

虽然已经回国3个月了,沧州中西医结合医院医生沈润斌和张倩依然清晰地记得回国那天,匈牙利佩齐大学中医孔子学院为他们举行的欢送仪式。张倩说,是中医药文化架起了沧州与世界交流的桥梁——

“我们在匈牙利传播中医药文化”

本报记者 哈薇薇



▲张倩正在为匈牙利科扎尔米什莱尼市长夫人诊脉。

▼沈润斌为外国学生演示中医推拿手法。

匈牙利女孩布兰卡在全球汉语桥比赛中表演太极扇。

中医课程深受各国学生欢迎

沈润斌是沧州中西医结合医院骨科康复区微创骨科副主任中医师,他的妻子张倩是骨科康复区针灸科副主任医师,两人均是华北理工大学的校外导师。

经华北理工大学推荐,沈润斌、张倩参加了教育部中外语言交流合作中心组织的孔子学院教师选拔考试以及相关培训,并取得了孔子学院教师任职资格。经匈牙利佩齐大学中医孔子学院面试合格,沈润斌、张倩被聘任承担此学院的中医相关课程教学及培训工作。

佩齐大学中医孔子学院于2015年正式揭牌成立,是华北理工大学与匈牙利佩齐大学合作建设的中东欧地区第一所中医孔子学院。

去年10月,夫妻二人到达匈牙利佩齐大学孔子学院,身兼多门中医课程的教学工作。

“我承担穴位与健康、中医学、太极扇、经络腧穴学四门课程的教学,沈润斌则教授中医推拿、中医养生、功法以及中医基础理论。”张倩说。张倩记得第一次去上针灸课时,教室里就有30多位喜欢中医药文化的学生。“这超出了以往学生上课的人数。课上,学生们学得都非常认真。课后,一些学生也会继续咨询中医药课程的相关问题。”学生们来自世界各地,对中医药文化的喜爱程度超出了张倩的预期,他们对张倩说,“很开心上这堂课”“期盼着下一次的课程”。

在授课过程中,一名孝顺的男生给张倩留下了深刻的印象。说起选修中医课的初衷,这位学生告诉张倩,他的父亲患有脑血管疾病,每年都要接受针灸治疗。他想学会针灸,可以自己照顾父亲,减少父亲就医的奔波。通过努力学习,他越来越喜欢中医药文化,对针灸技术也有一定掌握。结课时,他对张倩说,下个学年,还要报针灸课。

沈润斌的教学也非常受学生们欢迎。中医养生课堂上,沈润斌把中国的古典音乐推荐给学生们,让他们感受了一把音乐养生的魅力。“有时是古琴,有时是古筝,有时是箫或笛子。这些中国的古典音乐有些入心经,有些人肝经,有些人入肺经。临近考试,学生们有焦虑的状况,我就选一些入心经的音乐,他们听完后,普遍感觉内心变得平静了许多,没有那么焦虑了。”沈润斌说。

中医推拿课上,有一位学生是在职研究生。为了学习中医推拿,他每次都开2个多小时的车过来上课,因为长时间开车导致肩部和腰部酸痛不适,沈润斌就在他身上做推拿演示,

经过十几分钟的推拿治疗,他的症状就得到了缓解。体验到中医推拿的神奇后,这名学生对中医越发感兴趣。沈润斌说,回国后,这名学生还一直和自己保持联系,表示要努力争取学校奖学金,希望有机会到中国参观学习。

沈润斌说:“中医药是传统的,也是现代的,是中国的,也是世界的。我和张倩多年从事中医临床工作,在授课中,不仅融合中国传统文化给大家讲理论知识,还教授实操方法,针对不同的病症,给出专业的诊疗意见。很多学生跟随我们学习一年的中医课程后,下一年继续选择了中医课程学习。”

异国他乡的别样春节

“按揉这些穴位,可以缓解腿部不适”“这是一个泡脚方,你可以回去试试”……张倩细心地为外国学生把脉并教授穴位按压的手法。一旁,沈润斌正在为一名患者进行推拿。当天,正逢中国龙年的大年初一,和煦的阳光照在匈牙利科扎尔米什莱尼市的广场上,听说神奇的东方中医来此义诊,很多市民都闻讯赶来体验、治疗。

当天,广场热闹非常,原来佩齐大学中医孔子学院不仅带来了中医义诊,还借此机会向当地人介绍了包括中国茶艺、传统编绳、非遗剪纸、书法、绘画等丰富多样、博大精深的中国传统文化。沈润斌和张倩作为义诊主力参与其中。张倩耐心听取患者病情,把脉、舌诊,并给予食疗、运动、自我穴位按摩等养生建议。沈润斌则为患者进行推拿、耳穴埋豆、艾灸等中医特色治疗。他们还现场教授大家健身养生操,比如太极拳、八段锦等。

义诊现场,一位70多岁、身材胖胖的匈牙利女士引起了张倩的注意,因为肥胖,她身体多处呈现出亚健康状态,最突出的是腰腿疼。经过望闻问切、四诊合参,张倩找到了症结所在,随后对她进行了穴位按压治疗。治疗结束后,那名女士再抬腿时,顿时感觉轻松不少,她激动地握住张倩的手,表达着对张倩的谢意和对中医神奇的赞叹。

令沈润斌和张倩没有想到的是,该市的市长和市长夫人也来到义诊现场,张倩还为市长夫人调理了身体,通过中医推拿、按摩等一系列手法地操作,短短十几分钟,市长夫人多年的腰肌劳损病就得到了缓解。见中医技术如此神奇,市长立刻和中医孔子学院预定了下次的义诊。“第二次义

诊时,远远地就看到了市长夫人,她微笑着和我们打招呼。因为第一次她感觉治疗效果非常好,所以这次她想在回国前,再来接受一次治疗。”沈润斌说。

现场,也有不少人希望了解中医药在疾病预防、治疗、保健方面的作用,沈润斌、张倩为他们一一进行了详细解答。

4个多小时的义诊,沈润斌和张倩共为80多人进行了中医诊疗。张倩说:“看着大家对中医越来越感兴趣,我们也很开心。在义诊过程中,我们也在积累临床数据,希望为当地多发病、慢性病等疾病的中西医结合诊疗提供依据。”

义诊结束时,夜幕已经降临,沈润斌和张倩给远在国内的亲人打通了视频电话,电话里,是对家人深深的牵挂和满满的祝福。“听说我们要回国时,市长送给我们每人一个手绘着科扎尔米什莱尼市杯子的杯子作为纪念。”沈润斌说,“这个别样的春节,令我们难忘。”

匈牙利女孩舞动太极扇

刚刚回国不久,张倩就收到了学生——匈牙利女孩布兰卡的好消息:她在匈牙利中医孔子学院举办的全球汉语桥比赛中获得了三等奖,其中的太极扇表演正是在张倩的指导下获得高分的。张倩迫不及待地把这个好消息告诉沈润斌,两人共同回忆起布兰卡的点点滴滴。这个匈牙利姑娘性格活泼,热爱中医文化,对中国非常向往,她一直在积极备战汉语桥比赛,因为只有在大赛中获得好成绩,才能得到学校的奖励,来到中国参观学习。

为帮助布兰卡得偿所愿,张倩一个动作一个动作地示范,一个细节一个细节地纠正,直到布兰卡将一套太极扇打得有模有样。但张倩还不放心,回到国内后,第一时间就给布兰卡寄去了一套很有中国特色的练功服。汉语桥比赛现场,身着白色漂亮练功服的布兰卡凭借一套行云流水的太极扇表演,征服了在场所有评委,纷纷打出高分。

回望这一年的海外执教生涯,张倩说:“一年虽然短暂,但我们在工作中一直努力尝试各种方式,擦亮这独具特色的中国名片,让世界人民对中医药文化多一份了解。”

“工作中,我们发扬沧州中西医结合医院厚德、仁爱、博学、严谨的精神,努力展现中医人的风采,力争为中医药文化的国际传播作出更大贡献。”沈润斌说。

沧州中医药非物质文化遗产项目展示

狮城推拿： 推按之间“手”护健康

本报记者 哈薇薇 摄影 王林

项目简介

狮城推拿:2020年被认定为运河区非物质文化遗产传承项目。第五代传承人——河北省沧州中西医结合医院推拿康复中心专家卢智,在继承前人推拿技法的基础上,汲取南北派推拿技法精华,独创长短杠杆微调整复手法。狮城推拿将精准取穴与推拿手法相结合,治疗手段简朴精炼,临床验证可靠有效。目前狮城推拿主要流传于华北地区,已传至第七代。

典型医案

从医20多年间,通过狮城推拿治愈的病人不计其数,其中有些病例让陈华印象深刻,这些病例的治疗过程也丰富了狮城推拿的治疗内容。

曾经有一个患者,中医四诊合参后,陈华认为他腰间盘突出症状并不严重,就制定了2个星期的治疗方案,谁知2个星期过后,效果并不理想。仔细询问后才得知患者腰的使用率非常高。虽然陈华最初就知道对方的职业是快递员,但工作强度之大,超出了他的想象。陈华调整治疗时间和治疗方案后,取得了很好的治疗效果。“后来我在看病的时候,就会习惯性地问对方的职业,有的不愿意说,我就问他工作中做哪个动作比较多,从而根据对方的工作性质,制定相应的治疗方案和治疗时间。”

推拿不仅要充分考虑患者的职业、年龄、居住地等因素,有时还要深入挖掘导致疾病的原因。有位患者因为头晕来医院检查,检查后没有发现任何器质性问题,住院后经过一段时间治疗,头晕症状没有明显改善,这让当时接诊的陈华有些奇怪,问题到底出在哪里?通过深入交流了解到,半年前患者的父亲突然去世,而患者认为自己没有尽孝道,然后就开始出现失眠的症状,长达半年的失眠导致了头晕。找到症结后,陈华豁然开朗,通过推拿、药物治疗配合心理疏导,最终帮助患者恢复了健康。

陈华说,经过多年的临床实践,他越来越深刻地体会到,推拿不仅能疗愈人的身体,还能疗愈人的心灵。为此,沧州中西医结合医院的推拿康复中心推行了一套人性化、个性化的诊疗流程。“首诊医师先期会帮助患者查体、问病史、做检查,进而判断患者身体哪个部位有问题。后期首诊医师会根据检查结果制定相应的治疗方案。接下来,我们会根据患者的耐受力、性格等因素匹配一个与之相适宜的按摩医师,争取做到个性化服务。”

历史渊源

见到沧州中西医结合医院推拿康复中心主任、狮城推拿的第六代传承人陈华时,他刚刚从上海学习回来,初次见面,因他热情健谈的性格,采访异常顺利。

提起推拿与按摩的区别,陈华说,推、拿、按、摩分别是这个学科的四中手法,大概明朝之前叫按摩,之后就改作推拿了,其实质内容大致没有区别。中医推拿历史久远,始于秦汉时期。中医经典《黄帝内经》中已有明确记载,那时的名称叫按跷。

提起狮城推拿的历史渊源,陈华说,可以追溯到晚清时期,创始人是石家庄市元氏县李氏,因未留下明确文字记载,名字已不可考。第二代传承人是出生于清末的李墨林,他将此流派的技术运用得炉火纯青,声名享誉华北地区。第五代传承人卢智将此推拿技术引入沧州并落地沧州中西医结合医院。他在继承前人推拿技法的基础上,将精准取穴与推拿手法相结合,独创长短杠杆微调整复手法。卢智将中医“循经辨证、整体论治”的核心思想和“均匀渗透、持久有力”的推拿手法有机结合,同时吸收美式整脊、肌筋膜等现代先进的康复理念,将中医推拿正骨发展到了新的高度。

经过20多年的发展,如今,狮城推拿后继有人,已经传承七代,仅卢智一人就直接收徒33人。为方便记忆和流传,突出地域性,推拿以“狮城”命名。经过一番认真准备,2020年,狮城推拿顺利通过审核,正式成为运河区非物质文化遗产传承项目。

技法特色

相比普通按摩馆的推拿技术,狮城推拿有何独特优势?

面对记者的疑问,陈华没有停下手中的工作,边为患者诊治边回答:“举个例子,同样是脖子疼、腰疼、胳膊疼,在按摩馆,当他问原因时,他可能说不明白,只能简单地帮你缓解疼痛。但狮城推拿可以给出非常明确的诊断,包括病症、病型、病因以及病程、治疗的方法和时间的等等,所以二者有着本质的区别。”

当然,狮城推拿最大的优势,还在于它的创新性。

第五代传承人卢智总结了长短杠杆相结合微调整复手法治疗腰椎间盘突出症、牵引结合短杠杆微调手法治疗颈椎病、美式整脊治疗寰枢椎位置不正、点穴牵拉治疗腰椎间盘突出等多种中医特色疗法,对患者的疾病诊治和身体恢复都发挥了很好的作用。

“以患者肩膀疼痛为例,通过按摩、热敷等手法,暂时缓解了病人的疼痛,但患者上班后一累,疼痛感就会再度袭来。经过思考发现,并不是治疗效果不好,而是患者的生活习惯有问题,那么如何帮助患者改善生活习惯?我们就给他布置一个额外的家庭作业,专门针对他的问题设计动作,强化患病部位的肌肉,因此治疗过程时时处处体现创新性。”陈华说。

病痛,祛除疾病。有句俗语说得好,按摩不练功,到头一场空。所以,在沧州中西医结合医院推拿康复中心有个不成文的规定,中心人员每天都要抽时间练习太极拳、八段锦,但他们与普通不同,侧重点是练习渗透力,一双柔和又有渗透力的手,才能做到手到病除。

要想成为一位合格的推拿医生,不仅手要练,中医思维也要培养。“卢老师,近乎苛刻地严厉,针对患者,他经常会问我们一些问题。问题五花八门,只要回答不出来,就免不了会一顿严厉的批评。比如他会问这个患者患病部位是腰椎第几节?你得把病情、症状以及诊治情况一五一十、十分流畅地说清楚,才算过关。甚至有时会问这个患者哪个单位的、家是哪里的、治疗几天了。如果治疗后的患者,第二天症状加重了,他就会找你谈,你得说明白患者病情加重的原因以及解决方案,这种看似严厉的教导,却培养了学生们在工作中一丝不苟、全面细致的中医思维。”陈华说,在卢智的培养下,分布在北京、内蒙古、沧州等地的学生都已经成长为当地医院推拿领域的领军人物,而卢老师的人格魅力和高超的技法,也成了学生们成长的动力。

发展现状

从过去一天几十名患者到现在一天几百名患者的门诊量,沧州中西医结合医院推拿医生的数量已经远远不能满足患者的就诊需求。针对这个问题,陈华和狮城推拿团队去南方医院学习管理经验,将预约接诊引入中心,很好地解决了这一问题。现在,每个患者都能在预约的时间里,准时得到诊疗服务。

面对越来越庞大的患者群,狮城推拿传承重任的陈华,时常思考传承方面的种种问题。比如在理论基础方面,狮城推拿流派欠缺深厚的文化底蕴,缺少高水平的学术理论建设;在人才培养方面,许多中医高等院校毕业生不愿从事推拿科的重体力工作,传承后继乏力,这些都是阻碍狮城推拿流派发展的制约因素。

身为传承人,有压力,但更多是动力。“即使病人有同样的病,但在具体症状和治疗手段上也可能不同,正是这种多变和挑战,激励着我不断学习。”陈华对狮城推拿怀有无限热爱,他希望越来越多拥有梦想的年轻人能够继承、发扬狮城推拿的技法,创新、丰富狮城推拿的体系,让推拿这一中医诊疗技术帮助更多人脱离病痛。



▲狮城推拿第五代传承人卢智与学生在一起探讨医案。

▼狮城推拿第六代传承人陈华为中心人员演示推拿手法。

