七八十岁高龄仍坚持每周一次在紫和堂国医馆为社区居民治病看诊，面对病人询问总是笑靥如春，勤勉于临床工作之余，还与时俱进探索中医药现代化……中医大家几十年如一日地勤勉治学、严谨从医，“大医精诚”是他们最常提到的一个词，医术要精益求精，医德要高尚赤诚，正是“仁心仁术乃医之灵魂”。

8月19日是中国医师节。在医师节前夕，我们采访了紫和堂国医馆的三位中医大家，从他们数十年如一日的从医故事中，了解他们的仁心仁术，以及如何在现代生活场景中，用中医智慧维护一代又一代人的身心健康。

致敬精诚大医！

仁心仁术做“铁杆中医” 守正创新传承中医智慧

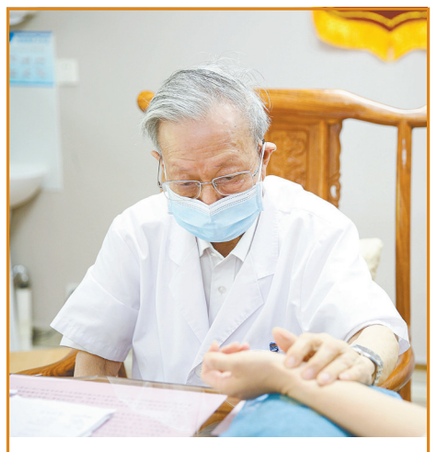
文/林清清

禤国维：广采新知 让年轻人也成为“中医铁粉”

“医者当具仁道、仁义、仁人之心。”这条“行医准则”，禤国维写在多年随身携带的小红本里。今年84岁的禤国维，仍然每周坚持来紫和堂出门诊为病人看病，总是耐心仔细地询问。

他有很多年轻“粉丝”，有只肯吃他开的中药的5岁小孩，也有从西医转向中医的海归留学生。“我也在不断学习进步，每天看报纸杂志，了解世界最前沿的知识，才能跟年轻人顺畅交流。中医与时俱进，也有越来越多年轻人接受和追随。”接受采访时，禤国维已经看了一个上午的门诊，但说起年轻人的健康问题，禤国维马上又恢复了精神，劝告年轻人，一定要注意生活方式：“现在有脱发困扰的年轻人比以前多了很多，这跟生活方式改变、生活节奏紧张，饮食结构改变有关系。像脂溢性脱发，以前往往是肺胃湿热，但是因为生活方式的改变，现在很多人在肺胃湿热之外，还多了肾阴不足、肝火过旺而致。”

目前最常见的两种脱发，是斑秃和脂溢性脱发。禤国维表示，首先要注意饮食，少吃甜的、油腻燥热的食物。其次是精神不能太紧张，注意休息，每晚10点到次日5点要好好睡觉。现在很多人黑白颠倒，违反了生物钟，就容易出现一连串的内分泌失调、免疫功能紊乱，也就容易出现斑秃和脂溢性脱发。第三，如果掉头发显著增多，发际线开始后移，应该尽早就医。“祖国医学对脱发很早就有认识，形成了一套效果不错的方法。此时尽早救治，中医保守治疗一般只需要三个月就能见到成效。若等到毛囊萎缩了才就医，治疗难度就加大了。”



禤国维

（国医大师、全国老中医药专家学术经验继承指导老师，享受国务院政府特殊津贴。被誉为“皮肤圣手”）

【出诊时间】每周六8:30-12:00（紫和堂国医馆）

勤勉于临床工作之余，禤国维还在继续探索科研。这跟现在国家提倡的中医现代化、国际化有关。“整体思维、辨证思维、平衡思维、共性思维和模式思维，这五种中医临证思维，是我目前在进行的研究。”禤国维说，“我要用现代科学的语言来阐述证明中医，中医才能够更好地传播出去，展示我们的中医自信、文化自信。”

邱健行：精攻湿热 与时俱进养治脾胃

“我经常说，人类有两个属于道德的职业，教师是人类灵魂的工程师，医师是人类健康的设计师。而我恰好都是。我也很赞同美国医生刻在墓碑上的那三句话，我们医生就是有时治愈，常常帮助，总是安慰。”已经出诊了一早上的邱健行，接受记者采访时说到医生的职责，仍然一脸神采飞扬，“天时地利人和，现在是中医药发展最好的时候，我虽然81岁了，但我还要更加努力呀！”

“岭南处于亚热带，温度高湿度大，作为后天之本的脾胃更为重要。脾胃好，健康状态就好，不容易感冒，也不容易受到新冠肺炎的侵袭。”邱健行说。

现代生活的改变，也改变了人群的脾胃状况。岭南湿热重，湿得厉害就变成浊，热得厉害变成毒，浊毒的时间久则变成毒垢，积累下去就容易出现一些难治病、危险病。就像幽门螺旋杆菌容易引起胃炎，时间长再变成萎缩性胃炎，增加了此后胃癌的风险。“今天的门诊里就有好几个萎缩性胃炎患者。他们很担心是胃癌肠癌的前兆，其实不用过于害怕，中医对此的治疗还是很有办法的。”

“我的老师邓铁涛曾说过，祖国的中医药发祥于黄河流域，发展于长江流域，创新于我们珠江领域。”邱健行说，古方也要与时俱进地发展。比如东汉张仲景治胃病，半夏泻心汤堪称第一经方。半夏泻心汤是寒热并用，七味药包括半夏、黄连、黄芩、干姜、甘草、大枣、人参。我们既要继承它，也要结合当下的实际情况进行调整。比如黄连、黄芩，体弱者、小孩、老人不一定受得了，我们可用蒲公英和地丁代替，让它更适合现代人。

邱健行

（首届全国名中医、广东省名中医、全国老中医药专家学术经验继承指导老师，被誉为“脾胃圣手”）

【出诊时间】每月第二、四周周三上午（紫和堂国医馆）

邱健行很早就提出了“岭南湿热致病学说”，目前正在全球蔓延的新冠病毒，在中医看来也是湿热毒。“在不同地区，湿热毒所占的比重也不同。在湖北武汉是寒湿为主，所以三方三药中，都离不开清肺热的麻杏石甘汤。而在我们广东寒湿不多，从一开始就是热重。可见中医对湿热的研究是非常细致、与时俱进的，现代中医仍应大有作为。”

刘小斌：西药中用 “铁杆中医”救治重症肌无力

“‘我能留给儿孙最大的遗产为仁心仁术，全心全意为人民服务。’在邓老数行手书遗嘱中，仁心仁术正是他所最珍视的遗产之一。”医师节前夕的采访中，师从邓铁涛40余年的刘小斌教授对记者感慨道，“我心中一个合格的‘医师’，要有全心全意为人民服务的理念，专业技术精益求精。我引邱仕君教授黾勉我的一句话：择一事，终一生，不为繁华易匠心。”

“重症肌无力中医专科的建立，是邓老生前遗愿之一，为此邓老把首届‘岐黄奖’所获奖金100万元，用于重症肌无力与心血管疾病的研究。”面对病人总是一脸慈祥微笑的刘小斌总在说，“重症肌无力不是绝症，可以治疗！不用闻之色变！”

根据《中国重症肌无力诊断和治疗指南》2015版、2020版，重症肌无力（简称MG）被认为是“不可治愈但可治疗”的疾病。

“脾胃虚损，五脏相关，是中医诊治重症肌无力的核心病机。”刘小斌说，中医或中西医结合治疗重症肌无力的优势在于，大部分儿童青少年及成人MG中，早发的单纯眼肌型与轻度全身型患者，无需使用类固醇激素及免疫抑制剂；而对于长期使用上述药物的患者，中医药也可起增效减毒作用。对于中度全身型、重度全身型与危象患者，则提倡中西医结合，中西药并用。

“20年了，我还是‘西药中用’。我在抢救MGFA分型Ⅴ型（气管插管）危象病患时，都没有采用激素冲击、丙球冲击、血浆置换等方法。”最近刘小斌刚抢救过一例MGFA Ⅴ型、MUSK抗体阳性的33岁女性危象患者。她在外院气管插管前后已经用了新指南中所列的各种治疗方法，然而气管插管后第12天仍不能脱机，考虑要切开气管。患者转院后获刘小斌与医院ICU专家一起抢救。“我用邓老留下的老方法，中西医协同没有切开气管。8天后拔气管插管，10天后拔胃管，患者前后住院26天出院，花费7.5万元。”就像当年邓老用红笔细细批改弟子医案论文一样，刘小斌也用红笔仔细地记下了治疗详情的批注。

刘小斌

（邓铁涛研究所副所长、国医大师邓铁涛学术继承人、享受国务院特殊津贴专家，专长于中西医结合治疗重症肌无力）

【出诊时间】每周一14:00-17:30（紫和堂国医馆）

扫码预约

门诊热线：020-80925786

门诊地址：广州市海珠区滨江东路795号3楼

悦年华：九旬老兵恰似少年 悦享晚年不惧岁月

文/林清清 李君悦 图/悦年华提供

清晨，98岁的抗战老兵陈爷爷与84岁的余奶奶手牵手坐在阳台，在青葱群山前，富氧清风中，慢悠悠地说起家长里短。自从住到悦年华颐养中心（广州越秀）（以下简称“悦年华”），他们就这样开启每一天。看着父母开心的笑脸，来探望的女儿陈老师也笑呵呵地说：“我连自己的养老生活都想好了！”

女儿前往悦年华探望父母

老兵右手敬礼左手牵你 不负国家不负卿

铁血老兵陈爷爷在悦年华的日常生活中也时常展现出柔情似水的一面。今年“八一”建军节期间，悦年华播放了系列抗战影片，陈爷爷爱国热情高涨，自豪地同大家分享起了那段峥嵘岁月。

陈爷爷是泰国华侨子弟，父母为了让他学习中文及中国文化把他送回梅州老家念书，由此接触到了中国共产党，并于1938年成为中共党员。回忆起80多年前的入党介绍人，“梁集祥！我当时的老师！”陈爷爷立即脱口而出。

陈爷爷20岁秘密加入了共产党领导的东江纵队独立第二大队，参加抗日战争，冲锋陷阵，九死一生。1945年在攻打日伪军的战争中右肩中弹，“没有用麻药就直接取出来了！”陈爷爷感慨道。随后他又参加了莱芜战役、豫东战役，并在淮海战役中荣获四等功，尽管如今的陈爷爷有一定程度认知障碍，但回忆起那段峥嵘岁月，依旧能清楚地说出当时的情景，满是自豪。

“我们兄妹都说他俩是‘老鸳鸯’！平时连洗衣做菜也要两人一起。”二老的女儿陈老师笑称。如今住进悦年华，二老依旧相依相伴，最常见的情景还是他们手牵手一同吃饭、散步、看老电影、参加益智康乐活动……连项目上的年轻护理员都羡慕不已。

今年7月陈爷爷外出就医，余奶奶在悦年华学着亲手做了一个平安符，迫切希望出院的陈爷爷收到后十分高兴，至今还把它珍藏在床头。

纪念奖章

专业照护无惧岁月 父母开心儿女放心

从广东省首条国家级登山健身步道——长岭国家登山健身步道（位于黄埔区长岭街道）入内约500米，就是悦年华颐养中心（广州越秀）。对于喜欢亲近自然的陈爷爷和余奶奶，在这里，阳光与自然是最好的疗养师。

父母的晚年如何生活，作为儿女会考虑得更为周全。原来陈爷爷生性要强不愿与儿女们同住，又找不到合适的保姆，家里七兄妹前后考察了十几家养老院。“我们就是要给爸妈优于居家养老的专业照顾。”陈老师表示，“我来这儿看了三四遍，看中的还是‘专业’。一来是政企联合有保障，二来这里的适老化空间设计还拿过奖（项目荣获2019年中国装饰设计奖“医疗空间方案类”银奖），设施配套专业齐全，工作人员专业耐心有活力，这都是居家养老难以企及的优势。”

“现在不怕养老了，我觉得住养老院是未来趋势。我连自己的养老生活都想好了！”看到父母入住后的惬意生活，陈老师的养老观念也发生了转变。“爸爸出院回到悦华年不久，我就收到了他和大家在玩乒乓球游戏的视频，这些游戏是精心设计用来提高手脑协调和反应能力的，爸爸玩得很棒，一点都不像98岁的人！”

“像陈爷爷这样的家庭，是挺典型的。”刘颜院长介绍，“随着我国老龄化程度加深，一个家庭可能同时存在自理、半自理、失能失智等不同类型长者，生活和精神上都需要有专业的照护，长者晚年的生活品质才有保障。”

悦年华团队将国际先进的专业照护理念进行本地化探索，将怀旧疗法、认知疗法、音乐疗法等根据长者进行个性化调整。“例如在七一建党百周年、八一建军节之际，通过举办一些回忆性、参与性较强的活动，既丰富了长者的精神文化生活，同时也将怀旧疗法融入其中。”刘颜表示，“我们还将传统中医和现代康复医学结合，用非药物治疗手段减缓失能程度，部分长者变化很明显，家属们都很认可。”

获国家民政部认可 入选改革优秀案例

专业放心源自实力保障。悦年华颐养中心（广州越秀）其实是广为人知的广州市越秀区东山福利院四期项目，由越秀区民政局与华润置地采用PPP模式合作，也是华润置地在广州的首个康养项目，于2020年9月入选了国家民政部颁布的《公办养老机构改革优秀案例名单》，广州市仅有2家机构入选。

项目结合了政府高信誉度和企业标准化运营的双重优势，打造出独有的“双心”颐养体系，是精准定位为服务于自理、半自理、失能失智长者的专业照护型颐养中心。

华润置地的康养业务目前已布局十多个城市，致力于为中国长者及家庭提供高品质的康养生活，用实力和行动来践行“让长者悦享美好年华”的使命初心。

悦享晚年可致电020-29116999。