

世界传统医药日,您知道吗?

“

10月22日是世界传统医药日。该纪念日的确立旨在呼吁人们重视药源性疾病的日益增加和化学药品毒副作用的不断出现,呼唤回归自然,用天然药物和绿色植物来治疗疾病和保健。而近日,记者调查后发现,几乎无人知道该节日存在,就连许多中医工作者都不了解。

由来

1991年10月国家中医药管理局和世界卫生组织联合在北京召开国际传统医药大会。40多个国家和地区的传统医学专家和22个国家的卫生部高级官员参加会议。

大会收到21个国家和地区的学术论文2218篇。

会议一致通过了以“人类健康需要传统医药”为主题的北京宣言,并建议每年的10月22日为世界传统医药日。

人类健康需要传统医药。顾名思义,传统医药与现代医药相对应,通常指运用

历史上遗传下来的医药经验和技能,或指现代医药以前的各个历史发展阶段的医药经验和诊疗技术。世界各国的传统医药是国际医药界不可多得的宝贵财富。随着化学药品毒副作用不断出现,药源性疾病日益增加,以及生化药品研制成本昂贵等问题的存在,人们开始呼唤回归大自然,希望用天然药物和绿色植物来治疗疾病和保健。

从北美、西欧等国家草药市场的兴起到“世界传统医药

日”的确定,都表明一个有利于传统医药发扬光大的社会氛围正逐步形成。我国的中药是世界传统医药的主要代表之一。已经有数千年历史的中药,目前已在东南亚、日本、韩国等国得到广泛应用,美、欧等西方发达国家也逐渐开始重视中医中药。中医药及其他传统医药为保障世界人民健康做出了巨大贡献,具有独特的优势。充分挖掘和发展中医中药和其它传统医药,对于人类战胜疾病、保障健康具有重要意义。

少人知 30多网友无一知晓

世界传统医药日确立已有20年了。早在1991年10月,国家中医药管理局和世界卫生组织联合在北京召开国际传统医药大会。会议一致通过了以“人类健康需要传统医

药”为主题的北京宣言,并建议每年的10月22日为世界传统医药日。

但是,对于该节日,普通市民甚至中医工作者却都知之甚少。近日,记者在两个QQ

群中发问,30多个在线网友没有一人知晓。每个人都表示是第一次听说。记者采访了10位医生,其中5位是中医,仅有一位年资较长的中医知晓这一天是世界传统医药日。

意义大 用天然药物治疗保健

顾名思义,传统医药,是与现代医药相对应,通常指运用历史上遗传下来的医药经验和技能,或指现代医药以前的各个历史发展阶段的医药经验和诊疗技术。在我国,即为中医药。

据了解,世界传统医药日的

确立,是由于现代医药在发展中遇到了一些问题。

卫生局相关负责人表示,现代医药在治愈了许多疾病的同时,也造成了化学药品毒副作用不断出现,药源性疾病日益增加,比如说“超级细菌”的出现,再比如,许多聋

儿的出现就是因为西药的毒副作用;此外,还有生化药品研制成本昂贵等问题。

因此,人们开始呼唤回归大自然,希望用天然药物和绿色植物来治疗疾病和保健。我国的中医药就是世界传统医药的主要代表之一。

遇困境 古老术语难懂难推广

但是,需正视的是,中医药及其他传统医药在运用和吸纳现代科学技术方面仍有待加强,此外,目前还没有传统医药国际标准,这些都严重制约了中医药及其他传统医

药优势的发挥。

相关负责人举例,中医的“阴虚”等术语无法为西方社会所理解;另外还有关木通等中药使用不当引起的“中药肾病”令许多国外舆论对中药存

有偏见。

卫生部门相关负责人表示,应积极扩建中医药博物馆,做好中医药文化的宣传普及工作,要先让国内的老百姓了解中医、相信中医。

新闻回顾

杭州老中医的“乘车按摩指法”火了

在杭州,经常乘坐13路公交车的乘客留意到有这么一位白发老人。他坐在那,轻轻地按着手掌心,又或膝盖处,一直按到下车为止。有乘客觉得好奇,上前一问,才知道,原来他是一位老中医,经常趁着坐车的空闲,进行穴位按摩呢。

时间长了,有些乘客也受影响,向他学起了穴位按摩。有时候,他也会教公交车司机们一些简单的手法,按哪个穴位对胃有好处,按哪个穴位能缓解颈部疲劳……

近日,记者找到这位老中医,向他探讨了这套坐车空闲时的穴位按摩法。大家有空时不妨也来试试。连公交二公司一车队队长助理何志卿也表

示,简单实用又养生的穴位按摩法得在公交车司机圈内传播开来。这位老中医姓朱,今年已经80岁高龄,有着几十年中西医结合治疗的经验。

朱老家住三廊庙,平时出门大多乘坐13路公交车。

不知不觉,已过寒露节气,血压有点高的他,偶尔会觉得身体有些不适。朱老告诉记者,“尤其是饭后,头有时会觉得晕晕的,那是由于胃部血液比较集中,大脑的血流供应不足。”

那怎么办,要吃药吗?朱老笑着摇了摇头,用手轻轻地按住手背虎口,“这里叫劳官穴,经常按摩对心脏有好处,还有脚底心的涌泉穴,同样能起到改善脑部供血、缓解血压的效

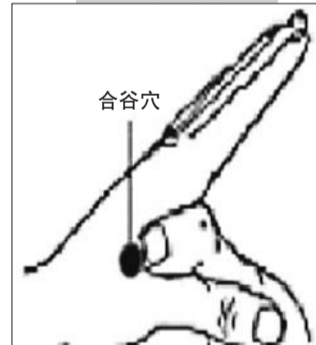
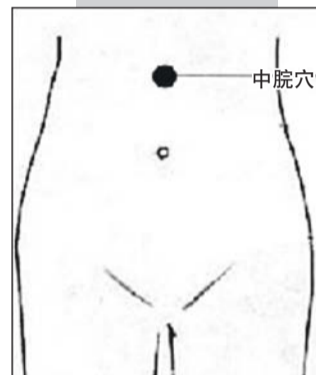
果。”

朱老说,按摩穴位并不需要花很多时间,坐公交车的时候,在家看电视的时候,随时随地都可以进行。

还有哪些穴位,是方便在乘车时按摩的呢?朱老介绍了下面三个:

内关穴:位于前臂正中,腕横纹上2寸,在桡侧屈腕肌腱同掌长肌腱之间。对心悸、胸闷气急、胃痛、失眠、孕吐、晕车、手臂疼痛、头痛等起缓解作用。

合谷穴:位于手背虎口处,于第一掌骨与第二掌骨间陷中。能起到镇痛效果,对齿痛、手腕及臂部疼痛等症有用。孕妇慎用。



网络看点

南京人排队喝鹿茸血

“南京人国庆长假排队喝鹿茸血”图文这几天爆炒网络,引来上百万点击。

疑问一:鹿茸血能否直接饮用?
【调查】喝茸血并非流行全国的“秘方”,而是同地域文化习俗相关。喝前一定要排查“人畜共患病”。

“全国很多地方都不喝生茸血。”中国农业科学院特产研究所经济动物研究室主任、中国农业学会茸鹿专业委员会主任魏海军研究员接受记者采访时说,生喝茸血,主要流行在江浙一带南方省份。原因大致有两个:一是中医认为鹿性热,壮阳,而北方干燥,南方潮湿,相对而言,南方人更适宜喝助阳气的茸血,以抗阴倦;二是南方地区受传统文化浸润较深,比北方更加笃信帝王的“养生文化”,更加注重新鲜食材的滋补,强调“偏方养生”。

“倘若不了解鹿的健康状况,贸然喝茸血存在安全风险。”魏海军提醒,鹿和其它动物一样,也会产生“人畜共患病”,而人鹿共患病以慢性传染病居多,如结核病、布氏杆菌病等。如果喝了病鹿的血,不仅不滋补,反而易致病。

疑问二:喝茸血“大补壮阳”、治糖尿病?

【调查】至今,喝茸血并未进入中西医临床应用。说它是“民间滋补品”更为合适。

中国中医科学院科研处一位王研究员告诉记者,许多中医古籍中都有茸血“大补虚损”的记载,但至今都是说说而已,没有进入中医或西医的临床应用。说它是“民间滋补品”,似乎更为合适。

南京药科大学中医学院院长、博导马世平教授在接受记者采访时说,这个问题不值得讨论,查查医书,能“壮阳”的补品补法何止百种?喝茸血“壮阳”,只不过是“美丽传说”之一。

“我查了许多健康网站,目前说喝茸血、吃鹿肉治糖尿病的,比‘壮阳说’还多,你信吗?”马世平院长说,糖尿病是终生难以治愈的世界性顽症,如果喝几杯茸血就能“血到病除”,还要医院干什么?这不是骗人就是无知。

相关链接

国外的传统医药

泰国泰式按摩护关节

泰式按摩有上千年的历史,以活动关节为主,无穴位说,手法简练实用,是保健的绝佳手法之一。

印度瑜伽风靡全球

瑜伽如今风靡全球,其实它正是印度传统医学的代表。它强调保持和恢复人体健康从而防治疾病,认为通过思维和意念的力量以及瑜伽所创造的功法,可以改善人体各器官或系统的功能,从而延长寿命,防止衰老和疾病。印度的古医术也以运用特色草药、副作用较少逐渐闻名于世。

据《钱江晚报》