

保养身体预防疾病 小银针发挥大能量

江苏徐州市中医院利用中医针灸适宜技术治疗常见病，满足了百姓对中医药的服务需求



徐州市中医院新门诊大楼效果图

□ 沙会堂 马传卫

中医药文化是我国传统文化的精粹之一，以针灸、推拿、拔罐、刮痧、理疗及中药为代表的中医药传统文化越来越多被人们接受和喜爱。去年，应法国圣埃蒂安市政府及米歇尔教育集团的邀请，江苏省徐州市中医院5位中医专家先后访问了法国米歇尔运动按摩学校、圣埃蒂安医学院等机构，进行了为期半个月的中医交流。

徐州市中医院针灸脑病科副主任医师、副教授、“80后”年轻人衡雪丽是此次中医交流团里年龄最小的成员。在人们普遍的印象里，中医年龄越大越让人信服，从医15年、依旧是大学生模样的衡雪丽以专家的身份坐诊时，经常收到患者怀疑的目光：就你？行吗？而通常，患者只要在她那里接受一两次针灸治疗，便会打消以貌取人的印象。

衡雪丽在分享法国医学交流时的体会和收获，回顾治疗疑难杂症的经验时说：“每治好一位久受病痛折磨的患者，对我们医生来说都非常有成就感，很高兴看到中医越来越多被人们关注和接受，也期待更多的人从中医中获得健康。”

弘扬中医针灸文化

徐州市中医院作为徐州市对外开放的窗口，近年来，先后与法国、日本、俄罗斯等多个国家的多所医院建立了合作关系。去年，法国圣埃蒂安市圣米歇尔运动按摩学校一行5人在

徐州市中医院进行了为期10天的交流培训，接着徐州市中医院派出5位业务骨干应邀前往法国进行友好交流访问。

回顾法国之行，衡雪丽介绍，徐州的中医专家在米歇尔运动按摩学校就推拿按摩专业课程与未来学生的发展方向进行了探讨，并在当地的多家医院和康复中心就康复科的常见病、多发病的治疗方案进行了交流和演示，大家学习热情很高，讨论热烈，收获颇丰。

去年被评为“2019中国中医医院·最佳临床型专科”的徐州市中医院针灸脑病科是“十二五”国家中医药管理局中医临床重点专科建设单位、江苏省中医临床重点专科，开设了6个针灸门诊、6个脑病（神经内科）专家门诊、4个专病门诊，拥有针刺、艾灸、拔罐等30余种中医特色优势技术。科室人才济济，业务研讨氛围浓厚。

作为针灸脑病科认知障碍专病组成员的青年专家，衡雪丽2005年毕业于天津中医药大学，擅长运用针灸、中西医结合的方式治疗中风、眩晕、麻木、失眠、黄褐斑等多种疾病，尤其擅长以火针治疗静脉曲张、痤疮、痛经、慢性胃炎，小儿快针治疗小儿厌食、免疫力低下等。

小小银针为何可以医治这么多内外科疾病？衡雪丽说，针灸脑病科并不仅限于治疗脑病，几乎涉及全身，用腹针可治疗腰突症、颈椎病，用醒脑开窍针法可治疗中风，用贺氏火针可治疗静脉曲张、重症肌

无力、各类皮肤疾病及疑难杂症等，各种针法可根据个人体质和病症，组合运用。

由内而外解除病痛

虽然针灸手法繁多，但其原理并不难理解。衡雪丽介绍说：“中医理论认为，经络的主要作用是运行人的气血，如果经络不通，体内的气血运行便会受到阻碍，外在表现为经常关节疼痛、四肢麻木等，针灸治疗可以让体内的经络变得通畅，气血正常运转。”

“中医讲究人体阴阳相合。疾病的发生，从根本上来说就是阴阳的相

对平衡遭到破坏，出现偏盛偏衰的结果。针灸的过程，就是调理阴阳平衡的过程。针灸调和阴阳的手段是通过经络腧穴的配伍、针刺手法的调整和针具的选择来实现的。”衡雪丽提醒，“针灸一定要去正规的医院，非专业针灸人员用针不当，会加重疾病、有害健康。”

缓解慢病复发蔓延

虽然针灸历史悠久，然而并不是人人都真正了解。衡雪丽说，在门诊中遇到许多病患开始对针灸并不信任，他们多是在别人推荐下带着怀疑的态度来试一试，或是已患疑难杂症

多年，用尽了各种方法，在走投无路的时候才想到中医。

在一般人印象里，中医是慢郎中，只长于治疗慢性病，而且过程很长。衡雪丽说：“这是个认识误区，中医在许多疾病的急性发病期多有建树，比如，各种皮肤瘙痒、痛症，通过针灸治疗，可快速止痒、止痛；感冒、咳嗽、腹泻、便秘以及麦粒肿、鼻炎、口腔溃疡等，也可以通过针灸治疗，见效显著；心绞痛患者，通过针灸治疗，可调节心室率。”

在针灸治疗中，衡雪丽提到了“火针”。她说，火针疗法是将针体加热后，刺入人体一定的腧穴或部位，借助

火力激发经气，使气血调和、经络通畅，并调节脏腑功能，可治疗内科、外科、妇科、皮肤科、五官科、口腔科、儿科等多种疾病。

衡雪丽还介绍了刺络放血疗法治疗疑难杂症、久病顽疾，腹针疗法治疗失眠、阳痿、高血压、糖尿病等病症。对于一些年轻女性，还有美容针、补水针，且都是纯绿色疗法，无任何添加剂。

为了熟练针灸的技法、扩大针灸的治疗范围，衡雪丽在家里经常给自己扎针，体会不同针法的感受和效果，以期让小小银针发挥更大的能量。

整体观辨治 调动生命原动力

江苏徐州市中医院以“西医治人得的病，中医治得病的人”来诠释针灸治疗特色

□ 马传卫 沙会堂

“效之信，若风之吹云，明乎若见苍天。”《黄帝内经》这样形容针灸的疗效。具有悠久历史的针灸在临床不但可以缓解慢病症状，在急病发作期也常有立竿见影的功效。

随着冬天脚步的临近，气温降低，室内外温差增大，心脑血管疾病、呼吸系统疾病、皮肤病、肠胃病、风湿关节病等疾病渐至增多，来江苏省徐州市中医院针灸脑病科接受中医治疗的患者也多了起来。

中西医并重、整体观辨证诊治向来是徐州市中医院一贯坚持的特色。去年结束了为期一年的马耳他援外医疗任务的针灸脑病科副主任、康复科主任史江峰教授，就近期通过中医方法治疗的多个病案，介绍了中医适宜技术特别是针灸的原理、中医辨证思想对生命健康的探索及日常起居的保健等。

中医针灸 调整机体功能平衡

徐州市中医院针灸脑病科在整体辨证施治方面发挥着独特的优势。史江峰说：“针灸治疗的理念与西医不同，它着眼于对人体机能的整体把握，通过穴位刺激，调整患者的机体功能平衡，达到治疗目的。”

据了解，在徐州市中医院针灸脑病科住院处，每年都会收治许多从各医院慕名转来的中风恢复期患者。中风是中医的说法，西医称之为脑卒中，是急性脑血管疾病的统称，是以猝然昏倒、不省人事，伴发口角歪斜、语言不利而出现半身不遂为主要症状的脑血液循环障碍性疾病。徐州市中医院开展了中风先兆、中风急性期、中风恢复期、中风后抑郁症、中风后二级预防等对症治

疗和研究，应用多种中医适宜技术，在中风患者的急救和康复过程中发挥着重要的作用。

“世界卫生组织认为，针灸可以治疗300多种疾病，包括亚健康状态、急性病、痛症、脏腑功能失调所引起的各种疑难杂症、神志病（精神病）等。也就是说，针灸不仅能治疗机能性的疾病，对实质性脏器系统损毁亦有修复作用。”史江峰说。

一针二灸 绿色治疗修正肌体

据史江峰介绍，中医适宜技法不仅在中风康复治疗期有显著效果，对患者中风两三年后的后遗症依然有作用。

“一针二灸三中药，针之不及，药之不到，灸之所医。”史江峰说，针灸是针和灸的组合，被第一批列入国家级非物质文化遗产名录。在《黄帝内经》中，称掌握针灸保健技术的医生为“上工”，在实际运用中，针、灸与中药可以两两组合或是联合作战，在临床上有良好的疗效。

针灸的治疗范围广泛，手法多样，徐州市中医院针灸脑病科在门诊设有中风、头痛、眩晕、面瘫、癫痫、帕金森、痴呆、睡眠障碍8个专病门诊诊室，常规开展多种中医传统疗法，包括普通针刺、灸法、穴位贴敷、梅花针、揠针、水针、醒脑开窍针法、平衡针刺法、通脑活络针法、靳三针、火针、耳针、针刀等特色诊疗。

“针灸治疗是纯物理治疗，在中医用针刺入人体、再拔出的过程中，没有给人体施加任何外源性物质或者释放出可见的液体，是纯绿色治疗方法。针灸与西医的外科手术理念完全不同，西医手术的实施部位是病灶，头痛医头、脚痛医脚，而针灸治疗既注重局

部病灶的治疗作用，更强调远离病变部位的治疗作用。头痛针足，这样的事情看起来不可思议，实则体现了针灸的整体治疗观。”史江峰说。

据悉，徐州市中医院针灸脑病科除了广泛开展针灸中药疗法，还与康复医学科合作开展了运动、作业、语言、心理、物理等康复治疗，配合健康教育，提高脑血管疾病急性期及恢复期的治疗效果，加快脑病患者恢复生活、恢复工作的能力，使患者及早回归家庭和社会。同时，还积极带动本区域医术的发展，对口扶持了新沂市、睢宁等基层中医院，惠及更多患者。

培厚基底 针灸调动内在潜能

“人的自身具有内在的潜能，针灸可以调动这种潜能，对人体康复起着催化的作用。”史江峰说，针灸有十几种手法，针不同、施针的部位不同、用针人的技术不同，疗效也大有差异。为加强医务人员业务培训，更好地提高医疗水平和服务能力，徐州市中医院针灸脑病科每周要举行一次专题业务讲座或中医经典学习；每周要进行一次教学查房，讨论疑难病例、死亡病例，以提高科室医生诊治疑难及危重病例的水平；每年还选派科室医疗骨干外出学习，到国内优秀的中医或西医院参观，学习先进的特色诊疗技术和理念，开阔思路、拓宽视野。

去年夏天，史江峰圆满完成了马耳他援医工作。在回顾中医尤其是针灸和推拿被当地人接受和认可的数个病案时，他说，马耳他地处地中海，四面环海，湿气重、风大，马耳他人民喜冷恶热，容易招致风湿、风寒之邪，许多患者通过针灸、拔罐、推拿等纯中医治疗获得了良好的疗效，中医在当地的口碑也越来越好。

史江峰说，对于湿寒体质者，可通过火针激发经气，扶正助阳。针灸的治疗秘诀就是根据机体状态的平衡情况进行有针对性纠正，治疗疾病，培厚健康土壤。

简单生活 为超负荷身体减负

生活中有许多人认为，针灸就是保健，是治未病、慢病的。在史江峰看来，针灸在急病和慢病的治疗上，各有所长。

“针灸直接作用于穴位上，通过经络传导，外联皮毛肢节，内系五脏六腑，对一些症状非常明显的疼痛、感冒、发热、高血压危象、痉挛、炎症、哮喘发作等，可以马上见到效果。”史江峰说，“对于一些慢性疾病的治疗，针灸治病有累积效应，通过调节人体阴阳，使人体各脏腑器官、腺体组织的分泌调节反馈功能恢复到较正常的生理状态，最后发挥良好的治本效果。”

“最根本的保健，在于日常的自律。”史江峰说，现在许多慢性病年轻化、过敏病增多，有些病因是长年累月的生活习惯积累而来的，比如，得中风、糖尿病的年轻人增多，与现代生活质量的提高、营养过剩、运动少有很大关系，导致体内湿热、营养过剩；过敏性皮肤病、呼吸道疾病，与焦虑、熬夜、吃辛辣饮食等都有很大关系。简单生活，为超负荷身体减轻包袱，也是中医的养生理念。

“未病先防，既病防变。预防疾病，首先要管住嘴、迈开腿、有好心态。”史江峰提醒，尽管医学不断发展，健康还需从日常生活做起，要合理膳食，多吃新鲜蔬菜和水果，少吃脂肪高的食物，如肥肉和动物内脏；要适量运动，保持心态平和。

（本版图片由徐州市中医院提供）

医院名片

江苏省徐州市中医院建于1956年，是一所集医疗、保健、康复、教学、科研、社区卫生服务于一体的国家三级甲等中医院。该医院是南京中医药大学附属医院、江苏省首批基本现代化中医院，连续多年跻身我国地级以上城市医院综合竞争力“百强”，位列全国地级以上中医医院第6名，在淮海经济区及江苏省有较大影响力。

该医院占地面积2.4万平方米，门诊部设28个临床科室、15个医技科室、82个专科专病门诊；住院部设23个病区，编制1200张床位。该医院新院区占地196.95亩，拟设置床位2000张。

徐州市中医院现有职工1391人，其中具有高级职称人员252名，拥有全国、省名老中医工作室指导老师6名，江苏省、徐州市名中医12名，院名中医42名，国家级、省级优秀临床人才（培养对象）8名，省“333工程”重点人才2名，省中医领军人才及拔尖人才2名，徐州市优秀专家、领军人才和拔尖人才5名，博士、硕士生导师8名，南京中医药大学兼职教授、副教授55名，博士研究生22名，硕士研究生221名。

徐州市中医院坚持技术强院，拥有国家、省、市级重点专（学）科33个。其中国家级重点专（学）科4个：皮肤科是国家临床重点专科（中医专业），心血管科是国家中医药管理局中医临床重点专科，针灸科是国家中医药管理局重点建设专科，护理学是国家中

医重点专科；江苏省中医药重点学科2个：中医肛肠病学、中医皮肤病学；江苏省中医重点临床示范专科2个：心血管科、肛肠科；江苏省中医临床重点专科6个：中医外科、风湿科、心血管科、针灸科、肛肠科、皮肤科；徐州市重点专（学）科19个：皮肤科、心血管科、肛肠学、针灸科、内分泌科、肿瘤科、呼吸科、脾胃科、妇科、骨科、推拿科、康复医学、检验科、中医外科护理、心血管护理等。

此外，徐州市中医院还参与了国家“973”计划项目、国家自然科学基金项目、国家科技支撑计划、全国中医药行业科研专项项目、江苏省科技厅课题，多次获得省市中医药科技进步奖。

该医院拥有核磁共振、128层螺旋CT、DSA、数字减影X光机、消化内镜、腹腔镜、经皮肾镜、输尿管镜、全自动生化分析仪等大型设备。

徐州市中医院是徐州市对外交流窗口单位，先后与俄罗斯、日本、奥地利、德国等国外同行建立了交流合作关系，每年有数十名外国留学生来该院进行交流学习。

徐州市中医院先后荣获全国卫生系统先进集体、全国中医药文化建设试点单位、全国服务质量满意文明单位、全国最佳百姓放心示范医院、江苏省基本现代化中医院、江苏省文明单位、江苏省卫生系统先进集体、江苏省用户满意服务明星单位、徐州市人民满意医院等殊荣。