

古老中医药在非遗传承中绽放新的魅力

编者按：日前，2025年国际博物馆日上海主场活动暨文化遗产季启动仪式在沪举行。作为上海联动“国际博物馆日”与“文化和自然遗产日”的重要品牌活动，本届文化遗产季以“深挖文物价值、创新时代表达、全民参与传承”为主线，在5月至6月期间推出一系列非遗宣传展示活动。我校系统国家和市级传统医药非物质文化遗产代表性项目保护单位积极响应，开展了18项兼具知识性与体验感的特色活动。

活动涵盖推拿、伤科、外科、儿科等多项传统医药非遗项目，不仅以健康路演、市民夜校、亲子科普、校园推广等创新形式，为市民提供近距离感受传统医药魅力的平台，还通过跨界融合，为中医药文化传承创新注入新活力，充分展现了我校在传统医药非遗保护传承方面的成果。本版遴选部分精彩活动，带您走近非遗活动现场，在丰富的文化体验中，领略中医药非遗的深厚底蕴与时代活力。

百年内功推拿进古镇，解锁养生新姿势

内功推拿又称“古法推拿”或“少林内功推拿”，在上海已有百余年发展历史，是上海最知名的三大推拿流派之一，是在少林内功的基础上发展形成的一种推拿方法，将推拿手法操作和指导患者进行功法锻炼相结合。

5月17日至6月13日，我校内功推拿传承团队在内功推拿流派传承地泗泾社区卫生服务中心的中医药陈列馆和科普讲堂开展了系列活动。在中医药陈列馆，团队通过内功推拿流派展示，让泗泾古镇居民和游客深入了解内功推拿的源流、发展和临床应用。依托科普讲堂，团队面向泗泾第四中学学生开展“中医非遗功法防治青少年脊柱侧弯”科普讲座，帮助青少年了解中医药特别是中医功法在防治疾病中的重要性。此前，团队在泗泾社区卫生服务中心开设功法门诊和体工室，引导当地居民充分认识少林内功。本次活动更是吸引众多居民参与，在习练功法过程中体会少林内功调身、调息、调心的作用，感受非物质文化遗产的魅力。



泗泾居民习练少林内功

国家级传承人解读非遗里的“健康秘籍”

在市卫生健康委、市中医药管理局、市疾控中心、市爱卫办主办的全国首个非遗里的“健康秘籍”发布会上，我校系统多位国家级非遗传承人现场解读中医药非遗的“健康密码”。

从石氏伤科的“健康密码”到，到顾氏外科的膏丹济世；从丁氏推拿的经络调理，到古本易筋经十二势导引法……这些历经岁月积淀的健康智慧，正以全新姿态融入现代生活。

石氏伤科疗法代表性传承人詹红生介绍中医正骨手法，提到专业手法讲究轻巧灵活、柔中带刚，缓而有深透力，润物细无声，还为“低头族”、颈肩不适者推荐融合易筋经、八段锦要义的强筋八步功；丁氏推拿疗法代表性传承人孙武权介绍该流派以一指禅推法和滚法为代表手法，强调“以筋为先”原则，配合易筋经等功法形成非药物疗法体系，并建议通过“家、校、社、医”四方联动，早期推拿干预青少年脊柱侧弯；顾氏外科疗法传承人王琛分享合理饮食、坚持运动、养成良好的习惯、保持心情愉悦预防肛肠疾病四个妙招，同时介绍顾氏外科药捻疗法、拖线疗法及特色外用膏药等非遗疗法；古本易筋经十二势导引法代表性传承人严蔚冰介绍传统导引功法在健康减重、去除“班味”等方面的应用。



7个名中医工作室揭牌，把名良方送到家门口

冬病夏治养生市集开张，带来沉浸式健康体检

6月13日下午，附属曙光医院联合黄浦区新时代文明实践中心，举办“YUE享健康”曙光益家——杏林非遗·冬病夏治养生市集活动，将非物质文化遗产与中医冬病夏治养生智慧相融合，为市民带来沉浸式健康体检。



国家级非遗传承人解读“健康密码”

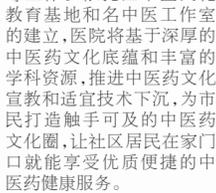
疗专家及5位徐汇区名中医参与市民健康咨询活动。活动吸引众多市民参与现场健康咨询与诊疗体验。附属龙华医院相关专科领域专家为市民提供一对一养生答疑及个性化调养方案。上海市气功研究所多形式演绎中医功法的起源、历史、文化与技术“简史”，上海市针灸经络研究所、区辖医院及多家街道社区卫生服务中心集体展示20余项中医适宜技术并提供现场体验，推动中医诊疗思维融入百姓生活，为沪上百姓的健康保驾护航。



市民参与健康咨询与诊疗体验

膏方熬制有门道，中医养生出“高”招

上海市非遗代表性项目海派膏方制作技艺始于清末民初，历经百年四代传承，遵循“三因四透”学术思想，对膏方制作的各个环节进行质量把控，从熬制技艺到质量控制再到培养人才，通过历代传承和研究不断发扬光大。



海派膏方制作技艺中医药非遗体验日活动现场

冬病夏治养生市集开张，带来沉浸式健康体检

6月13日下午，附属曙光医院联合黄浦区新时代文明实践中心，举办“YUE享健康”曙光益家——杏林非遗·冬病夏治养生市集活动，将非物质文化遗产与中医冬病夏治养生智慧相融合，为市民带来沉浸式健康体检。

中医非遗夜市活动气氛火热

想，对膏方制作的各个环节进行质量把控，从熬制技艺到质量控制再到培养人才，通过历代传承和研究不断发扬光大。

近日，附属岳阳中西医结合医院举办“2025年海派膏方制作技艺中医药非遗体验日”活动，吸引了众多市民参加。活动通过海派膏方制作技艺历史渊源介绍、岳阳膏方熬制工艺流程展示、特色非遗惠民膏方普及、膏方非遗科普讲堂、中药饮片的净制切制体验、贵细中药真伪优劣鉴别、香囊文及节令养生茶饮体验等形式，充分展现海派膏方熬制技艺的独特魅力，让参与的市民不仅学到诸多中医药养生知识，更进一步加深对非遗文化的认识。

中医非遗夜市受热捧，点亮市民健康“夜生活”

6月14日“文化和自然遗产日”之际，附属市中医医院与静安区文化馆携手在大宁国际商业广场举办中医非遗夜市活动，旨在通过传统针灸推拿、中药敷贴、中药茶饮、养生香囊等项目，打造“可玩、可学、可带走”的多元场景，让中医药文化真正融入百姓日常生活。

活动现场，海派中医徐氏儿科、唐氏妇科、朱氏内科、陈氏外科、杜氏外科、内功推拿流派和海派药膳的非遗传承人亮相夜市，现场展示传统中医“绝活”并邀请市民亲身体验。同时，来自该院老年病科、妇科、治未病科、肾内科的专家们为市民提供专业的冬病夏治健康咨询。中医特色诊疗中心和自制制剂的摊位前人头攒动，穴位敷贴、特色制剂和中医特色文创吸引不少市民驻足体验。



中医非遗夜市活动气氛火热

饭后反复“胃痛”，竟是胆囊炎惹的祸

陈诚

胆囊炎在外科门诊中出现频率较高，是外科急腹症中最常见的病种之一。引起胆囊炎的病因有很多，一般来说主要为胆汁淤积和细菌感染，包括结石性、非结石性因素等。在所有胆囊炎病因中，以胆结石性因素居多。

胆囊炎常见发病因素

绝大多数胆囊炎患者伴有胆结石，这是发生胆囊炎最常见的病因。此类患者饮食油腻，或饮食中含大量胆固醇、高热量食物（如肥肉、鸡蛋、烧烤等），引起胆囊收缩并排空胆汁，导致胆囊内的结石移位、滚动摩擦胆囊壁，或嵌顿堵塞胆囊管开口，进而引起胆囊肿胀、发生胆囊炎。

小部分患者或因肠道细菌感染，比如感染性腹泻，导致胆囊被细菌感染，从而引发胆囊炎；亦或发生胆囊扭转或折叠，导致胆汁排空不畅，进而引起胆囊肿胀、诱发胆囊炎。

胆囊炎发作时的症状

一般而言，胆囊炎所表现出来的疼痛被称为“胆绞痛”。大多数患者的症状表现为饮食后右上腹部出现剧烈绞痛（持续而加重），典型的疼痛常常放射至右背部，很多患者描述为“右侧前胸后背疼痛”。典型症状并不多见，多数情况下症状与胃部不适类似，表现为中上腹的胀满和不适。同时，也会有恶心症状，在打嗝或呕吐后症状可部分或全部缓解。一般很少发热，几乎没有腹泻。

胆囊炎的内科治疗

在门诊急症中，大多数胆囊炎患者经过药物治疗可缓解症状。但药物治疗的前提是忌口，尤其忌蛋类和油腻的食物。在药物选择上，西药、中成药和中药汤剂等都能发挥较好疗效。但对于胆结石石引发胆囊炎的患者，目前尚未有药物能去除胆囊内结石。

胆囊炎的外科治疗

手术切除胆囊是治疗结石性胆囊炎的最佳选择。

(下转2、3版中缝)

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE BIWEEKLY

中共上海中医药大学委员会主管、主办 《上海中医大报》编辑部出版 第481期(总第921期) 2025年6月15日

国内统一连续出版物号 CN 31-0817/ (G) 网址: https://www.shutcm.edu.cn 本期四版

探索新时代治国理政的中医智慧

“岐黄新语 理政启智”中医药文化与新时代治国理政科普之旅活动举办

本报讯 5月26日，第24届上海市社会科学普及活动周项目之一、“岐黄新语 理政启智”中医药文化与新时代治国理政科普之旅活动在我校举办。本次活动由上海市领导科学学会、我校共同主办，集中展示中医药文化与新时代治国理政思想深度融合的理论成果与实践经验，呈现学校在“大思政课”改革创新中以中医药文化为载体的特色路径。来自上海市领导科学学会、上海健康医学院、上海南湖职业技术学院、上海市浦东新区张江学区及我校系统的师生代表百余人参加活动。

上海市领导科学学会会长、五大板块，以及走廊展厅“推动中医药走向世界”专题展区。我校马克思主义学院宣讲团成员代表聚焦中医药思维在长江治理中的创新应用、新发展理念对中医药传承创新的驱动作用、法治护航中医药国际化的路径、中医智慧赋能生态文明建设的盐城实践、中医药联通中西文明的全球影响力作主题宣讲。据悉，主题教室开放以来，宣讲团推出宣讲“菜单”，面向校内外各级党员干部、大中小学生等已接待1200人次。

活动伊始，师生们参观“习语中医”主题教室。该教室系统展现习近平总书记关于中医药工作的重要论述，探索中医药文化在治国理政中的时代价值。主题展陈分为室内“学思践悟新思想”“弘扬岐黄仁术”“妙用中医学理”“情系杏林国粹”“申江杏林砺行”

上海市领导科学学会会长、赵发荣教授认为，要从教育者视角，穿透中医药优秀传统文化基本内涵，思考中华优秀传统文化的整体性、系统性，尤其是把握中华优秀传统文化核心要义和系统内容、结构布局、育人载体、关键资源配置。

以作风建设涵养教风学风师风医风

学校举行2025年党员基本培训第二次集中大课

本报讯 6月4日下午，我校举行2025年党员基本培训第二次集中大课。全校四千余名师生党员集中学习中央党校（国家行政学院）党的建设教研部副主任祝灵君教授“学习贯彻习近平总书记关于加强党的作风建设的论述和中央八项规定精神”辅导报告。祝灵君从“党风问题关系党的生死存亡”“以自我革命精

神全面加强党的作风建设”“深入贯彻中央八项规定精神，推动党的作风建设常态化长效化”三方面系统阐述加强党的作风建设的重要意义、实践路径和长效机制。校党委书记曹锡康主持党课学习并作动员讲话。他指出，全体党员要以学习教育为契机，锲而不舍落实中央八项规定精神，确保学习有“韧劲”、落实有

“干劲”、行动有“拼劲”，将加强党的作风建设与涵养优良教风学风、师德师风、医德医风紧密结合，将党的作风建设成果转化为学校高质量发展实绩。党课结束后，全校各党支部围绕培训讲授内容，结合学习习近平总书记关于加强党的作风建设的论述、中央八项规定，开展深入交流研讨。（组织部）

以优良党风引领校园文明新风尚

校领导班子深入贯彻中央八项规定精神学习教育读书班集体学习举行

本报讯 6月3日下午，校领导班子成员深入贯彻中央八项规定精神学习教育读书班第五次集体学习在行政中心428会议室举行，校领导班子成员、党委职能部门负责人参加学习。会议传达习近平总书记近日对精神文明建设作出的重要指示精神。校党委书记曹锡康表示，这一重要指示为新时代精神文明建设提供了根本遵循和行动指南。学校要深入学习贯彻重要指示精神，扎实

推进精神文明建设工作，为中医药事业高质量发展提供强大精神力量。在交流发言环节，校党委副书记沈辉、校党委副书记、副校长孟煜，副校长王拥军、组织部（统战部、党校）部长周宁慧依次发言，分别围绕学习习近平总书记对精神文明建设工作作出的重要指示精神，以及《习近平关于调查研究的论述摘编》《习近平关于加强党的作风建设论述摘编》等内容交流个人学习体会，

强调在新时代背景下加强精神文明建设，深入研究以及强化作风建设的重要性，提出要以实干担当精神，创新方式方法，聚焦中心“谋好篇”，摸清实情“破好题”，协同联动“答好题”，为学校改革发展贡献力量。会议指出，校领导班子成员要坚持以上率下、示范带动，加强党性修养和作风建设，锤炼党性，弘扬新风正气。要在改革创新上见实效，营造积极健康、干事创业的政治生态和良好环境，持续深化中医药高等教育综合改革。（宣传部）

本届教创市赛成绩亮眼

本报讯 在近期举办的第五届上海市高校教师教学创新大赛中，我校教师团队荣获一等奖1项、二等奖2项、三等奖1项和优秀奖2项。康复医学院霍贝贝团队（徐建光、刘晓丹、周欢霞）获产教融合组特等奖，护理学院单亚维团队（陆海英、栾伟、林艳侠）获新医科组一等奖，马克思主义学院蒋吕一团队（钱疏影、张婷

婷、张黎声）获基础课程组一等奖，中西医结合学院孙祝美团队（周旋、叶静杰、闫晓凤）获基础课程组二等奖，曙光医院张斌团队（詹红生、赵咏芳、石瑛）和中医学院陈少丽团队（都广礼、洪燕龙、董志颖）获新医科组优秀奖。特等奖获得者霍贝贝团队将参加第五届全国高校教师教学创新大赛全国赛。（教务处）

参苓莲夏颗粒完成转让

本报讯 在推进国家医学中心建设过程中，龙华医院集各方所长，探索构建有利于中医药创新和成果转化新机制、新模式，积极推动成果转化工作创新发展。5月30日，“参苓莲夏颗粒院内制剂技术转让及新药开发”项目于3月24日正式挂牌，挂牌金额2500万元。公告披露日期于4月24日正式结束。上海技术交易所按照摘牌情况发放受让资格函以及签约通知书予华润三九医药股份有限公司。该项目

由刘胜在传承流派学术思想的基础上，根据多年临床经验确定三阴性乳腺癌主要病机是“脾肾亏虚，痰毒瘀结”，形成了以“健脾益肾、化痰散结”为组方原则

聚焦学术创新与产教融合

“岐黄论道·杏林有约”主题活动举办

本报讯 5月28日下午，第53期“岐黄论道·杏林有约”主题活动暨“一站式”学生社区育人活动举办，邀请中国药学院院士、我校创新中药研究院院长林国强及其培养的优秀毕业生、华润双鹤药业股份有限公司总裁赵粤，与学校青年教师共同探索学术创新与人才培养路径，推动学校教育与实践深度融合。

林国强表示，学校要加强科研成果转化，提升服务社会能力，学校和企业应深化合作，共同推动中医药事业发展。他勉励师生心怀

专家委员会研讨“十五五”规划

本报讯 5月30日，我校专家委员会在零陵路校区召开学校“十五五”规划研讨会。18位专家共同为学校未来发展建言献策。

专家们指出，“十五五”规划的制定应坚持守正创新，将顶层设计 with 基层调研有机结合，确保规划目标具体量化、切实可行。要立足中医药特色，强化经典传承和基础研究，同时积极推动多学科交叉融合。在人才培养方面，要系统完善人才培养体系，着力解决高端人才断层问题。在学科建设

“国之大家”，为中医药创新发展贡献力量。赵粤讲述自己从学术研究到企业转型的经历，认为创新需以终为始，强化项目管理、遵循政策导向。中医药发展既要遵循自身规律，也要善于运用现代科技和管理理念。

两位嘉宾还就人工智能技术在天然产物研究中的应用、青年教师科研方向选择、校企合作优势与现场青年教师进行互动交流。【教师工作部 学工部（研工部）研究生院 创新中药研究院】

方面，应明确新兴技术辅助定位，加快推进现代技术与传统中医融合发展。在医院建设方面，要重点完善国家医学中心运行机制，优化医疗产业布局和人才结构，建立国际化评价标准。

校专家委员会主任委员施纪强强调，要继续深入开展调研，着力解决制约发展的关键问题。要在传承中开拓创新路径，重点明确医工融合、人工智能等新兴领域的实施路线，推动传统中医药与现代科技深度融合。（专家办）

打造兼具温度与深度的研究生培养生态

师德师风大讲堂暨2025年新增研究生导师培训会召开

本报讯 6月4日上午,师德师风大讲堂暨2025年新增研究生导师培训会在中医药国际标准化大楼报告厅召开,全体拟新增研究生导师参会。校首席教授徐宏喜作“我的中药情缘及作为研究生导师的心得”主题交流,从精准把控研究方向到寓教于乐建立良好师生关系,讲述个人作为研究生导师的心得体会,号召新导师们

打破常规、大胆探索,成为学生学术道路上的明灯与挚友。

学工部(研工部)、教师工作部、科研处、研究生院相关负责人就构建新型导学关系、提升研究生思政育人实效、研究生导师素养、新时代研究生导师队伍建设作报告,提出新导师们要打造兼具学术深度与育人温度的研究生培养生态,为培养德才兼备的高层次

人才筑牢思想根基。副校长舒静希望新导师们以师德为基,引导学生树立传承岐黄之术、守护百姓健康的理想信念;以学术为器,培养学生批判性思维与实践能力;以协同为径,按照学校“师德师风建设+导师能力提升”双轨培养体系,加快医学教育创新发展,培育新时代卓越人才。(研究生院 教师工作部)

市农科院挂牌我校劳动育人实践基地

本报讯 6月11日,我校联合上海市农业科学院在奉贤举行“本草农科共芬芳·劳动赋能促成长”上海中医药大学大学生劳动育人实践基地挂牌仪式,我校二级学院(所)师生代表50余人出席。

我校大学生劳动育人实践基地在上海市农业科学院挂牌,双方团委签署团建共建协议,共同推进“大思政课”建设、促进青年全面发展。双方将通过活动联动、资源联享、组织联建、品牌联动,促进学科交叉融合、互动

共进,开拓青年工作和学科合作的新局面。

我校党委副书记、副校长孟煜勉励师生强化劳动意识、弘扬劳动精神、涵养劳动情怀,在劳动实践中培养创新思维和实践能力。同时希望合作双方拓宽劳动路径,通过药农学科跨界交叉让劳动教育落地生根,培养既懂中医药又掌握现代农业技术的复合型人才。

上海市农业科学院作物育种栽培研究所郭松恒、我校中药学院中药学(创新班)学

生代表许良豫分别进行科普和项目展示。

仪式上,我校师生参观了花卉种源创新中心、国家食用菌良种繁育中心。

近年来,我校积极探索具有中医药特色的劳动教育路径,挂牌岐黄育人劳动实践基地4个,成立上海市高校大学生中医药劳动教育实践基地联盟,联动各界力量打造丰富的劳动实践场景,引领中医青年成长为新时代复合型、创新型、高素质劳动人才。

(团委)

学校举办传统功法赛事 参与高校学子翻番

本报讯 6月7日,2025年上海市学生阳光体育大联赛五禽戏比赛(高等院校)在我校体育中心举行。沪上18所高校24支代表队517名运动员共同演绎这项中国传统养生功法。比赛由上海市教育委员会、上海市体育局、共青团上海市委主办,上海市学生活动管理中心、我校承办。

2023年,五禽戏首次作为上海市学生阳光体育大联赛比赛项目,吸引了10所高校300余名运动员参赛。两年间,这

项赛事规模持续扩大。比赛现场,参赛队员身着统一服装,伴随着悠扬音乐,将五种动物的神韵展现得惟妙惟肖。

闭幕式上,我校党委副书记、副校长孟煜提到,我校积极响应健康中国战略,助力体育强国建设,坚持“健康第一”的教育理念,将传统体育项目纳入新生必修课。同时,深入挖掘传统体育文化内涵,通过承办市级赛事、开展师资培训,与中小学联动构建一体化传承教育体系,发挥高校引领作用,让

传统体育文化薪火相传。经过激烈角逐,我校、上海海洋大学、上海健康医学院、上海出版印刷高等专科学校、上海东海职业技术学院获集体健身气功·五禽戏一等奖;我校、华东理工大学、上海建桥学院、上海闵行职业技术学院获集体传统功法·五禽戏一等奖。

此外,5月24日上午,2025年上海市学生阳光体育大联赛武术拳操比赛也在我校举办,汇聚了上海16所本科及高职院校的武术健儿参赛。(体育部)

□ 任宏丽

AI+大学生思政教育:从个性化需求到贯彻立德树人新路径

人工智能(AI)技术的迅猛发展为教育领域带来了深刻变革。大学生思政教育肩负着培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的重要使命。探讨AI在思政教育中的特色作用,特别是在满足学生个性化需求、保持教育有效性、助力立德树人目标实现等方面,很有意义。

■ AI在思政教育满足学生个性化需求方面的作用

大学之道,在明明德。思政教育不是千篇一律,而应满足学生的个性化需求。AI能够通过大数据分析和智能算法,精准识别学生的学习需求和兴趣偏好,为其提供个性化学习资源。生成式AI可以根据学生的问题生成定制化的文本、视频等内容,帮助其理解和掌握知识。借助自然语言处理技术,AI可以分析学生的语言 and 情绪状

态,识别其心理认知过程,并及时提供情感支持和引导,有助于教师更好地了解学生,从而更针对性地开展思政教育。

■ AI在多元文化背景下保持思政教育有效性的作用

在多元文化冲击下,思政教育需要不断创新以保持其有效性。精准识别与过滤不良思想:AI技术能够精准识别和过滤“噪音”“杂音”,确保思政教育内容的正确性和纯洁性,帮助学生树立正确的价值观。沉浸式教学体验:AI技术结合虚拟现实(VR)和增强现实(AR)技术,能够将抽象的理论知识转化为生动、形象的虚拟场景,增强学生的学习兴趣和参与感。文化融合制化的文本、视频等内容,帮助其理解和掌握知识。借助自然语言处理技术,AI可以分析学生的语言 and 情绪状

主义核心价值观融入多元文化的学习内容中,引导学生在多元文化的背景下保持正确的价值取向。

■ AI在立德树人根本目标实现中的关键作用

立德树人是思政教育的根本目标,为实现这一根本目标,需要全面实施素质教育,通过五育并举提升学生思政素养和综合能力。全方位育人支持:AI技术可以构建“大思政”格局,将思政教育从课堂延伸到网络空间、社会实践等多元场域,通过智能交互平台,学生可以在课堂内外、线上线下获得全方位思政教育支持。助力五育并举:AI可以根据学生的学习情况和兴趣,为其提供德智体美劳全面发展的个性化学习路径。例如,通过智能分析学生各项素质,为其推荐适合的创新创业计划等。智能化评估与反馈:

AI技术能够对学生的思政学习效果进行精准评估,生成学情分析报告,帮助教师及时调整教学策略,布置相应阅读资料,确保教育目标的实现。

AI技术的崛起给高校思政教育带来前所未有的契机,也带来新的挑战。在推进AI应用的同时,我们应充分重视技术应用涉及的伦理问题、教育公平问题、教师角色转变以及专业发展问题。实现AI技术与思政教育的深度融合,需要通过跨学科合作研究、资源共享与整合、技术持续研发,以及创新教育模式探索和实践等,促进教学内容、教学方法、教学媒介及评价系统革新,进而给高校思政教育带来新路径,最终带动高校思政教育全方位发展,为培养具有新时代特征的高素质中医药人才提供扎实基础。



“传统文化+”心理AI助手发布

本报讯 近日,我校“五育并举和合筑梦·数智赋能心向未来”2025年心理健康教育活动季开幕式举行。

开幕式上,学校自主研发的“传统文化+”心理AI助手“和小合”发布。“和小合”以“和合文化”为核心理念,融合传统文化智慧、现代心理科学和中

[学工部(研工部)]

推动中医经典拥抱人工智能

本报讯 日前,“智启岐黄”AI赋能温病学教学暨疫病防治高峰论坛召开,旨在探讨人工智能与中医药传承创新的深度融合,探索温病学教学与疫病防治的新路径。

在主旨报告环节,来自北京中医药大学、复旦大学、上海交通大学、我校的四位专家分别聚焦AI赋能中医药教育的研究实践与思考、传染病新

兴跨学科交叉研究、DeepSeek在教学场景中的应用案例与实践、基于AI赋能温病学教学探讨中医悟性提升作专题报告。

未来,我校中医学院将继续携手国内外专家学者,共同探索中医药数字化转型新路径,为中医药传承创新及中医药事业发展贡献力量。(中医学院)

院企党建共建培养行业英才

本报讯 近期,我校公共健康学院与平安健康险上海分公司开展“党建引领促发展,校企共建育英才”党建共建交流会暨人才培养交流会,探讨党建引领下的医学专业人才培养新模式。

会上,我校公共健康学院教工第一党支部与平安健康险上海分公司党支部共同签署党建共建合作协议,平安健康险上海分公司获赠“岐黄育人实践基地”铜牌。

此次共建将以党建为引

领,重点推进定向培养专业、联合课题攻关、资源共享互融三方面合作。学院将通过专业课程共建、实践基地联建、校企师资互通、科研课题共研,打造产教融合协同育人平台,助力高质量人才培养和学生就业。

胆囊切除术后也有患者担心腹泻。大多数患者术后无腹泻症状,小部分患者术后发生轻微腹泻,极小部分患者术后会发生严重腹泻。术后腹泻是胆囊切除术最常见的并发症,其发作为2.1%~57.2%,常表现为无规律性排便紧迫及排便频率增加,且病程长短不一。轻者一般无需特别治疗,术后3至6个月,身体可恢复正常;重者一般需要药物、饮食、益生菌、中医药调理。

胆囊切除术前后也有患者担心会发生肠癌。经研究,二者并没有因果关系。肠癌的发生可能与患者年龄、生活习惯、饮食习惯、遗传等因素相关,目前的研究并没有证实胆囊切除与肠癌有关系。

胆囊炎重在预防
无胆囊结石的人群发生胆囊炎的概率极低,因此,预防胆囊炎重在预防胆囊结石。胆囊内胆汁长时间不排空可造成胆固醇结晶沉淀,进而形成结石。进食后可引起胆囊收缩和排空胆汁,因此要做到三餐规律,尤其不能不吃早饭。对于已形成胆囊结石的患者,应尽量保持清淡饮食,避免进食油腻、高胆固醇、高热量食物,尤其是蛋类和肥肉。还要养成良好的生活习惯,少熬夜,多运动,劳逸结合,控制体重,促进身体代谢。

总而言之,胆囊炎重在预防,养成良好的生活习惯和饮食习惯,可以预防胆囊结石的发生,从而避免患上胆囊炎。如果结石已形成,应及时就医诊疗,不可轻信民间偏方和一味追求吃药保守治疗,以免经常性发作的炎症刺激诱发胆囊恶变。

(上接1、4版中缝)如今,胆囊切除术以腹腔镜技术为代表,得到广泛普及。对于患者来讲,不同于开腹手术,腹腔镜下胆囊切除术有诸多优势:创伤小、美观、安全和恢复快。何时选择手术治疗?患者以自身的生活质量来衡量,如果每年发作多于3次或难以控制饮食,则建议做胆囊切除术。如果胆囊因为常年炎症刺激出现恶变可能,则必须切除胆囊。

胆囊切除术后有患者担心腹泻。大多数患者术后无腹泻症状,小部分患者术后发生轻微腹泻,极小部分患者术后会发生严重腹泻。术后腹泻是胆囊切除术最常见的并发症,其发作为2.1%~57.2%,常表现为无规律性排便紧迫及排便频率增加,且病程长短不一。轻者一般无需特别治疗,术后3至6个月,身体可恢复正常;重者一般需要药物、饮食、益生菌、中医药调理。

胆囊切除术前后也有患者担心会发生肠癌。经研究,二者并没有因果关系。肠癌的发生可能与患者年龄、生活习惯、饮食习惯、遗传等因素相关,目前的研究并没有证实胆囊切除与肠癌有关系。

胆囊炎重在预防
无胆囊结石的人群发生胆囊炎的概率极低,因此,预防胆囊炎重在预防胆囊结石。胆囊内胆汁长时间不排空可造成胆固醇结晶沉淀,进而形成结石。进食后可引起胆囊收缩和排空胆汁,因此要做到三餐规律,尤其不能不吃早饭。对于已形成胆囊结石的患者,应尽量保持清淡饮食,避免进食油腻、高胆固醇、高热量食物,尤其是蛋类和肥肉。还要养成良好的生活习惯,少熬夜,多运动,劳逸结合,控制体重,促进身体代谢。

总而言之,胆囊炎重在预防,养成良好的生活习惯和饮食习惯,可以预防胆囊结石的发生,从而避免患上胆囊炎。如果结石已形成,应及时就医诊疗,不可轻信民间偏方和一味追求吃药保守治疗,以免经常性发作的炎症刺激诱发胆囊恶变。

打造喜闻乐见的科普作品 绘制健康生活新图景



今天我想与大家分享一段关于传承与创新的故事——古老的中医学伤学科,如何化作撬动全民筋骨健康的有力杠杆。在时代浪潮中绽放新的光彩。在国医大师施杞教授的引领下,我们团队毅然投身健康科普事业,让中医学伤学科褪去晦涩难懂的专业外衣,转化为老百姓看得懂、听得懂、用得上的健康常识,让更多人日常生活中真正受益。

我的专业是中医骨伤,但我的工作内容跨越不同学科。从疼痛难题到运动康复,从人工智能(AI)到临床,我和团队一直在努力阐明传统中医绝非陈旧落后的代名词,它也可以充满现代气息,骨伤学科同样能走在时代前沿,

深耕科普之路,传递健康之声

曙光医院中医妇科医师 杨梦琪



自2020年参与拍摄的科普视频获奖,我燃起了对科普事业的热情,积极投身各类科普比赛,也陆续接到了科普邀约。在这几年的科普实践中,我始终坚守一个信念——科普受众在哪里,我的科普工作就在哪里。

作为一名中医妇科医生,我的患者中女性占比高达99.9%,这与我的名字“梦琪”仿佛有着奇妙的联系,而那仅占0.1%的男性患者,每一位的病情都关乎性命,容不得丝毫马虎。为了更好地帮助他们,我坚持参加生殖领域学会举办的各类学术活动,不断提升自己的专业能力。在科普的道路上,我努力走近不同人群的生活,根据他们的特点和需求,定制专属的科普内容。

端午佳节,我走进办公楼宇,为企业员工带去亲手制作的中药香囊,讲解时令养生要点。记得一个中午,我穿梭在两栋楼宇之间,原本严肃的养生话题,最后演变成了一场关于养生粽咸甜口味的热烈讨论,让科普也可以如此有趣,如此贴近生活。

若是工会员工,我会边为他们解读体检报告,边与他们一起品尝养生下午茶。大家围坐着,认真剖析体检报告中的健康指标。那频频点头的模样,是对我工作的认可,更是我前进的动力。

在老弄堂里,我用地道的上海话,为居民们上健康课。看到老人逐渐破除“老了就不用看妇科”的误

区,脸上露出恍然大悟的神情时,我顿觉一切的努力都很值得。

面对充满朝气的初中生,我不仅和他们探讨青春期的自我认知,还采用话剧表演的形式,将中医知识融入一个个精彩的故事中,在他们心中种下中医传承的种子。

我的科普工作并不局限于线下。对于线上受众,我依托专项基金会,不定期开展科普直播,让更多人能跨越地域限制,获取专业的健康科普知识。其中,医学生对知识的需求不容忽视,只要他们有疑问,我随时“零帧起手”,在线为他们答疑解惑。

在科普的过程中,我也在不断探索新的形式和渠道。在科室的大力支持下,我积极推广特色中医外治法,从暖宫祛湿到疏肝理气,从治疗脱垂到淡化黄褐斑,专业的中医知识以通俗易懂的表达“飞入寻常百姓家”。在黄浦区健康促进中心和上海健康频道的邀请下,我参与了痛经、宫寒等话题的科普直播与辟谣讲解,为那些想要关心女性健康,却又不不知从何做起的“暖男”们,提供了一份实用的关爱指南。

参与“健康脱口秀”的录制,更是为我打开了一扇全新的大门。我打破了传统科普授课的模式,不使用幻灯片,而是用幽默风趣的语言和生动形象的表演,将健康知识传递给更多人。如今,我的科普脱口秀在网络平台、沪上公共交通平台广泛播出,播放量突破10万,这一成绩让我倍感振奋,也更加坚定了创新科普形式的决心。为了扩大科普影响力,我尝试在不同的社交平台打造个人IP,如今已收获20万的关注度。

未来,我将继续投身关爱女性健康的科普事业,用专业知识和热情,让科普的声音传得更远,惠及更多人。

进发无限创新活力。每一次“破圈”,都是中医文化迈向大众的坚实脚步。获得的每一个奖项,背后是团队的共同努力;肩负的每一份责任,都寄托着传承使命与医者初心。

我所在的石氏伤科,已走过170年历史岁月,从病变核心到整体健康,贯穿“治未病”到“治已病”的医学智慧,让世界看到中医正在熠熠发光。

我还借助画笔勾勒筋骨的奥秘,用生动的语言讲述疼痛的根源。一亿多次浏览量,是社会对中医科普的回应,也映射出“云端杠杆”的强大力量。

我认为,医生不应只是等待患者走进医院,而应主动走进人群,将健康知识送到大众身边。为此,我们团队研发了筋骨AI系统,体态问题通过扫描即可显现,运动处方随之一键生成。在这里,技术不是冷冰冰的代码,而是充满温度的健康管家,它带着中医的人文关怀,指导人们科学运动,让大家知道怎么动、敢去动、能坚持动。

在56家社区,我们设计问卷调研了解居民需求,通过体检筛查健康隐患,开展科普讲座传递

以中医骨伤学科为杠杆,撬动全民筋骨健康新动能

龙华医院石氏伤科医师 孙悦礼

知识,把筋骨健康送到家门口。随访率从30%提高到90%,让“未病先防”具象化。

我们的脚步并未就此停歇。我在美国斯坦福大学教法,在英国讲中药,还登上英国广播公司(BBC)的报道,让世界听见中医的声音。我们还在抖音海外版(TikTok)上做中医病症管理,“出海杠杆”带来了文化共鸣,中医的筋骨智慧不只属于中国,也能影响世界。

健康科普不是一个人的演讲,而是一群人的合唱。我们在义诊中传递经验,在讲台上教书育人,交流心得。通过多方协作,汇聚强大的医护共同体力量,奏响守护全民健康的时代强音。

守则是公正,杠杆是创新。我用中医骨伤的理念与力量,撬动全民筋骨健康的新动能。我愿继续在这条路上,与各位同道并肩同行,帮助更多人健康工作、自由生活。

知识,把筋骨健康送到家门口。随访率从30%提高到90%,让“未病先防”具象化。

我们的脚步并未就此停歇。我在美国斯坦福大学教法,在英国讲中药,还登上英国广播公司(BBC)的报道,让世界听见中医的声音。我们还在抖音海外版(TikTok)上做中医病症管理,“出海杠杆”带来了文化共鸣,中医的筋骨智慧不只属于中国,也能影响世界。

健康科普不是一个人的演讲,而是一群人的合唱。我们在义诊中传递经验,在讲台上教书育人,交流心得。通过多方协作,汇聚强大的医护共同体力量,奏响守护全民健康的时代强音。

守则是公正,杠杆是创新。我用中医骨伤的理念与力量,撬动全民筋骨健康的新动能。我愿继续在这条路上,与各位同道并肩同行,帮助更多人健康工作、自由生活。

新时代健康科普大赛

健康科普杰出人物

沈卫东 龚利

“健康科普杰出人物”提名

陆松廷 朱为康 史兆雯

健康科普新锐人物

汤康敏 孙悦礼 杨梦琪

健康科普品牌

聊健康的崔主任 (附属曙光医院)

“推”走顽疾,“拿”来健康

(附属岳阳中西医结合医院)

优秀健康科普管理(组织机构)

上海中医药博物馆

上海中医药大学附属普陀医院

优秀健康科普作品(图文类)

优秀奖

“甲流”来袭,家长应该知道这些

吕佳佳(附属岳阳中西医结合医院)

优秀健康科普作品(音视频类)

二等奖

读名著,学中医——《西游记》中的医学知识

张苇航(上海中医药大学)

中医防治老年失智症科普微电影

针灸减肥 到底行不行

李升(附属上海市中西医结合医院)

优秀健康科普作品(图书类)

二等奖

睡眠健康日历2025

陈跃来、宋秀玲、汤康敏、陈炳力、乔思雨、尤晓欣、

赵娜娜、李涓涓、邹维嘉(附属龙华医院)

优秀健康科普作品(舞台表演类)

优秀奖

七院急救先锋:筑牢海上生命线

党办(宣传文明办)(附属第七人民医院)