管路安全零容忍竞赛”中,我院预防保健处、肿瘤科获中心静脉管路安全竞赛组第四名。

监测期间护理人员每日填写深静脉置管日志和集束化护理记录,感染科人员随时监测置管的感染相关情况,及时干预;5月至11月我院肿瘤科共纳入深静脉置管被监测病例542例,无感染,最大零容忍感染日数达213天。

我院王意喆获得大学管理干部

基本功竞赛一等奖 傅钰获得二等奖

日前举办的天津中医药大学青年管理干部基本功竞赛中,经过笔试和演讲面试等项目比赛,我院参赛选手,来自教学处的王意喆获得了一等奖,人事处的傅钰获得了二等奖。其中,王意喆勇夺比赛总成绩第一名,为我院岗位练兵、技术比武开了个好头。(工会)

## 【万里寻医记】

### 中医脑瘫康复为斯洛伐克 Peter 一家带来希望



伴着璀璨的晨星，Peter一家归程的班机升上了夜空，小Theodor在天津三个月的康复治疗也划上了圆满的句号，回想起与这一家人的相识、相知情景仍然历历在目。

今年四月的时候，有位斯洛伐克的脑瘫小患者通过医院外事办想来我院治疗，经过四个多月的漫长申请（外国人来我国治病需要申请签证）在八月的一天他们终于来了。8月28日下午2时，来自斯洛伐克的Peter一家人在外事办老师的陪同下来到我院住院部五楼儿科二病区，怀抱着一岁2月的儿子Theodor，面带16小时乘机疲惫感，期待着医生的到来。

Theodor因出生时缺氧引起脑损伤，在奥地利、斯洛伐克、捷克等邻国多家医疗机构诊治，没有明显改善。冯兆才主任带着专科成员出现在Peter一家人面前时，我们看到了家长们充满期待的眼神，看到了孩子无助的样子，经过仔细的询问与评估，我们获悉了以下病史信息：Theodor，男，1岁2月，双侧眼球呈水平型震颤，追视不灵活，追视稍差，控头不稳，不会翻身，不能坐，双上肢不能上举，肘关节被动活动抵抗明显，双手握拳难以张开；双下肢僵硬，膝关节屈曲明显，尖足交叉，双下肢股角约30°。我们初步诊断为“脑性瘫痪（混合型）”，并告知家长孩子的病情以及我们以中医推拿针灸中药热敷为主的综合康复治疗方案。

斯洛伐克小患者接受康复治疗

Peter一家人也全力配合我们的治疗，2周过去了，小Theodor控头较前明显进步，能够自己抬头保持1分钟，眼颤也有所改善，双上肢可上举过头，肘关节活动较前灵活，双手也能稍张开，双下肢肌肉较前松软，爸爸妈妈非常开心，他们看到了小Theodor的希望，看到了中医康复的疗效，于是他们立即请外事办老师协助，申请将在中国的时间由一个月延长到三个月。对于这一家人的希望与信任，我们的专科团队非常高兴，也很有压力，在接下来的2个多月

的时间里，我们制定近期目标、远期规划，即使十一国庆节期间，我们的专科成员也加班为Theodor做治疗，Theodor在大家共同努力下，全身肌肉在不断放松，肌张力也慢慢降低，大运动发育也在进步。到出院时孩子已经能够抬头、能一侧翻身、眼颤明显好转，眼神灵活能够随着家长的言行互动，能咿呀发声，四肢肌张力下降，四肢活动角度很大改善，股角由30°达到150°，双手能简单抓物。家长对疗效非常满意。

对于来自斯洛伐克的Peter一家人，中国天津是他们的第一次跨洲之行，饮食、生活等多方面的不适应，外事办与膳食中心为他们定制了符合他们口味的中餐以及儿童餐。我们的团队成员也为他们的生活方面提供了很多的帮助，谁



有特色美食都想着这家人，使得Peter一家人在天津的3个月吃到了许多中国元素的食物。由于日程改变他们没有带过冬的衣服，倪思、闫婷两位年轻医生就带着他们网上、实地地去添置。冯兆才主任还在歇班的时候带着他们游览津城，体验中国城市的厚重历史文化氛围，李瑞生医生还录制了英语讲解的推拿视频让他们带回学习。

三个月时间转眼即逝，Theodor治疗比较顺利，我们也与Peter一家结下了深厚的友谊，他们诚挚邀请我们到斯洛伐克，临行之际Theodor的爸爸（Peter）还给我们写信一封以表感谢。

斯洛伐克是“一带一路”沿线国家之一，习近平总书记指出“弘扬丝路精神，就是要促进文明互鉴，互联互通是‘一带一路’的血脉经络，‘一带一路’建设要注重民心相通”，在“一带一路”建设中，将中华文化的智慧撒播下去。中医药作为中国传统文化的代表之一，在疾病的治疗与预防方面有着明显的优势。尤其在儿童康复治疗方面中医更是有着显著的疗效，我们坚信，只要我们去努力，中医儿童康复的路一定会越走越宽、越走越广。

（儿科脑瘫专科）

## 武警天津总队致谢治未病科汤毅主任

为感谢天津中医药大学第一附属医院长期以来对武警天津总队官兵健康保障的支持，日前，由武警天津总队后勤部部长崔建民带队专程到我院送来感谢信和给汤毅主任的锦旗。刘渐桥副院长与崔建民部长就进

一步加强军民联系、医疗保障等内容进行了深入的交流。近年来，汤毅主任为武警天津总队官兵健康医疗保障做了大量工作。不辞辛劳，上机关、下连队，赴基层哨所，为普通士兵和各级官兵进行慢病预防、体质调



杏苑文学社周永刚作品

## 润肺佳品——百合

药学部藏液

入冬以来本市长时间没有雨雪，干冷多风的天气让不少人患上了感冒，各大医院的儿科更是人满为患。中医认为秋天的主要病邪是“燥”，冬天的主要病邪是“寒”。但现在室内一般都有暖气，“寒”的威胁小了，但室内外空气都十分干燥，所以冬季也要防“燥”。

燥邪最易伤肺，引发上呼吸道疾病，冬季适当食用一些养阴润肺的食物，有助于减少这类疾病的发生。百合具有养阴润肺，清心安神的功效，既可以作为蔬菜也可以作为药物食用。百合性微寒，作用平和，能补肺阴，兼能清肺热，适用于阴虚肺燥有热之干咳少痰、咽干音哑等症，还可以养阴清心，宁心安神可以用于阴虚有热引起的心烦心悸。

百合的蛋白质含量比一般蔬菜高3到5倍，含有多种人体所需微量元素和十多种游离氨基酸，是一种营养丰富的食补食材。现代药理研究表明百合具有消炎、抗疲劳、抗抑郁、降血糖、改善呼吸功能、抗氧化等作用，百合还具有一定的中枢镇静作用，百合中的多糖具有一定抗氧化活性，皂苷类、生物碱类物质能抑制癌细胞的增生。

百合可以分为药用百合和食用百合，食用百合味道更好一些，适合日常食用，一般以产自甘肃兰州的最好，也就是我们常听到的“兰州百合”，而药用百合味道微苦，清肺热效果更好。百合一般以片大、肉厚为好，颜色是类白

色、黄白色。购买百合片时要注意不是硫磺熏过的，正常的百合片颜色是类白色，淡棕黄色，有时候微带紫色，味淡，或者略带微苦。熏过硫磺后，就会非常白，而且颜色一致，鲜艳，味道发酸，遇到这种情况就不要购买。

百合的食用方法很多，可以炒菜、煮粥、生食、拌凉菜等等，下面简单的介绍几种：

百合汁 新鲜百合250g，冰糖少量。百合用冷水泡发，加冰糖少量，用小火煎煮一小时左右即成，稍加温后饮用，每天两次，润肺止咳，适用于体质虚弱、老年人慢性支气管炎、劳嗽咳血等症。

百合粥 百合50g，粳米60g，冰糖少量。将百合、粳米加水煮至米烂成粥，加适量的冰糖即成。有润肺止咳、补中益气、清心安神的作用。适用于中老年人及病后身体虚弱、心烦失眠者，粥内也可以加些银耳效果更好。

百合雪梨饮 百合10g，雪梨1只，冰糖10g。将雪梨去皮、核，切成小块，置于锅内，加百合、冰糖、水煮开即可。具有养阴润肺、清心安神、止咳祛痰之功效。饮汤同时食百合、梨，用于心、肺阴虚所致心烦失眠、咽干口燥、干咳少痰等症。

百合适合大多数人食用，特别是阴虚肺燥容易干燥的人、阴虚有热之失眠心悸的人。但是百合药性微寒，阳虚、有湿以及大便稀溏的人不宜多食。



## 孩子如何逃离“十面霾伏”

推拿科 供稿

辞旧迎新，但是雾霾天还是始终陪伴在我们左右不愿离去，那么，我们脆弱的宝宝如何远离这“十面霾伏”呢？我们家长们如何保护宝宝呢？

**基本保护措施**  
雾霾期减少不必要的外出活动  
佩戴与脸部密合、阻尘率高、阻止2.5微米以下颗粒的口罩  
用温水勤给孩子洗脸，祛除残留脸部的污染物  
及时给宝宝漱口，清理口腔内的细菌，预防病从口入  
用棉签蘸少许温水，清理宝宝鼻腔内的污染物

**重点保护措施**  
津沽小儿推拿专家提示：与其让孩子做蒙面斗士，不如同时增强孩子的体质！如果你的孩子基本素质本来就差，加上家里娇生惯养，就算佩戴PM0.0025的口罩也不济于事！小儿推拿是无创、绿色的天然疗法，可以预防疾病和增强宝宝体质。下面专家给大家介绍几个小儿推拿方法，简便易学，只要坚持，宝宝体质肯定会有变化滴！

1 摩腹  
以掌或四指在患儿腹部顺时针、逆时针平揉3-5分钟。

2 揉足三里  
以拇指在足三里穴处揉30-50次。足

三里定位：小腿前外侧，膝盖髌骨下外侧膝眼下三寸、距胫骨前缘外一横指（中指）按之凹陷处。

3 揉板门穴  
以拇指揉患儿大鱼际处板门穴100次-300次。板门穴定位：在手掌大鱼际平面

4 捏脊  
两手拇指、食指、中指将患儿上方脊柱两侧皮肤捏起，自下而上地向前推，形成一条直线，一直操作到肩部。不会捏脊的可以看这个哟；小儿捏脊，你捏对了么？

上述4个简单动作大家都会了吧？千万千万别小看这四个动作，它们都可以调理脾胃，因为中医讲“脾胃乃后天之本”，脾胃好了体质随之增强，能够减少呼吸系统疾病的发生；“以后天补先天”，脾胃好了肾气也得到补充，能够促进宝宝生长发育的，宝宝麻麻们都学会了吗？

本期编辑：

王洪东 于秋然 刘瀚文

摄影：

田斌 康馨匀

（内部资料 免费赠阅）

更多精彩请扫右侧二维码，

关注我院官方微信（订阅号）。



2017 天津中医药大学第一附属医院中医药健康节隆重举办