

沉浸式感受中医药魅力

50名美国青少年在市中医院直呼“中医神奇”

□记者 岑瑜 通讯员 石冰沁



日前,来自美国里士满市2025“Hi, Young”中美青少年文化交流营的50名青少年,在舟山市外办、浙江海洋大学及浙江舟山群岛新区旅游与健康职业学校的联合陪同下,走进市中医院体验中医药文化。活动现场,市中医院党委委员、副院长、纪委书记俞益君向交流团系统介绍了医院发展历程及中医药文化核心内涵,为青少年们开启了了解中医药的“第一扇窗”。现场,刮痧的温热触感、艾灸的独特香气、耳穴压豆的精准调理……这些沉浸式体验环节,让交流团青少年在中医综合特色病区和治未病中心,沉浸式感受了一把中医药的魅力,打开了他们了解中国传统医学、探索中医药的大门。学员们通过图文展板、实物陈列追溯中医药发展脉络,亲手将艾叶、藿香等药材装入布袋制作中药香囊,在袅袅药香中体悟中医药蕴含的传统智慧。

在中医综合特色病区,主任应海舟先向“Hi, Young”中美青少年文化交流营青少年们介绍着传统中医药用品。“这个你们闻闻,就是艾灸的味道,这个葫芦灸具有温经散寒、行气活血、调和阴阳、增强免疫力等多重作用,尤其适用于寒湿体质及亚健康调理。”“这个是刮痧的,不同的材质用于不同的部位,像这个玉质的是用于脸部的,这个石质的则用于身体的。”……中医综合特色综合病区里,医护人员详细地向青少年们介绍着不同传统中医药用品的作用。

中医药适宜技术体验环节将活动推向高潮,火罐的现场展示吸引了不少青少年们。他们看着玻璃罐和火团,发出阵阵惊呼,好几个青少年立即趴到了床位上,感受拔火罐的神奇。而中医针灸同样也让青少年们睁大了眼睛:“这么细的针可以扎身上不疼?还能治病?”不一会,又有不少青少年加入了体验针灸的行列。“Hi, Young”中美青少年文化交流营的麦迪逊两只手都扎上了针灸,“因为之前在家附近就有中医推拿针灸的,我和家里人都没有去感受过,这次来就想了解一下感觉怎么样,会不会有什么样的效果,现在来说感觉还是挺好的。”在体验完针灸后,麦迪逊还向应海舟咨询了其母亲的病是否可以用针灸。原来麦迪逊母亲前阵子动了个手术,术后神经痛,应海舟了解情况后告诉她:“这个完全可以用针灸来缓解的。”得到肯定答复后,麦迪逊表示回家后就要带母亲去附近的中医针灸馆进行治疗。

“Hi, Young”中美青少年文化交流营成员西特拉莉是一名运动爱好者,一直喜欢打排球、篮球,因为运动过度导致膝盖受损,尤其是在打排球的时候,膝盖会出现肿胀和不舒服的情况。这次来市中医院体验中医药文化的时候,她主动要求体验艾灸:“现在感觉腿部非常放松,暖暖的很舒服。”

在这次体验中,感受最深的当属詹妮弗·伊丽莎白了,因为她是第三次来中国体验中药文化,也是第二次来舟山。她告诉记者,之前她去过河北和北京,体验过脸部和头部的刮痧,还特地购买了刮

痧的用具,“回家后我跟男朋友每天都要刮刮脸部,这一次我想要体验背部的刮痧,特别想学习刮痧的原理还有它的使用技术,想回去以后跟家人分享并且用技术来舒缓他们平时的一些疲劳。”在医护人员的专业指导下,当天下午交流营的青少年们还体验了耳穴压豆。耳穴贴压时的好奇试探,到感受艾灸温热后的轻松笑容,大家真切领略到中医药在疾病预防与健康促进中的独特优势,对这门东方传统医术充满赞叹。而在香囊制作区,“Hi, Young”中美青少年文化交流营成员刘城静在医护人员的指导下做了一款中药香囊,她开心地告诉记者:“医生说这个是通窍预防感冒的,可以放到身上或放在家里,我现场做了一个打算送给家里的老人和小朋友,我觉得他们一定会喜欢这个样式的,这个很可爱像小兔子一样。”尽管语言不通,但美国青少年们通过手势与笑容,与医师互动热烈。这场充满吸引力的文化体验课因大家的浓厚兴趣足足“拖堂”半小时。

据介绍,今年10月,浙江海洋大学与美国里士满-舟山姐妹城市委员会签署合作谅解备忘录,双方将以教育融合为纽带,在青少年交流、语言培训、学生交换等领域深化合作。未来,我市将持续发挥舟山中医药文化特色优势,常态化推进中美青少年短期访学交流项目,通过外派教师开展中医药文化讲座、搭建海外丝路学院等多元路径,推动中医药文化“走出去”,在人才培养、文化交流等领域深化中美合作,让中美友城文化交流之花绽放得更加绚烂。

本版图片由舟山市中医院提供

