无与伦比，超乎想象

——赴日留学一年感想

冯 卓

2014 年 10 月至 2015 年 10 月间，我有幸获得上海市教委高校教师国外访学项目的资助，在日本国立癌症研究中心中央医院(NCCH)消化内窥镜中心进行了为期一年的访学研修。此次访学不仅实现了我多年来的梦想，更使我深入地学习了世界最前沿的消化内窥镜诊治技术在下消化道早癌方面的应用。

在来到 NCCH 开始研修之后，我即得到了来自内窥镜中心主任斋藤豊教授的热情欢迎和热心帮助。由于我满足语言和从医的相关条件，斋藤豊教授主动推荐我申请海外医生在日临时行医执照并担任第一责任人，让我有幸成为 NCCH 内窥镜中心历史上第四位申请到该执照的海外医生，同时是首位中国医生。

作为享誉全球的著名消化内窥镜中心，几乎每周都有来自全世界各国的海外医生来该中心进修学习，这也使我获得了大量和各国内窥镜医生交流学习的机会，结交了很多志同道合的好友。由于语言方面的优势，我可以与日本医生进行比较直接的沟通，加上之前在华东医院消化内镜中心进修时学到的的消化道早癌基础理论和知识，我的学习过程十分顺利，这也使我逐渐成为内窥镜中心里日本医生与海外医生之间沟通的枢纽，在这过程中我的英语、日语口语和业务能力也都得到了锻炼。

在获得行医执照后十个多月的研修过程中，我始终作为手术的第一或第二助手上台跟随斋藤豊教授系统地学习早期大肠癌的内镜下精确诊断及 ESD(Endoscopic Submucosal Dissection，内镜下粘膜下层剥离术)手术技术。斋藤教授作为日本大肠早癌 NBI 下新分型——JNET 分型的创始人之一，以及内镜下 ESD 专用手术刀 Jet-Bknife 的发明者，无论是在早期大肠癌的诊断还是治疗方面，都是世界上屈指可数的顶级专家。在不断的跟台学习中，我对于大肠早癌的诊断有了更为细致和精确的把握，斋藤豊教授开玩笑说我是中国熟知 JNET 分型的第一人，并且在日本 TBS 电视台摄制的“超级医生”医疗节目中邀请我担任演示手术的第一助手。

NCCH 内窥镜中心是日本消化内镜诊疗的标杆，每周都有大量来自日本国内各地的病患前来诊治，使得每个工作日的手术几乎都排满了，平均每天我都有至少两台 ESD 手术需要参加。截止到回国前，我担任早期结肠癌 ESD 手术第一助手共计 192 台，作为第二助手参与 ESD 手术共计 85 台。此外，我在斋藤豊教授的亲自指导下独立完成结肠镜检查 86 例，胃镜检查 23 例，完成模型下肠镜插入 53 例，动物模型下 ESD 操作 6 例，独立完成胃部 ESD 手术 3 例；在上级医生的协助下，完成大肠 ESD 手术 10 例，由此我真正迈入了日本早期大肠癌内镜诊疗标准的大门。

在日研修期间，我不仅被日本医生精湛的技术和扎实的理论知识所震撼，更被他们极高的敬业精神所感动，这也让我渐渐地明白日本医疗以及“日本制造”为何能够走在世界前列的真正奥秘。NCCH 内窥镜中心的住院医生一般是每天早上七点到医院，参加或主持早上的晨会（通常是病例讨论和分析会，耗时半小时至一小时），八点开始查房，八点半回到内窥镜中心准备第一台手术。他们经常要连续忙完两台 ESD 手术才短暂休息吃点东西，一般已经是下午两三点左右。(在日本是没有午休的，这让大部分外国医生都很不习惯，我也是花了很久才慢慢适应的。)他们又开始进行下午门诊病人的肠镜检查工作，基本要忙到下午五点半，紧接着在六点开始晚上的会议，直到晚上七点左右结束。住院医生有时还有额外的事情，比如在海外研修医生练习肠镜模型或参与制作动物模型时，他们都会留下来，负责练习前后的准备、清洗模型和设备等工作，常常会忙到九、十点钟才能结束。每当我因为麻烦他们而表示惭愧时，他们都十分真诚地示意我没有关系，这也让我和一些住院医生结下了非常深厚的友谊。

另外，让我感触颇深的是日本医院内医护之间、医患之间的相互尊重体现在医院的每一个角落。每天在医院的各个地方，我总能遇到主动点头打招呼的陌生人，无论是医生、护士、职工还是病患，一切看起来都是那么顺其自然、那么和谐。日本医护所表现出的极高的职业素养和人文精神也让人印象深刻，NCCH 的住院患者只要进了病区，身边总是有一个护士全程陪同，护送他去接受检查或治疗。而内窥镜中心的护士则分为治疗室内外两批，以保证病患无论在何处都能有护理人员及时提供帮助和服务。

以上这些内容是我在日本访学一年的总结和感受，这其中有些东西或许没能被直观地表达出来，却已留在了我的心中，化为了我日常生活中的点滴。我相信这一年对我的影响和改变一定是积极和美好的。如果要让我用一句话来总结这一年，我想是“无与伦比，超乎想象”！

岐黄之路

筱欣奕奕

为求
写破万卷的千金要方
跋过千山，涉过万水
殿前累年叩拜
直到
把隋唐穿越

拿到药王赐予的青囊时
只撷取两九
一精，一诚

岐黄之路
依然山水迢迢
何惧这荆棘丛生！
走过和未走过的
都只是脚下的风景

杏林苑里，盎然
比永远更遥远的地方
正待
星光铺陈

中医情书

乔思雨

我在绿荫绰鸣的七月遇见你，
没有停留，
你只留下那一抹背影的神秘。

你似乎很远，
深厚的底蕴熏染着你，
先人的智慧凝聚了你，
历史的争鸣托付给你。
你其实很近，
古籍的字里行间，
是你对生命的感念；
临床的日夜坚守，
是你对精诚的领悟；
完整的你，
更有立身处世的参透。

追寻你，
是一件辛苦却快乐的事。
肃杀清秋，是教室窗明几净；
静月梧桐，是冬夜读书时去。
从阴阳五行，理法方药到各家学说，
我体会到“望闻问切”辨证论治的精妙；
从跟师抄方，实验探索到临床实践，
我感悟着“大医精诚”仁心仁术的深意。

在文化中，感受你；
在实践中，理解你；
你用星光里的远志大道给我留言；
万般逝去，总有希望。

银杏苑

静水无声

悦蕾 摄

文人情怀：黑暗中的微弱烛光

——读《牛棚杂忆》有感

张 雯

季羡林在他的《牛棚杂忆》卷首语中说了一句话，触动了我某根神经。

“我原为自己定下来一条守则，写的时候不要带刺儿，也不要带气儿，只是实事求是地完全客观地加以叙述。但是，我是一个有感情的活人，写着写着，不禁怒从心上起，泪自眼中流，刺儿也来了，气儿也来了，我没有办法，就这样吧，否则，我只能说道了。”

《牛棚杂忆》记录了从“文化大革命”的缘起直至季羡林本人的完全解放为止的前后十几年，共分二十个章节加以叙述。作为北大东语系系主任，季羡林如果不是由于天生犟劲，反对北大当时某位“炙手可热”的“老佛爷”，而参加与“老佛爷”对立面的那一派，必然不会受到之后种种骇人听闻的折磨。当然波及会有，十年浩劫几乎使当时的人们像中了毒一样，为了某种叫“派性”的东西，夫妇离婚者有之，父子反目者有之，更别提那些出生入死、为人民立功的“功臣”，绝大部分高级知识分子、著名作家无故被泼一身污水，罗织罪名，无限上纲，置之死地而后快。但是，季羡林却是自己跳出来的，虽然他也怕，但思前想后还是跳了出来，因为他缺失一根政治神经，或者说是知识分子的独立思考、敢言真理的犟性使他挺身而出。但他唯独没有考虑到人性中最残酷的东西。抄家、诬陷、批斗，文革前在身边低头哈腰的同事、下级甚至学生都似恶灵附体，抽其耳光有之，唾其脸面有之、举报诬陷有之。至于刑罚，更是前所未闻，季羡林引用了一个“诙谐”的论据，他说，东方人比西方人聪明，因为东方人有极强的幻想力，从哪里可以看出呢？且看对地狱的描绘，但丁的《神曲》和中国古代《玉历至宝钞》都对地狱进行了描绘，但两者绝对不是一个数量级的。后者不但有刀山、油锅、火海、大锯，还配以牛头、马面，在这样的渲染下，地狱宛如七宝楼台，令人目眩神晕。但是，以上种种若与“革命小将”所“精心”营造出来的牛棚相比，又小巫见大巫了。季羡林“戏谑”地说，这般“革命小将”中肯定有跟他学习佛教的学生，一定精通地狱学，并且可以做到理论联系实际，由表及里，由远及近，加以运用。

《牛棚杂忆》并非我接触到的第一本文革类小说。在我所偏爱的王安忆、陈丹燕等人的小说中或多或少都涉及过对这十年浩劫的描写。但是女性的笔触细腻柔软，往往通过对物感受的捕捉反映文革时期心灵所受的煎熬、忍耐，她们笔下的女子，虽然命运摆弄，颠沛流离，但一颗奶油话梅，便能甜口甜心。往昔的日子都在这颗奶油话梅上重新上演，她们也会在那段灰暗的日子里，被教堂的彩色镶嵌玻璃吸引。因为那是教堂内最明亮的部分，太阳光照射下的彩色玻璃成了她们的精神寄托。读者会喟叹这样的境遇、弄人的命运，但也弱化了对文革本身的思考。张贤亮是另一位文革小说家，早年因一篇《大风歌》被打为右派，后又因家庭问题，劳改下放二十多年。在他的小说里，你能感受到一种对生命的本能的、粗糙的、强烈的热爱，虽然境遇极糟，但他腾出全部精力充分发挥求生的本领。他说，必须像狼一样精明、狡黠和阴沉，出水再看两腿泥。

与他们对文革的感受相比，季羡林恰到好处地平衡了两种极端。他是一个极为理性客观的人，他的文字没有过多停留在感喟命运上，也没有因变故否定一切。固然，他的确为人性中丑陋的一面困惑过、痛苦过，但是他体内的一种“文人情怀”令他宽容、宁静。摆在面前的生活确实残酷，解脱之日遥不可及，但是全世界的黑夜也无法使一支蜡烛失去光芒。这熠熠的光芒既是春雨垂丝、鸟啼蝉鸣，也是人性中未泯灭的善。我认为这一点是《牛棚杂忆》相较其他文革小说，最为精妙之处。这种文人情怀不可多得，它不是传统观念中知识分子无病呻吟、顾影自怜，而是一种对生命真正的热爱。譬如，季羡林会在劳改、练喷气式时注意到院中的春色，还会默念：我秧燕山下，歉然见绿林；会在关禁闭的时候因为口渴想起英国浪漫诗人 Coleridge 的《Ancient mariner》"Water, water, nowhere"。即使当季因不堪忍受想要“自绝于人民”，都会把历史上和现实自杀案例一一列举比较，哪种方法既无痛苦也不会吓到别人，既能诗情画意又能确保实施成功。

季羡林说，他是被开除过“人籍”的人，所以即使后来文革结束了，平反了，十年浩劫对他造成的影响不会平复。他自觉不是人，不配与人打招呼；行走不敢抬头，怕被人指指点点，甚至文革结束后翻译《罗摩衍那》也是偷偷摸摸地进行。读来令人心酸。

但我绝不认为季羡林是一个胆小的人，他甚至没有知识分子惯有的脆弱、迂腐和死板，否则早在脸上被吐一口痰时，就直呼“士可杀，不可辱”快快而去，更不会有勇气把牛棚生活和盘托出，因为秉笔直书一段饱受凌辱的历史需要莫大的勇气。

本版责任编辑 郑芬

冬季防感冒 用好“暖三件”

倪 伟

随着冬季到来，打喷嚏、流鼻涕、头痛和咳嗽等感冒的各种症状又开始“纠缠”而来，这类每年都要折腾几次的“小毛病”，究竟该怎么预防呢？

虽然感冒不是什么大病，但“感冒乃百病之源”。对于老年人来说，感冒可能会成为其他慢性疾病的诱发因素，比如“老慢支”、哮喘、慢性肾炎、冠心病和心衰等；少年儿童的感冒容易衍变为支气管炎、肺炎；青壮年人群对感冒不重视、延误治疗，可能引起病毒性心肌炎、急性肾炎等。因此，预防感冒也是保健防病的一大要素。

防着凉，用好暖三件

现代人到了冬季都依赖空调，抗寒能力明显下降，再加上室内外温差大，这个时候出门就更要注意保暖。除了棉袄、羽绒服等衣服外，保暖还有很多“神器”，预防感冒尤其要保护好口鼻和脖子部位，因此围巾、口罩是必不可少的保暖“神器”。另外，头部是人体散热最多的部位，冬天戴顶帽子是最简单有效的保暖方式之一。

需要指出的是，口罩的使用有些讲究。对于健康人群而言，戴口罩既可以保暖，还有一定的防尘作用。但是，当感冒咳嗽时，口罩可能会成为一把“双刃剑”。患病的时候，呼吸道中可能会有大量的细菌、病毒之类的致病微生物。戴上口罩会使口鼻之间形成一个相对封闭的小环境，这个小环境温暖、潮湿，非常适合致病微生物的生长繁殖，反而不利于呼吸道感染的康复。因此，一旦感冒后，尽量不要戴口罩，也不要到公共场所去，避免交叉感染。还有一些老年人肺功能比较差，平时动则气急、气喘的，戴上口罩可能使呼吸道更加不畅快了，所以也不宜戴口罩。

增强体质 锻炼先行

增强体质、提高免疫力是预防感冒的另一重要方法。中医有“正气存内，邪不可干”的说法，意思就是人的体质强健时，外界的致病因素就无法破坏人体正常的生理功能。那么，怎样使体质强健，免疫力提高呢？

1、锻炼是增强体质的首要措施

不同的人群可以选择适合自己的不同的锻炼方式，锻炼贵在持之以恒。对于体质尚可，没有心脑血管疾病的人群，冬天可以尝试耐寒锻炼，对预防感冒非常有效。

2、合理的作息规律和劳逸结合的工作学习模式，有助于保持健康的体质

良好的睡眠可以提高机体的免疫力，而过度疲劳、熬夜等不良的生活方式则会导致免疫力下降。

3、良好的饮食习惯，全面均衡的营养是保证健康的“基石”

饮食要做到三餐规律，定时定量，不暴饮暴食，饮食卫生，不挑食，保证营养全面、均衡。

更多资讯请关注：
上海中医药大学官方微信(shutcmweixin)
上海中医药大学官方微博(http://t.qq.com/shutcmxcb)
上海中医药大学新闻网(http://www.shutcm.edu.cn/web/xww/)

本报地址：上海市蔡伦路 1200 号 行政楼 414 室 电话：51322041 E-mail:tcmxb408@aliyun.com 邮编：201203 印刷：上海文喻实业有限公司 上海市宝山路 450 弄 12 号 505 室

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY

上海中医药大学 上海市中医药研究院主办 《上海中医大报》编辑部出版 主编：朱慧华

第 322 期(总第 762 期) 2015 年 12 月 30 日

国内统一连续出版物号 CN31-0817/(G) 网址：http://www.shutcm.edu.cn 本期四版

我校与四所中医药大学共同发起成立创建世界一流中医药大学合作联盟

本报讯 12 月 22 日下午，创建世界一流中医药大学合作联盟签约仪式在北京中医药大学举行(如图)，国家中医药管理局人事教育司司长卢国慧，北京中医药大学党委书记吴建伟、校长徐安龙，我校校长徐建光、副校长胡鸿毅，广州中医药大学校长王省良，成都中医药大学校长梁繁荣，南京中医药大学校长胡刚出席。仪式上签署《创建世界一流中医药大学合作联盟框架协议》。

徐建光在签约仪式上讲话。他指出，在即将迎来中医药高等教育事业 60 周年这一重要时刻，共同见证五校联盟成立的签约仪式意义重大。五所大学拥有深厚的历史积淀和良好的发展基础，理应率先担当起历史使命，率先试点，坚持走好协同共赢之路，不断推出可供全行业复制的有效路径和方式，建立起更为开放包容的合作建设平台，继续发挥示范引领作用。他期待联盟秉承“不重其名，重其实”的理念，坚持问题导向、创新导向、系统导向，以解决现实需求为切入点，带动机制体制的突破和持续完善，不断拓展协同创新领域；联盟成为开放的、互动的、服务的平台，为全国中医药院校的发展及中医药和其它学科、行业之间的全面协同发展，创造新机制、提供新经验。

据悉，今年 6 月起，联盟协议及章程就在五所中医药大学的充分酝酿和协商中逐渐完善。五校联盟以“坚持中国特色，建设世界一流大学”为目标，在学科建设、人才培养、师资建设、科学研究、医院建设等方面开展全方位合作，共同探索医学教育改革与发展规律，解决高等中医药教育改革与发展中出现的新问题，满足新需求。未来，联盟将吸收更多中医药院校的新成员，为提升高等中医药教育的竞争力和影响力，为更好地助力公共卫生服务体系、国家医疗卫生体制改革和“健康中国”战略需求作出贡献。

我校将携手联盟共同实现以下目标：共同组建中医健康事务协同创新中心，促进协同创新中心的建设；协同九年制中医药拔尖人才培养；在校学生实现课程共享，学分互认；实现学者互换交流、互聘，促进优秀中医药人才共享；实现图书馆、网络和研究室共享，开放学术资源；联手建立中医药大数据库，建立标准化的、信息化的、包括临床的大数据；实现世界中医药优势资源的共享，形成合力推动中医药国际化。

(党委、校长办公室 宣传部)

上海中医药大学 60 周年校庆公告

东海之畔，凤集鸾翔；医林名流，沪上济苍。恢弘国粹，河滨发祥；立雪程门，灵兰绛帐。

零陵泮宫，治具稍张；继往开来，广集门墙。千禧发轫，东进张江；志存高远，再谱华章。

上海中医药大学 (Shanghai University of Traditional Chinese Medicine)创办于 1956 年，是中华人民共和国成立后国家首批建立的四所中医药高等院校之一。上海是近代中医教育的发祥之地，“海派中医”独树一帜，流传当代，影响深远。上海中医药大学以沪上“老三校”为渊源，建校六十年来，在“勤奋、仁爱、求实、创新”校训的激励下，秉持“重优、重特、重实”的办学理念，以建设世界一流的中医药大学为目标。坚持教学为立校之本、科研为强校之路、医疗为宏校之基，协同融合发展；坚持传承和创新并重、现代化和国际化并举，创特色和争一流同步推进；继承和发扬中医药特色优势，为增进人类福祉与健康、促进经济社会发展，提供人才支撑和知识贡献，努力成为一所受人尊敬的大学。经过几代人辛勤耕耘和不懈奋斗，学校“一体两翼”育人模式彰显成效，培养出大批优秀中医药人才和健康服务相关专业人才，在各领域取得丰硕成果，为繁荣、发展、创新中医药瑰宝作出非凡贡献。

河滨大楼临时校址，是我校初始记忆；零陵道上原校区，是我校亮丽年轮；浦东张江校园，是我校豪迈丰采。六十年来，我校名家荟萃、名医辈出，他们学问渊博，学术精湛，躬耕教圃，业著杏林，为学校与后人留下珍贵财富；广大校友薪火相承，济世泽民，情萦母校，对中医药事业和母校发展贡献良多。

在新的历史时期，学校饮张江水，思河滨源；踏杏苑石，留零陵痕；育岐黄才，惠四海民；铸百草魂，拓创新路，将掀开崭新一页。为弘扬历史传统，共谋未来发展，我校谨定于 2016 年 5 月隆重举行上海中医药大学六十华诞庆典活动，热忱邀请寰宇历届校友、各界人士，届时莅临海上杏苑，怀旧述情，共庆同贺，昭彰岐黄文化，迎接上海中医药大学更加美好、辉煌的明天。

特此公告，敬祈周知。

详情请见上海中医药大学网站(www.shutcm.edu.cn)。

上海中医药大学
2015 年 12 月

我校举行党委中心组(扩大)学习会 学习贯彻党的十八届五中全会精神辅导报告

本报讯 12 月 22 日，我校党委中心组(扩大)学习会在行政中心 301 会议室举行。此次学习会的主题是“学习贯彻党的十八届五中全会精神辅导报告”，上海市教卫工作党委副书记、市教委副主任高德毅受邀主讲。校党委中心组成员、业务干部、社科部全体教师及全体辅导员参加会议。学习会由校党委副书记朱惠蓉主持。

高德毅首先介绍“十二五”时期我国发展取得的重大成就，以及“十二五”时期上海教育的发展状况。他分别从深刻认识全面建成小康社会决胜阶段的形势，准确把握“十三五”时期经济社会发展的指导思想、主要目标和基本理念，全面落实中央确定的“十三五”时期经济社会发展各项任务和重大举措，提高党领导经济社会发展的能力等四个方面对的党的十八届五中全会精神进行解读。他还深入分析上海教育系统“十三五”期间六大发展任务，以及如何确保“十三五”规划建议的目标任务落到实处等。

高德毅结合许多鲜活的事例，围绕国内外发展形势展开剖析，既对党的十八届五中全会精神有深刻的解读，又结合实际工作的热点、难点进行阐述。报告高屋建瓴，生动形象，为大家深入理解党的十八届五中全会精神提供指导。

报告之后，与会人员还与高德毅进行了热烈的交流互动。

(宣传部)

《上海中医药大学章程》核准通过

本报讯 日前，上海市教委下发《上海市教育委员会市属高校章程核准书第 12 号》，指出《上海中医药大学章程》经上海市属高校章程核准委员会评议，市教委主任办公室会议和市教卫工作党委会议审议，正式获得核准通过。

《上海中医药大学章程》由序言、正文组成。“序言”共 386 字，简要回顾学校的建校历史以及学校与建国前上海中医“老三校”的学术渊源，反映学校办学活动的主要特色和贡献，并凝练表述学校的办学目标、发展思路和愿景。“正文”共 9448 字，分九章、八十四条，主要内容包括“办学功能”“管理体制”“教学、科研、医疗机构”“教职员工”“学生”“经费与资产”和“外部关系”等内容。

《上海中医药大学章程》作为学校依法自主办学、实施管理和履行公共职能的准则和依据，将为实现学校管理的科学化、民主化、法制化产生积极的推动作用。学校将以《上海中医药大学章程》通过核准为契机，健全以学校章程为核心的制度体系，改革完善内部治理结构和管理机制，不断提高依法治校、依章程自主管理的治理能力和治理水平，建设世界一流的中医药大学。

(发展规划处)

我校严世芸教授喜获中华医学会医学教育“终身成就奖”

本报讯 12 月 21 日，中华医学会医学教育分会第七届委员会第三次全体会议暨 2015 年全国医学教育学术会议在浙江省宁波市召开。会上，我校严世芸教授被授予医学教育“终身成就奖”(如图)。中华医学会医学教育分会对严世芸教授从事中医教学工作五十载，始终秉承“敢为人先、倡为人新”的精神予以高度评价。

(教务处)

学校成立机关党委

本报讯 为加强学校机关党的建设，学校党委研究决定成立中共上海中医药大学机关委员会。近日，学校党委经研究，同意机关党委选举结果。中共上海中医药大学机关第一届委员会由何星海、陈秋生、王璐、王庆华、闫晓天、金卫东、姚广涛、陈卫民、冯毅等九位同志组成。何星海同志任书记，陈秋生同志任副书记。

10 月份，学校党委下发“关于成立机关党委(筹)的通知”。根据学校党委的部署和要求，机关党委(筹)启动了筹备工作。在经各项筹备工作的基础上，于 12 月 9 日召开中共上海中医药大学机关委员会(筹)党员大会。大会由何星海同志主持，由陈秋生同志作机关党委筹备工作报告。会上，安排党委委员候选人与全体到会党员见面；通过举手表决的方式，一致通过“中共上海中医药大学机关委员会委员选举办法”和“机关党委委员选举总监票人、监票人”。总监票人李赣同志主持机关党委委员选举工作。实到有选举权的正式党员人数超过应到有选举权的正式党员人数五分之四，大会选举有效。采用差额无记名投票方式选举产生中共上海中医药大学机关委员会委员九名。机关党委一届一次会议由何星海同志召集，选举产生机关党委书记、副书记。何星海同志代表当选的机关党委委员在党员大会上讲话。他首先向与会同志表示感谢。机关党委所属有 270 多名党员。能够保证大会如期举行，是各级党组织战斗力、凝聚力的充分体现，也是党员同志讲党性的生动体现。他强调，学校党委决定成立机关党委，是为了进一步加强学校党的建设，为了更好地为基层服务、为师生服务。他表示，机关党委将认真履行党章和学校党委赋予的各项职能，力求把工作做好。

(机关党委)

标 题 新 闻

我校荣获 2015 年上海市语言文字工作先进集体

上海市台办领导莅临我校调研对台工作

本报讯 近日，上海市台办副主任李雷鸣、交流交往处处长王跃等一行来我校调研指导对台工作。我校党委副书记何星海，台办主任夏文芳、副主任徐敏等接待。

何星海介绍我校近年来对台交流工作的一些成果，以及今后对台交流合作的规划。李雷鸣对我校长年来对台交流工作的成果表示肯定，希望我校再接再厉，继续利用和发挥中医药的特色和优势，为两岸交流交往作出贡献。

(唐健敏)

校党委书记张智强一行赴台交流访问

本报讯 近期，应台湾“中国医药大学”邀请，校党委书记张智强一行 9 人赴台进行专题学习和参访，了解台湾高校治理和管理、学生的人文教育和专业课程教育的融合现状、二级学院的定位功能及管理运行机制等。

参访期间，张智强一行受到台湾“中国医药大学”校长李文华等的接待，听取该校教务处处长陈悦生和中医学院院长张恒鸿的专题介绍，并就本次访台的主题展开交流讨论，学习该校的先进管理理念、学生人文素质教育的方法。访问团还参观了该校护理学系、物理治疗学系、中医学院、中医药展示馆、附设医院的美德医疗大楼中医部和急重症中心大楼五权院区(健康检查中心和中医药养生中心)，并与来自我校护理学院和康复医学院的 6 位交换生进行交流，了解他们在台的学习生活情况。

慈济大学是我校在台湾的姊妹学校，张智强一行参加了慈济大学的志工早会，听取了该校学生事务长谢坤睿的“德育教育与医学教育”的专题介绍，并与该校校长王本荣、医学院院长杨仁宏、医学科学研究所国际长刘鸿文、学士后中医学系主任林宜信就本次参访主题进行交流座谈，还进一步交流探讨双方在医学人文、中医药教学等方面的经验做法。我校基础医学院张黎声副教授结合上次参访后的成果向该校师生进行展示和反馈。访问团还参访了慈济大学中草药园、静思堂和附设医院等。期间，我校中药学院文小平教授和基础医学院尚力副教授应邀为慈济大学的学生开设中医药专题讲座，受到该校师生的热烈欢迎。

此外，访问团还参观了我校校友会台湾分会、台湾“中华实证医学会”、台湾校友的临床从业诊所等，全面了解中医药在台湾的发展现状。

(台办)

本版责任编辑 郑芬

龙华医院王拥军教授荣获第六届中国中医科学院唐氏中医药发展奖

本报讯 在12月22日举行的中国中医科学院成立60周年纪念大会上，龙华医院王拥军教授荣获第六届中国中医科学院唐氏中医药发展奖中的中医临床研究青年奖。国务院副总理刘延东出席会议并作重要讲话。国家卫生与计划生育委员会副主任、国家中医药管理局局长王国强，中国中医科学院院长张伯礼院士等向获奖者颁奖。

王拥军长期致力于“中医药防治老年性骨病”的研究。他率先发现“慢性炎症及微循环障碍是老年性骨病的启动因素”，证实“气虚血瘀肾亏、精衰髓空骨损”是老年性骨病的病理基础，创立了“调和法”（调和气血、补肾益精）和“调衡法”（调衡筋骨、恢复平衡），提高了临床疗效，降低了复发率及手术率，形成了中医药防治“老年性骨病”的学术思想体系，并建立了转化医学模式。研究成果已经在一千多家医院和社区推广应用，有力地推动了我国老年性骨病综合防治体系的建设。他先后承担国家“973”计划项目、国家自然科学基金重点项目等，共发表论文418篇，其中SCI收录论文79篇，总IF289，被Science、Nat Med等期刊正面他引4968次，获得授权国家发明专利12项，以第一完成人荣获国家科学技术进步奖二等奖（2项）、上海市科技进步奖一等奖、中华医学科技奖一等奖等二十多项科技奖励。

据悉，中国中医科学院唐氏中医药发展奖是2004年中国中医科学院在唐仲英基金会的支持下，经国家科技部批准设立的奖项，旨在奖励中国内地在中医药研究领域作出突出贡献的科学家，每两年评审一次。2013年，该奖设立了中药研究奖、中医临床研究奖、中药研究青年奖、中医临床研究青年奖四个奖项，每一奖项每届不超过一人。（龙华医院）

世中联中医药国际标准化高级人才培训班在沪举办

本报讯 为满足中医药国际标准化工作发展对一线工作专家资源日益增长的需求，进一步促进行业国际标准化人才队伍的建设，在国家中医药管理局的大力支持下，近期，由世界中医药学会联合会（以下简称“世中联”）标准化建设委员会主办，上海市中医药研究院中医药国际标准化研究所、上海市质量和标准化研究院以及上海信星认证培训中心承办的中医药国际标准化高级人才培训班在沪举办。来自全国各地的54位专家参加培训。

开班仪式由世中联标准化建设委员会副会长兼秘书长、曙光医院院长周华主持，世中联标准化建设委员会会长沈远东致辞。世中联副主席兼秘书长李振吉作题为“中医药国际标准化形势与战略”的报告，深入分析中医药国际标准化的意义，介绍目前中医药国际标准化的工作情况，并进一步解读中医药国际标准化的战略构想。此外，培训班邀请到多位长期从事标准化研究并参与国际标准制定工作的资深专家进行授课，从各个方面对标准化进行解读深化，分享研究成果和工作经验。

本次培训班旨在通过传授国际标准化基础知识，展示中医药行业的国际标准化工作现状与发展趋势，帮助学员熟悉和掌握参与国际标准化活动的规则与工作技巧，培养一批理论基础扎实、实践技能熟练的中医药国际标准化人才，为中医药国际标准化工作做好人才储备。参与培训的学员大多来自已参加或准备参加中医药国际标准化研究与标准制定的团队，其中不乏在本研究领域具有卓越成就的专家。培训班采用教师集中授课、小组讨论和现场答疑等多种教学模式。该培训班的优秀学员将被收录世中联国际标准化建设委员会的专家人才库。（徐晓婷）

选拔年轻中医骨干　传承名师学派精髓

市中医医院举办中医拜师仪式

本报讯 12月27日，上海近年来规模最大的中医拜师仪式在市中医医院举行。16位德艺双馨的名老中医齐聚一堂，不是会诊，只为收徒。27名经过层层选拔的优秀中青年中医骨干向老师们递帖、敬茶、献花和鞠躬，正式成为这些中医界耆宿的弟子。

王翘楚、陆德铭、蔡淦、夏翔、叶景华、彭培初、秦万章、曹玲仙、沈丕安、林真寿、范忠泽、颜乾麟、陈妙峰、李如奎、余莉芳、单永华等16位知名专家，有的是全国名老中医，有的系上海市名老中医，有的还享受国务院特殊津贴，都是目前中医界顶尖的老专家。他们来自全国各地，年纪最大的已经88岁，平均年龄76岁。而拜他们为师的27名医师，都是上海市中医医院的中青年骨干。市中医医院院长徐建介绍，这批中青年弟子未来除了跟着老师学习临床经验，还将承担起为各中医流派整理珍贵学术资料、传承名家学派精髓的重任。医院为此专门出台政策，给予资金扶持，通过老带新、传帮带，尽快帮助这批优秀中青年骨干成长。他表示，市中医医院目前已经根据国家中医药事业发展“十三五”规划，制订了《传承项目实施方案》，通过系统的中医药人才培养，发挥中医学术流派特色优势，打造一批影响深远、特色明显、临床疗效显著的优秀学科团队。（张欣）

校侨联召开2015年工作总结会议

本报讯 日前，校侨联召开2015年工作总结及2016年工作计划会议。校侨联主席张泽安、副主席周嘉，校组织统战部副部长徐敏以及来自校本部和各附属医院的校侨联委员参加会议。

张泽安向大家传达上海市第十一届侨代会以及市侨办有关侨务工作会议的重要精神，并详细地总结2015年校侨联的工作。周嘉介绍我校侨联与浦东新区侨联开展共建活动的情况，并对今后侨联工作的思路和模式提出切实可行意见和建议。通过讨论，大家一致认为，2016年我校侨联应该进一步加强队伍建设、创新服务模式、改进交流平台，提高侨联组织的凝聚力；在新侨、老侨工作并重的基础上，创新开展新侨工作；继续发挥专业资源优势，开展医疗服务及健康宣传等活动，服务社会；以建校60周年系列庆祝活动为契机，加强与海内外侨胞的联系，弘扬中医药文化，扩大社会影响，努力开拓我校侨联工作的新局面。（侨联）

我校学生叶毅君荣获第六届上海市青少年科技创新市长奖提名奖

本报讯 12月15日，“创新·我们在行动”第六届上海市青少年科技创新市长奖颁奖仪式在科学会堂国际厅举行，该奖项是由上海市政府批准设立，由共青团上海市委员会、上海市教育委员会、上海市科学技术委员会、上海市科学技术协会和上海市学生联合会等单位共同组织实施的一项具有导向性、示范性和群众性，特定面向青少年科技创新的政府奖项，每两年评选一次。此次共评出“市长奖”10名，“提名奖”9名。我校针推学院学生叶毅君荣获“提名奖”（如图）。

据悉，叶毅君在夯实专业基础的同时，踊跃投身科技创新实践。她曾获包括“创青春”全国大学生创业大赛金奖在内的科技创新创业国家级奖项4项、市级奖项5项，拥有计算机软件著作权1项、发明专利1项，发表论文两篇。（团委）

服务百姓　惠及民生

曙光医院武义分院揭牌仪式举行

本报讯 12月18日，曙光医院武义分院揭牌仪式在武义县中医院举行。浙江省卫生计生委副主任徐润龙，浙江省中医药管理局副局长吴建锡，曙光医院院长周华和副院长周嘉、胡义扬及部分职能科室负责人，武义县领导钟关华、张新宇、徐华良、骆瑞生、姚美芬等出席揭牌仪式。

武义县县委副书记、县长张新宇在揭牌仪式上致辞。他指出，此次曙光医院与武义县开展全面合作，并在该县中医院挂牌成立武义分院，是落实“双下沉、两提升”工作的一大有效举措，必将有力地推动武义县中医院医疗技术、服务水平和管理水平的提高，推进武义县医疗卫生事业快速健康发展，惠及全县及周边地区的广大群众。他希望曙光医院给予武义县更多的帮助和支持，同时希望县中医院抓住合作机遇，借助曙光医院的技术力量、人才资源和管理经验，积极改革，苦练内功，认真学习，进一步加强内部管理，提升综合实力，以一流的服务、优良的作风、精湛的技术，推动全县医疗卫生事业发展再上新台阶。

仪式上，周华表示曙光医院将充分发挥自身优势，在医疗、护理、科研、管理、人才培养和远程医疗等方面与武义县进行全方位合作，把先进的医疗技术和服务理念传授给武义分院的医务和管理人员，积极为武义传经送宝，为武义老百姓带来真正的实惠。

揭牌仪式结束后，曙光医院随行的各科专家同时开展义诊咨询活动，受到当地百姓的热烈欢迎。据初步统计，截止到中午十一点半，义诊专家共接待一百六名老人群众前来咨询诊治。（王唯坚）

2015年科学道德和学风建设工作会议举行

本报讯 12月23日下午，2015年科学道德和学风建设工作会议在校教学楼8117教室举行。校研工部部长何江，研究生院副院长葛芳芳、董璐，各研究生培养单位分管领导、管理部门负责人、研究生辅导员及研究生院教师等49人参加会议。会议由何江主持。

会上，何江从工作背景、教育实践、工作成效、工作研究、凝炼特色和工作展望等六个方面回顾2015年度校研究生科学道德和学风教育开展情况。葛芳芳代表党委研究生工作部、研究生院对获得“2014-2015年度校研究生科学道德和学风建设优秀案例”的基础医学院等6个单位进行表彰。基础医学院、中药学院及龙华临床医学院代表分别从建立长效机制，利用“学术共同体”平台，培养研究生术道精诚；发挥中药学科优势，构建集名师引领、朋辈教育、“本草之声”宣传平台于一体的工作机制；发挥龙医特色，开展主题教育、术德共育、案例分享、制度建设、网络宣传五位一体的教育模式等方面与参会人员分享工作经验。

会议还围绕2016年度科学道德和学风教育拟重点推进的工作进行讨论，并提出关口前移加强学师的言传身教和示范引领作用、整合第一和第二课堂资源优势开展学术诚信教育、强化朋辈教育发挥研究生“三自”功能等建议。与会人员表示，要“科学道德警钟长鸣”，加强社会主义核心价值观的培育和践行，建设全员育人、全程育人的科学道德和学风教育体系，切实为培养德才兼备的中医药优秀人才发挥积极的作用。（研工部 研究生院）

我校学生参加上海市学生军事训练营获佳绩

本报讯 12月18日，学校武装部选派学生参加由市教委组织的学生军事训练营。共有22所上海高校组队前往东方绿舟参加训练。主要训练项目有“无线电测向”“识图用图”“核生化防护”“轻武器拆装”和“激光打靶”。经过努力拼搏，我校学生获得综合成绩二等奖。（武装部）

淋巴结肿大了怎么办？

张　臻

淋巴结肿大是外科的常见病、多发病，随着医学知识的普及、体检的开展、现代通讯和各种搜索引擎的广泛使用，越来越多人初步认识到这个疾病，但往往“知其然，而不知其所以然”。

淋巴结分布全身，是人体重要的免疫器官，按其位置可分为浅表淋巴结和深部淋巴结。正常淋巴结直径多为0.2~0.5㎝，常呈组群分布，每一组群淋巴结收集相应引流区域的淋巴液，了解二者之间的关系，对于判断原发病灶的部位及性质有重要临床意义。

淋巴结肿大的病因与鉴别方法

淋巴结肿大最常见的病因有急慢性淋巴结炎、淋巴结结核及恶性肿瘤及转移等。如何鉴别则需到正规医院做相应的检查，临床检查除体格检查外，首选淋巴结局部B超，可以明确地显示淋巴结局部的结构、边界等信息，以此初步进行疾病性质的鉴别，如果有必要，则可行穿刺等进一步检查。

淋巴结肿大的治疗方法

针对最常见的急慢性炎症或反应性增生，西医常用的治疗方法为抗生素的使用，但往往仅有短期疗效，也有可能产生抗生素的不良反应等。

中医药治疗该病，一是避免它的进一步加重恶化，减轻胀痛不适的临床症状；二能增强体质，使淋巴结恢复其“门户”的防御功能。

急慢性淋巴结炎的中医治疗

急慢性淋巴结炎属中医“瘰疬”范畴，本病常因外感风温而发，或有疖、疔、喉症、龋齿、牙痈、耳痈等见症。根据外感风温轻重或正气虚损有无常辨为风热夹痰或脾虚痰凝。

风热夹痰者常治以疏风清热、化痰软坚散结，方用银花、连翘、牛蒡子、黄芩、板蓝根等疏风清热解毒，玄参、百部等化痰软坚散结，夏枯草清肝火、散结聚，同时外敷冲和膏以消肿散结。

本病日久则须部痰块为其标，脾虚痰湿为其本，常见胃纳差、舌苔薄腻、舌边有齿痕等症，脾胃痰湿一化，颈部痰块自消，故后者常用益气健脾、化痰软坚之法，方用生黄芪、太子参、白术、茯苓、陈皮、姜半夏健脾化痰，玄参、生牡蛎、大贝母、海藻、夏枯草化痰软坚散结，石见穿活血破瘀散结，焦楂曲、炒谷麦芽、莱菔子健脾消食化痰。辨证论治得当，则脏痛自除，肿块自消。

淋巴结肿大患者的注意事项

淋巴结肿大患者应注意休息，避免过度劳累，适度锻炼，增强体质。日常饮食宜清淡易消化，多食健脾益气食物，少食辛辣、刺激之品，这样才能保持健康，远离淋巴结肿大的困扰。

教学实验中心三届七次教代会召开

本报讯 12月23日，教学实验中心三届七次教代会在校工会多功能厅召开，共有32名正式代表、4名列席代表参会。大会邀请校党委副书记何星海、工会主席车荣华及相关职能部门和二级学院的领导出席。会议由教学实验中心党支部书记可燕主持。

会上，教学实验中心主任张彤作《2015年教学实验中心行政工作报告》，部门工会主席曹燕亚作《2015年教学实验中心工会工作报告》，对中心的一年工作进行回顾，并为中心的下一步发展制定规划。与会代表对上述两个报告予以审议并围绕完善绩效分配方案、深化实验教学改革、全面参与60周年校庆活动等内容进行讨论。何星海在讲话中肯定了教学实验中心过去一年的工作，并以“发展”为重点对下一年的工作提出要求，希望中心在国家级示范中心的建设、实验技术队伍的培养等方面谋求进一步发展，动员中心员工群策群力为明年的校庆添砖加瓦。

闭幕式上，中心年度考核优秀教师和“青年技术标兵岗”获得者受到表彰。教学实验中心教代会提案工作组组长黄群对去年提案的执行情况进行说明。全体教代会代表通过《2015年教学实验中心行政工作报告》和《2015年教学实验中心工会工作报告》。张彤作总结讲话，他认真总结中心过去一年的成绩，并鼓励各位教职工寻找中心存在的不足，直面挑战，奋发进取，争取取得更好的成绩。（教学实验中心）

我校学生在上海市大学生职业生涯规划大赛中喜获佳绩

本报讯 12月23日下午，由上海市教委主办的“职领未来”上海市大学生职业生涯规划大赛在华东理工大学逸夫楼报告厅举行。来自上海市16所高校的17名选手参加比赛。经过PPT展示、快速问答和风采展示等环节，大赛最终评出一等奖3名，二等奖5名，三等奖9名。我校岳阳临床医学院陈立铭、中药学院梁凌霄两位选手准备充分，以优异的表现赢得观众的热烈掌声，分获大赛二、三等奖。我校荣获优秀组织奖。

据悉，大赛自10月启动以来，42所高校经过校内初赛选拔，推荐171件优秀学生职业规划作品参加上海市比赛。大赛经过材料评审、复赛面试等环节，最终确定16所高校的17名选手晋级决赛。我校是上海高校中唯一一所有两位选手进入总决赛的学校。（学工部）

我校民盟、民革联合开展活动

本报讯 近期，民盟上海中医大校本部总支与民革上海中医大支部在青浦联合举行组织生活会，三十余人参加此次活动。大家怀着崇敬之情，认真参观了老一代无产阶级革命家陈云的故居和纪念馆，生动感人的图片、弥足珍贵的文物和史料均给大家留下深刻的印象。陈云同志一生求真务实，一贯倡导并身体力行“不唯上、不唯书、只唯实”，这将激励大家在工作和学习中脚踏实地、奋发有为。在座谈会上，民盟上海中医大总支副主委邵建华、民革上海中医大支部主委张海蒙进行年度工作总结。（赵玲）

“2015两岸青年汇”创新创业大赛落幕 我校“一婴科技”创业团队获“最具潜力奖”

本报讯 12月20日，由上海市人民政府台湾事务办公室指导、《浦江之声》广播电台主办的“2015两岸青年汇《创赢青春——两岸青年创新创业大赛》”在上海广播大厦举行。来自复旦大学、上海交通大学、同济大学、我校以及台湾世新大学、政治大学、成功大学等14所两岸高校学生组成的7支队伍参赛。

我校“一婴科技”创业团队由2名台湾学生和6名大陆学生共同组成。他们分别是来自岳阳临床医学院的朱逸文，中药学院的胡钦，基础医学院的张清、周筱儒、阮诚捷，公共健康学院的俞瑜、陈虹如以及康复医学院的李扬。“一婴科技”创业团队在短短两个月的时间内，完成了项目的筹备、策划和完善；出品了一份为中国职场女性提供个性化健康指导的产品方案。最终在决赛中，该团队通过生动的汇报获得评委老师和现场大众评委的赞赏，荣获“最具潜力奖”。（台办）

国教院组织留学生观看杂技表演 体验中国传统文化

本报讯 日前，国际教育学院汉语教学中心组织留学生在上海马戏城通过观看杂技表演的形式开展“流动的汉语课堂”语言实践活动。来自13个国家的三十余位语言生参加本次活动。

这场杂技演出处处蕴含着中国元素，除了兵马俑、青花瓷、十二生肖、司南外，墨色洇浸的中国画卷、中国民族音乐的旋律奏响了演出的格调。12个舞台故事反映了中国人的日常生活，赢得留学生掌声不绝。

“流动的汉语课堂”是国际教育学院汉语教学中心着力打造的重点项目，旨在通过丰富多彩的形式引起留学生直接而感性的文化共鸣。这一课堂是我校留学生在课堂学习之外学习汉语、了解中国、融入上海的另一个窗口。（国教院）

北京中医药大学基础医学院同仁来我校交流学生工作

本报讯 不久前，北京中医药大学基础医学院党委副书记范璐携团队一行6人来我校进行学生工作交流，我校基础医学院党委副书记孙鸿杰及辅导员团队参加交流座谈。

会上，孙鸿杰对北京中医药大学同仁表示热烈欢迎，并就辅导员队伍建设、德育工作特色、思政教育现状、心理健康教育和奖助勤贷等工作进行简要介绍。范璐高度赞扬了我校学生工作在体制创新和改革方面取得的成绩，并就“专业课程中德育渗透建设”和“服务学生成长导师团”等特色项目进行深入讨论。双方决定今后将继续通过多种途径进行更深入的沟通和探讨。（基础医学院）

我校客座教授Kathleen McCourt到护理学院作“护理研究”学术讲座

本报讯 前不久，护理学院邀请我校客座教授、英国诺桑比亚大学健康和生命科学学院执行院长兼英国皇家护理学院主席Kathleen McCourt作题为“护理研究”的学术讲座。护理学院部分教师代表，研究生、本科生和中外合作专业学生代表前来聆听讲座。

Kathleen McCourt通过人们在购买手机前查阅相关资料来选择品牌的事例，指出人们在日常生活中，如购买物品时，都在做简单的研究。这一观点立即引起师生们的共鸣。Kathleen McCourt就护理研究的具体内容进行详尽讲解，运用生动案例，指明循证护理的重要性。

我校护理学院副院长张翠娣对Kathleen McCourt的讲解表示衷心感谢，同时也期望学生们在今后的护理实践和研究过程中，注重寻找证据，以保障护理工作的科学性和实效性。

讲座后，我校副校长胡鸿毅到护理学院与Kathleen McCourt等展开座谈，提出护理学院将在科研创新、教学中心的组建、教师发展等方面，与诺森比亚大学开展进一步合作，共同推进中英合作护理专业教育质量至崭新的阶段。（护理学院）

我校外籍研究生参加“第七届医学人文英语论坛”

本报讯 近日，我校外籍研究生Marla Anastasia Sulindro（马传凤）参加“第七届医学人文英语论坛”，作主题为“In Remembrance & In Sustenance”的演讲，荣获二等奖。

本次论坛主题为“Medicine: Yesterday, Today and Tomorrow”，由第二军医大学主办，来自全国9所知名院校的21名医学生作大会演讲，共有来自全国近三十所院校的教师和医学生参会。

演讲者们从“医患沟通”“医学与艺术”“医患关系”“医学道德与法律”“医学改革”和“医学教育”等角度出发，用英语探讨医学人文思想，视角独到、内涵丰富。

我校国际教育学院鼓励留学生参与各类学术论坛和活动，希望通过此类活动促进中外学生交流、拓展学生视野。（国教院）

深刻领悟井冈精神　积极投身科学研究

——记第四届上海市侨界代表赴井冈山干部学院学习有感

李后开

2015年12月2日，作为一名留学归国人员，我有幸参加了由上海市侨办组织的第四届上海市侨界代表赴井冈山干部学院学习班。冒着绵绵的秋雨，近三十名来自上海市各个高校、科研院所和企业界的学员们准时聚集在虹桥机场。经过近两个小时的飞行，我们搭乘的东航班机平稳地降落在吉安机场。吉安机场距离井冈山干部学院大约还有一个小时的车程。在去往干部学院的大巴里，同行的学员们已经开始热烈地攀谈起来。大家对于即将开始的一周学习充满了期待。虽然这是我第一次来到井冈山，然而一踏上井冈山这片红色的土地、这个中国革命的摇篮，心中的敬畏之情油然而生。车窗外重巍峨的青山和山腰上雨后升起的薄薄轻雾，让整座山显得纯洁而神圣。望着蜿蜒、曲折的盘山公路、公路边矗立的红军雕塑和飘扬的工农革命红旗，我的思绪一下子飞回到那个硝烟弥漫的峥嵘岁月。

从12月2日下午至12月7日上午，学习班的课程安排得十分丰富和紧凑。期间，我们聆听了土地革命期间发生在井冈山上的几次重大战役的讲解，深刻体会到我党在大革命失败之后所经历的那些常人难以想象的艰难困苦。在现场教学点，我们瞻仰了井冈山革命烈士陵园，并向革命烈士默哀和敬献花圈。在烈士陵园的无名碑前，我们驻足良久，心情久久不能平静。现场教学点的老师告诉我们，当年在井冈山牺牲的革命战士达四万多人，然而，能够被找到并记录下名字的仅有一万五千人左右。许多年轻的烈士在牺牲的时候没有留下一个后代，有的甚至还没有成家。是他们用自己年轻的生命为我们换取了今天的幸福和安宁。在小井烈士陵园教学点，老师用低沉的声音向我们讲解了当年发生在红军医院里那一场惨绝人寰的杀戮，国民党残忍地屠杀了一百三十多位毫无反抗能力的红军重伤员。历史的车轮已经驶过近一个世纪，但今天当我们满怀着敬畏，列队站在理葬着一百三十多位烈士的陵墓前，心情依然十分沉重和哀伤。此时，井冈山的雨越下越大，烈士陵墓边常年奔腾的河水似乎是在向我们哭诉着那段苦难的历史。在井冈山革命烈士博物馆，我们见到了当年红军们使用过的各种武器和生活用品。我们的革命先辈正是依靠这些极其简陋的武器和供给，守护着中国革命的火种，并把这些星星之火撒向全中国，终成不可阻挡的燎原之势。在巍峨的黄洋界哨口，刺骨的寒风呼啸着、怒吼着，一座锈迹斑斑的迫击炮静静地矗立在那里，用挺拔的身姿向每一个前来朝圣的中华儿女，讲述那段让人引以为豪的历史。是的，它不仅是中国革命的见证者，更是参与改写中国近代历史的功臣。站在巍峨的黄洋界口，耳边再次响起毛泽东那大气磅礴的诗篇“山下旌旗在望，山头鼓角相闻。敌军围历千重，我自岿然不动。早已森严壁垒，更加众志成城。黄洋界上炮声隆，报道敌军宵遁”。今天，站在黄洋界口，我想对牺牲的无数英烈们说：“井冈山的英烈们，你们可以安息了，因为你们深深热爱的土地已经获得了新生；井冈山的英烈们，你们可以安息了，因为你们用生命追求的革命事业和捍卫的坚定理想已经是所有中华儿女共同的目标；井冈山的英烈们，你们可以安息了，因为那满山挺拔的青松和呼啸的寒风正祭奠着你们不朽的生命。”

井冈山是神奇的山，因为她的庇护，才有了中国革命的星星之火；井冈山是独特的山，因为中国没有哪一座山曾流淌过这么多革命先烈的鲜血；井冈山更是秀美的山，因为那满山绽放的映山红和挺拔的松树是年轻的革命先烈们不朽生命的印证。朱德曾说：“井冈山是中国第一山。”今天，当我们这些中华儿女再次来到井冈山，走进井冈山那段革命历史里，我们深深感受到的是一种强烈的井冈山精神，那就是“坚定信念、艰苦奋斗，实事求是、敢闯新路，依靠群众、勇于胜利”。井冈山精神绝不是空洞的口号，而是已经融入到我们血液中的民族精神，是能够与时俱进，时刻激励我们战胜一切困难、勇于追求胜利的时代精神。

一周的学习虽短，但是井冈山精神已经在我们每一位学员的心中烙下深深的印记。作为一名中共党员，当我以朝圣的心情走进井冈山，领悟井冈山精神，收获的绝不仅仅是一时的感动和记忆，而必将是激励我用最大的热情投入到工作中的永久动力。

歪话牛膝

王智博

牛膝全中医最常用的药物之一，《神农本草经》有云：“牛膝，今出近道，蔡州者最良。大柔润，其茎有节似牛膝，故以为名也。”

牛是个象形文字，甲骨文中，牛上面两竖加弯表牛角，代表力量。膝，当然指膝盖，髌骨关节处。根据相似相用的中医原理，其形似膝，应是对膝盖有帮助的一味药物。髌骨是最容易受伤的骨头之一，从我们蹒跚学步起，不知多少次摔跤会伤到膝盖。而牛膝正具有活血化瘀的作用，治疗跌打伤痛效果明显。俗话说：“人老骨先老，骨老膝先老。”膝盖的状态是反映人体骨质情况的一个标志。中医讲骨主骨，牛膝入肝、肾经，有补益肝肾、强壮筋骨的作用。根据其归经，牛膝又可引药物下行到膝部，对膝盖进行保护。除此以外，其还有引火下行的作用，可以将人体各种有形无形之火引入下焦，从而起到清火的作用，如治疗肝火所致头晕头痛、心火所致口舌生疮等症。水肿在中医有阴水、阳水之分，以阴水多见，阴水起病慢，以下肢足膝关节肿起为首发症状，是多种慢性病的一个并发症。现代运动医学研究发现长时间剧烈运动对膝盖的损伤是巨大的，主要会引起滑膜炎积水等疾病。牛膝还有利水通淋的作用，对治疗水肿，尤其是下肢水肿效果较好，可以防止水湿对膝盖造成损伤。由此可见，牛膝对膝盖的保护可谓是无微不至。

临床根据牛膝的产地不同，牛膝被分为怀牛膝、川牛膝、云牛膝三类。河南地处上地肥沃的中原，故怀牛膝偏于补益肝肾、强壮筋骨；四川盆地湿气盛，故川牛膝偏于活血化瘀、利水通淋；彩云之南，地处高原，其牛膝生长之地地势高，故其牛膝引火下行之力速。

2011计划·中医健康服务

研究的回顾与展望学术研讨会暨文献所主办的『出土涉医文献』举行

本报讯 12月16日，由我校中医文献研究所主办的“出土涉医文献研究的回顾与展望学术研讨会”在沪举行。出席会议的有来自我校、复旦大学、成都中医药大学、西南大学、中国社会科学院等高校和科研机构的三十余位专家和学者。我校副校长李光和中医文献研究所所长梁尚华分别致辞。我校党委书记张智强看望与会专家，并就如何办好《中医药文化》杂志进行探讨。

会上，十位专家作专题发言。西南大学张显成教授介绍甲骨涉医文献及其研究概况；复旦大学周波副教授畅谈关于马王堆简帛医书整理的新收获；成都中医药大学李继明研究员介绍老官山汉墓出土医学简书；我校张如青教授对出土简帛涉医文献研究进行回顾与展望；中国社会科学院聂鸿音研究员介绍黑水城出土的西夏文医药文献；我校汤晓龙副研究员介绍俄藏黑水城西夏文医学文献破译与研究概况；南京中医药大学沈澍农教授对敦煌出土涉医文献研究进行回顾与展望；南京师范大学黄征教授为大家解读《敦煌变文校注》卷一《伍子胥变文·药名诗》；我校王兴伊副教授介绍新疆出土涉医文书概况；成都中医药大学章红梅副教授对历代石刻涉医文献资料研究进行回顾与展望。

本次会议以出土文献与医学为交汇点，为出土文献（各种载体）和中医医史文献研究领域的学者们提供了互相交流合作的机会和平台。（文献所）

我校医务社工及志愿者服务联盟首期手语培训班举行

本报讯 为使更多人知晓手语，增强与聋哑朋友的交流能力，缓解听障人士的就医不便，前不久，我校医务社工及志愿者服务联盟首期手语培训班在龙华医院举行。培训班邀请上海市残联的专业手语教师讲课，学员包括来自各附属医院的医务人员、志愿者以及与龙华医院开展党建共建的地铁公司的工作人员。

培训期间，手语教师用生动形象的语言介绍聋哑朋友的认知特点、手语特点和交流时的注意事项，并结合医院环境，从音、字、词、句着手系统地演示每一个手语动作，并逐渐形成长短对话。学员们听得十分认真，学习兴趣高涨。在学习过程中，来自各附属医院的学员们还相互探讨“如何在今后的工作中与患者深入沟通，为患者提供更好的服务”，使得手语培训班的开展有了更深远的意义。

经过为期八周的学习，共有19名学员分组完成情景剧汇报演出并顺利结业。龙华医院党办主任王倩蕾、副主任何洁为学员颁发手语培训合格证书。

目前，我国各类残疾人总数已达8500万，其中将近1/4为听障人士。培训班的举办旨在通过指导志愿者和医务人员们学习手语，改善听障人士的就医体验，让他们感受到社会的温暖与关爱。（龙华医院）

校离休干部健康讲座及医疗咨询活动举行

本报讯 12月22日，校老干部办公室为离休干部举办健康讲座及医疗咨询活动。活动邀请我校教授张伟荣作题为“冬季老年人健康与养生”的讲座，并为离休干部们现场把脉、诊断、开药方。活动获得离休干部们的欢迎和好评。（老干部办公室）

本版责任编辑　郑　芬

本版责任编辑　郑芬