

# “中医夜市”:别样的健康盛宴

□牡丹晚报全媒体记者 李艳粉 武霏

把脉问诊、针灸推拿、耳穴压豆、刮痧……最近,菏泽“中医夜市”又“火”了。夜幕降临,中医大夫组团摆摊开诊,晚饭后散步休闲的市民纷纷前来沉浸式体验。

一项项中医保健项目、一个个传统中

医疗法体验,加上平时一号难求的名中医,“中医夜市”吸引着众多市民驻足围观、体验。这种新颖又接地气的方式,让中医药融入市民生活,为中医药传承创新发展注入了新活力。

## “中医夜市”火爆开市

7月11日傍晚,在市文昌路科技馆门前广场,菏泽市中医医院“中医药健康夜市”开市了。医院骨伤科、针推科、治未病科、妇科、皮肤科、脾胃病科、心血管科等多个科室的中医大夫组成的“中医团”摆开义诊“摊位”,为广大市民进行把脉问诊、针灸、推拿等中医义诊服务。

“大夫不仅发现了孩子的脾胃病,还给了处方。我自己身体也有一些毛病,大夫也顺便给我诊断了一下。”一位刚刚看诊过的市民告诉记者,“我家孩子一直不好好吃饭,通过中医大夫的诊断总算知道问题出现在了哪里,也知道饮食上该注意什么了,这样的夜市真好!”

夜市上,医生们除了解答患者的疑问,给出合

理化建议外,还用针灸技艺为患者缓解病痛,立竿见影的效果让大家惊叹不已。医护人员现场用机器为市民检测体内脂肪,医生还根据检测结果给出合理膳食建议。

当晚的夜市上一个特殊的“急救地摊”吸引人们纷纷驻足。“摊主”是菏泽市中医医院急诊科副护士长赵露露,她用通俗易懂的语言、生动活泼的教学方式,向群众讲授急救知识和海姆立克急救法,并边讲边示范。过往群众纷纷感慨:“逛夜市还学到急救知识,关键时刻就能派上用场。”

“海姆立克急救法是生活中很实用的急救知识,我利用‘夜市’向大家讲解,就是为了让更多的人学习和掌握,关键时刻可以救命。”赵露露说。



“中医夜市”人气旺



市民体验中医推拿



耳穴压豆巧治病

## 越来越多年轻人被中医“圈粉”

当晚,在市中医医院“中医药健康夜市”上,很多下班路过的年轻人自觉排队,现场体验中医针灸、推拿、刮痧、耳穴压豆等中医特色疗法,并为这样的活动点赞。

年轻的姑娘邹凯迪说:“我这段时间上班特别疲劳,整天坐在办公室里,颈椎很不舒服,最近脾胃也不好,在这里体验了一下中医推拿和刮痧,感觉整个身体都轻松了,中医真神奇!”

“刮痧真不错,我颈椎不舒服,医生为我做了20分钟的刮痧,身体感觉很轻松。”30岁的王乾说。王乾告诉记者,他很喜欢中

医,平时身体不舒服时,首选的就是中医调理和特色诊疗。

“既能了解健康知识,又能解决日常小病痛,这样的夜市还是头一回见。”市民刘先生高兴地说,“看病不用跑医院了,我肩膀疼,医生给我针灸后,立马就舒服了很多。”

当前,中医受众逐渐年轻化,中医养生也逐渐成了主流的养生方式。在记者采访过程中,多位青年一致认为中医义诊活动应该经常举办,这种形式拉近了中医药文化与人们日常生活的距离,会让更多的人了解中医药文化。

## “中医夜市”已在全市流行

近年来,中医义诊在网络上掀起热潮。菏泽中医药文化底蕴深厚,让群众近距离感受中医药文化的独特魅力,菏泽多家医院开展了“中医夜市”活动。去年8月,“中医夜市”火爆菏泽,很多人排队一两个小时,只为让中医专家把脉问诊,给出诊疗意见。

今年,我市多家医院相继开展了“中医夜市”活动,让更多居民沉浸式体验中医适宜技术、中医诊疗服务,感受中医药文化的独特魅力。

6月16日,巨野县中医院在县人民医院广场举办了

一场别具特色的“中医文化夜市”义诊活动。活动当天,中医医生的摊位一摆好就吸引了众多群众围观。活动中,中医特色护理人员一边为群众进行健康检查,一边为他们提供耳穴压豆、肩颈按摩、针灸等中医特色技术体验,同时给出合理的治疗、健康养生等建议。

自今年5月份开始,牡丹区中医医院不断组织各科室专家,每周三到市区人员集中的地方开展一次“健康夜市”义诊活动,更好地推进“中医药文化进社区、下基层”。

为更好地满足了广大

患者的就医需求,我市多家中医医院还推出了延时服务、午间门诊服务,方便一些因工作或其他原因无法在白天前来就诊的患者,确保患者在下班后或周末时间的就诊需要。在延时服务期间,中医专家轮流坐诊日间病房,为患者提供中医特色治疗服务。

作为一项实实在在的惠民举措,“中医夜市”不仅让群众近距离感受了博大精深的中医药文化,在休闲纳凉的同时免费问诊,还通过流量传播让更多年轻人爱上中医,实现了中医药文化的“破圈”落地。

