

中国药学家屠呦呦获得诺贝尔奖，为中医热又加了一把火。屠呦呦坦言，每年能够挽救数百万人生命的抗疟“神药”青蒿素，正是中医药送给世界的礼物。随着近代西方医学的迅猛发展，中医受到冲击。不过，身处其中的医者，从未放弃对理想的追求。

本报策划“口碑中医”栏目，寻访省内知名中医专家，挖掘他们的故事。



口碑中医

与其说这是一位擅长治病救人的医者，倒不如说是一位饱经沧桑、兴趣广泛、融汇文史的智者。

初秋的一个上午，在济南经十路附近一栋稍显陈旧的职工宿舍楼里，本报记者见到了山东省首批获得国家最高荣誉“国医大师”的老中医张灿理，老人与记者交谈起来思路清晰，谈吐有致。

60多年来，他从熟读经典、观察父辈坐诊及炮制饮片做起，随后独立行医，并在临床实践中磨练出精湛的医术，而后将更多精力投入医学典籍的整理以及教书育人，一路走来，已然成为一部中医在当代的传承史。

口碑中医来啦！

首期讲讲国医大师张灿理的故事

本报记者 刘志浩

“不会看文言文，如何学好中医？”

当本报记者见到张灿理时，他正耐心地将自己刻的篆体印章，盖到一位远道而来的访者的书的扉页上。

在这个名为“琴石书屋”的斗大居室中，两边书架上摆满了各种古籍，除了医学典籍外，还有史书及地方志等与医学看上去并不相关的书籍。屋子的显眼处，摆着一架古琴，书橱上

挂着京胡，桌子上摆着根雕——一股书香气油然而来。

“中医本来就是古代文化传统的基础上诞生，是一门综合性的学问。你不会看文言文，不会写繁体字，怎么能学好中医？”在张灿理看来，学好中医，不仅要培养自己在医学方面的兴趣，能够看得下去古代医学典籍，更重要的，是培养自

己多方面的兴趣。

他本人正是这方面的典范：琴石书画，诗词戏曲无不涉猎，且绝大多数属传统文化艺术，而且都是他生活不可分割的部分。

“不管什么学问，学到最后都是相通的。即便你是学医，也不能只埋头于医学一科，而是要广泛涉猎。”张灿理说。

当选新中国首批国医大师

1928年出生于荣成的张灿理，少时遭遇日本入侵，出身中医世家的他上完高小后，就不得不留在父亲身边学医。开始时他主要是在父亲指导下诵读《药性歌》等医学典籍，同时学习司药和饮片的炮制，以及丸散膏丹的制作等。同时，认真观察祖父和父亲在给人诊病方面的方法和技巧，听取对病情病因等的分析讲解，是张灿理的主要任务。

19岁这年，这个学业渐精的年轻人，开始独立行医。刚行医不久，一个患肺炎的女患者一直发热咳嗽，恶心呕吐，西医曾用大量抗生素药物治疗，但

效果不好。张灿理通过观察，认定其为湿热困于中上二焦，处以和胃清热，宣肺化痰之法，一二剂服后，恶心呕吐咳嗽均减轻，继续服用调理肺、胃的十余服药剂后，她就痊愈了。

从医几十年，他救治过的患者不计其数。内、妇、儿科的疑难病例都在他手上化险为夷。2009年，他成为新中国成立以来的首批30位国医大师之一。

不管平时多么繁忙，张灿理都没放弃对传统典籍的研读。以至于到现在，对于《黄帝内经》等经典中的段落，他都是张口就来。

张灿理认为，身为中医，不

仅仅会看病，还要对各种医学典籍做到了然于胸。对各种中药材的品性都有着透彻了解，这样再行望闻问切，开方抓药，才更有的放矢。

在本报记者拜访张灿理期间，恰好一位病人登门求治。记者粗略算了一下，病人从进门到离开，其间包括接受问诊、把脉、开方等，一共耗费了约36分钟。

张灿理解释，他的习惯是每个病人看病的时间一般不低于半小时，因为时间短了，根本无法全面掌握病人的情况，也就无从对症下药，“这是对病人负责，也是对自己的良心负责。”

81岁时还收乡镇中医为徒

事实上，不仅看病如此，张灿理做学问同样讲究“精益求精”。

几年来，他先后整理过《素问吴注》《松峰说疫》《经穴解》和《石室秘录》等十多部中医古籍，出版个人专著十余部，还发表论文百余篇。在中医业界，张灿理在《黄帝内经》《针灸甲乙经》等医学典籍方面的研究，影响尤其深远。而从2012年起，他整理自己医学经验的速度，更是达到了惊人的每年

过百万字。

不仅如此，自上世纪50年代末进入山东中医学院(后改名山东中医药大学)工作以来，张灿理培养出一批又一批中医药方面的人才，经他培养出的18位博士，现在已经成为各学科的骨干或学术带头人。

特别是2009年为响应中央“中医向农村发展”的号召，已是81岁高龄的张灿理，招收了福建的许文灿、李宝泉两名乡镇中医为徒，

并加以悉心指导，为中医的传承不断贡献自己的力量。

“爷爷这种精神境界，很值得我们学习。”已经跟随祖父学习多年的张鹤鸣，谈及自己的长辈，同样敬佩不已，“学无止境在祖父身上体现得最明显。”

如今，即便得到了国家在中医方面所能给予的最高荣誉，张灿理依然有个心愿，“希望中医能够很好地传承下去，希望更多年轻人能来学习中医。”

阿联酋迪拜酋长长子拉希德王子突发心脏病去世，年仅34岁，引发极大关注。猝死，生命中一道突如其来的休止符。近来，各地与猝死相关的消息频出，猝死事件的不断增加以及日渐显现的年轻化趋势让人心有余悸。专家指出，猝死多是“心头”之事，90%的猝死者都存在心脑血管疾病病史。

猝死多是“心头”事

本报记者 陈晓丽

上午10点前，猝死发生率高

“前两天刚刚接诊了一位33岁的男性，突然倒地发生急性心梗，非常危险。”山东省千佛山医院急诊科主任医师刘纪改告诉记者。随着工作压力增加和生活方式的改变，发生心源性猝死的青年人已经越来越多，“30来岁却不幸猝死的能占到10%”，刘纪改说道。

所谓心源性猝死，国际上普遍认为从发病到死亡不足1个小时，“很突然，患者和周围的人往往没有任何心理准备。”济南市中心医院介入科主任关玉庆表示。

2014年，心源性猝死夺走了全球约300万人的生命，俨然成为心血管疾病中的头号杀手。而由于人口基数大，急救能力普及度较差，其中54余万人发生在中国，居全球之首。

“猝死发生前多数病人都会提前有感觉，但是很多人并不在意，觉得硬撑一下或者休息一下就好，导致不能及时得到抢救和治疗，死亡率也就更高。”刘纪改介绍道，劳累、情绪激动、睡眠不足、气温骤变等往往是猝死的诱发因素，并且猝死在上午10点以前发生率较高。

熬夜、剧烈运动是危险因素

专家表示，心血管疾病患者是猝死的高危人群，应该尤其注意，例如冠心病、扩张性心肌病、心肌炎等，其中冠心病是导致猝死的第一因素。

同时，恶性心律失常也是导致猝死的重要因素，“年轻人和老年人都会发生，有的则是独立存在的疾病，需要在器质性心脏病的基础上，有的则是独立存在的疾病，需要做射频、消融手术等解决。”关玉庆表示。

近日，在济南市某中学，一名十几岁的男孩在学校跑操过程中，突然倒地，送到医院后已经宣布死亡，引起不少市民的强烈关注。

关玉庆解释，其实不少猝死的青年人的冠状动脉都是正常的，但是在运动时身体条件不好，有腹泻、感冒、发烧、脱水等情况，导致血液浓缩。在这种基础上，剧烈运动会引起冠状动脉痉挛，心肌大面积缺血，引发恶性心律失常，最终导致猝死。因此，关玉庆建议，在剧烈运动前，一定要注意身体状况，如果出现上述不适症状，应避免剧烈运动。

“会出现恶性心律失常的还有工作过度劳累的白领、彻夜上网玩游戏的青少年等，这也就是大家常说的‘过劳死’”，关玉庆解释道，“人的身体都有承受的极限，长期劳累并且缺乏睡眠，会造成交感神经过度兴奋，肾上腺素分泌过多，心脏承受的压力就特别大，容易诱发恶性心律失常导致猝死。”

健康的生活方式可预防猝死

刘纪改表示，绝大部分发生猝死的人都有心脏方面的基础疾病，只是可能平时没有发现，或者已经出现症状但是没有及时去检查确诊。如果身体是完全健康的，并保持健康规律的生活方式，发生猝死的可能性则非常小。

如今，中青年高血压、肥胖、糖尿病等发病率持续升高，应注意低盐、低脂、低糖饮食，把体重、血压和血糖控制在合理范围内，从而降低冠心病早发的几率，也是预防心源性猝死的重要办法。

要注意锻炼身体，提高身体素质，并且在运动时一定要适量，不要强求；尽量不要熬夜，过度透支体力；大量吸烟和饮酒更不可取，最好戒烟限酒。

如果在运动或日常生活中，有胸疼、胸闷、憋气等症状，应及时到医院做检查，不可有排斥和侥幸心理。