

大健康观察▶▶▶

美国知名健康节目主持人奥兹讲述与中医的不解之缘

“中医药迎来走向世界最好时机”

本报记者 孙亚慧

面前的奥兹先生，彬彬有礼、笑声爽朗，聊起中医来如数家珍。

从1992年他第一次来到中国的时候开始，美国知名健康节目《奥兹医生秀》的主持人迈哈亚特·奥兹，就萌发出对中医药浓厚的兴趣与喜爱。几十年来，这位在美国近乎家喻户晓的名大夫也在寻找一种途径，让中医与西医更好对话，以实现保健与治疗的目的。

近日，奥兹来到北京。在这个于他而言拥有特别意义的城市，奥兹向记者讲述了自己与中医药之间的这段奇妙缘分。

“中国为世界贡献了许多宝贵财富，中医药便是其中之一”

1992年，当奥兹第一次来到中国的时候，曾亲眼目睹老中医为患者号脉、检查患者的舌头，东方的传统医学令他着迷。

当时，以美国哥伦比亚大学交流使者的身份来华的奥兹，前往北京阜外医院与中国医生共同探讨心脏病的手术治疗。或许他本人也未曾想到，那一次来到中国，最大的收获竟是与中医有了一段不解之缘。

“中国为世界贡献了许多宝贵财富，中医药便是其中之一。”奥兹如是说。尽管发源于中国，但在在他看来，中医的许多理论与治疗体系可以在世界范围内适用，他相信，会有更多人接受中医疗法并喜欢上这种有别于西方医学的诊疗方式。

面前的他，一如主持《奥兹医生秀》时的侃侃而谈。这档风靡全球110多个国家的知名健康节目，拥有不少粉丝，而他本人也是美国心脏手术领域的知名专家，长期专注于心血管疾病、健康管理等领域的研究与实践。

从20多年前那段跨越太平洋的缘分开始，奥兹就慢慢爱上了中医药文化，他还曾专门来到中国，录制中医药的相关节目向全球介绍中医奥秘、介绍中国的健身文化。那时候，他还饶有兴致地体验和学习了太极拳，一招一式颇带着几分东方神韵。

“西医并不能够解决所有问题，比如‘为什么人会感到疲倦’”

有着悠久历史的中医药为何让奥兹



2019年11月24日，奥兹先生在北京国医堂了解中草药知识。

受访者供图

如此着迷？他告诉记者，相较于西医，中医可以从另一个角度来帮助人体进行自我修复和疾病预防。“西医并不能够解决所有问题，比如西医没有办法回答我们‘为什么人会感到疲倦’。中医讲究人要保持‘阴’和‘阳’之间的平衡，人体所感的舒适也与之有关。很多西医回答不了的问题中医其实可以给出一些答案。”

放眼世界，如今有越来越多的人开始接受和使用中医药。在奥兹看来，中西医之间固然有诸多不同之处，但在对患者的诊治过程中有时可同时进行、互为帮衬，帮助患者重获健康。

在美国，虽然越来越多的人正在了解和尝试中医，但比例仍相对较小。但奥兹始终对中医药在美国的发展充满信心，在他的身边，使用诸如针灸等传统中医诊疗方法的朋友的数量也一直在增长。“加强中西医药的合作将更好地改善许多人的健康状况，美国文化提倡的也是兼容并包，我们都希望能为家人提供最好的照护。因此，我相信中西医终有一天会成功‘联姻’，一些制定有严格标准的企业很可能会成为这个过程中的

助推器。”

“随着对中医药治病原理挖掘的不断深入，国内外认可度也会越来越高”

一个不可忽视的事实是，在中国国内，关于中医药疗效到底有多大的讨论，始终在进行。

面对一些质疑中医的声音，奥兹认为，中医药在发展进程中还应进一步重视对于药理方面的研究，这能够让公众更好地理解中医药的工作原理，揭开“神秘面纱”。

“近年来，中国政府在中医药的病理性研究中投入了更多的人力物力，重视程度也与日俱增，这是一个特别好的趋势。随着对中医药治病原理挖掘的不断深入，国内外认可度也会越来越高。”奥兹说。

2019年5月，第七十二届世界卫生大会审议通过《国际疾病分类第十一次修订本（ICD-11）》，首次纳入起源于中

医药的传统医学章节。外感病、脏腑证等中医证名称，成为国际疾病“通用语言”，堪称中医走向世界的里程碑，也是中医药在国外得到越来越多认可的明证，这让奥兹也感到非常振奋。“中医药已经迎来了走向世界的最好时机。”他说。

与此同时，中国的健康中国发展战略，更让他看到了“他山之石”的契机。奥兹认真算了一笔账：“改善健康方面投入1美元，预计可以节省3美元的医疗保健费用，这种投资非常划算，美国应该学习。中国致力于提高全民健康水平，在实施‘健康中国’计划中所付出的努力、得到的经验非常值得在美国推广。”

这位与中医有着深刻缘分的美国医生，已经开始计划新的一年里的行程，他的语气中满是兴奋和期待。“每次来到中国，我都会学习更多的东西。每一年，我都尝试去体验中医药中新的内容与不同部分，现在我比以往任何时候都更加兴奋。”奥兹说，“在向世界传播中医药这一中华民族瑰宝的进程中，我能做的还有太多太多。”

新视野▶▶▶

这是一则可能引发近视镜片生产商心理不适的消息。

据媒体报道，四川省广元市利州区有一所乡村小学——范家小学，只有51名学生，但没有一名学生戴眼镜，反倒是14位教师中戴眼镜的有9人。

这真是跟人们平时的认知大相径庭。笔者的小孩上小学四年级，他们班35个孩子，有10个戴上了近视眼镜。这个比例和国家调查的数据差不多对上了。

国家卫健委去年公布的2018年儿童青少年近视调查结果显示：总体近视率为53.6%，其中6岁儿童为14.5%，小学生为36%，初中生为71.6%，高中生为81%。

数字看着挺不好受的，但是很多家长觉得这又是难以避免的。“小眼镜”现象至少已经讨论了30年。尤其现在，各类电子产品、移动终端快速普及，孩子们的视力健康面临着新的威胁：一些孩子玩手机玩游戏成瘾，空余时间几乎离不开手机；一些老师布置作业高度依赖平板电脑，使之成为“题海战术”的载体；一些校园推进信息化建设，结果连原本动手动脑的课外实践也离不开显示屏……

所以说，范家小学不过是例外？非也。这里的学生上课时，望着电子白板，人手还有一台平板电脑，每间教室里一台电脑，供查阅资料。

但是，一方面，电子产品的使用是有管理的，平板电脑大多数时候用于教学，课后老师们会收起来统一管理。

另一方面，也是最重要的，“除了每天上课的5个多小时和睡觉的11个小时，孩子们可以任意在室外玩耍。如果是上午，在教室里做完眼保健操后，孩子们要到操场上跑步、做体操。即使是上课，也有1/3的课是在室外，包括体育课、自然观察、乡土课程。”

原来，范家小学的学生不戴近视眼镜的秘密并不新鲜，都是常识：参加户外活动，保持充足睡眠，多接触大自然。

那么，他们的学习耽误了吗？据报道，在全区30多所小学里，范家小学能够排到中上游。另外，2019年秋季开学时，这里还迎来了从外地转来的11名学生，有的父母甚至在学校附近的村子里租下房子陪读。

目前，青少年近视防控已上升到国家战略的高度，这不仅是健康卫生问题，也影响到国计民生。学生近视问题，不但严重影响孩子们的身心健康，而且关系到国家和民族未来。综合防控儿童青少年近视是一项战略工程、系统工程、民心工程，需要各方共同长期努力，共同呵护好孩子们的眼睛。

近年来，各地在预防青少年近视问题上，也在想办法，积极应对。比如，电子作业需要报备且不超过20分钟、使用APP布置作业被视为教学事故、学习使用电子产品时间控制在每天30分钟内……

这些举措都属于减法，预防近视，还需要多做加法，让孩子们的目光所及更多是绿树和蓝天。如何在保持一定强度的学习和增加户外活动之间走好平衡木，这也许就是范家小学带来的启示吧。

这个班的同学为啥没人戴眼镜

熊建

医声▶▶▶

2019年度十大医学新闻发布

阿尔茨海默症新药获批等事件获评

本报北京1月13日电（记者熊建）2020年中国医师协会年会日前在北京召开。期间，在中国医师协会指导下，由多家机构共同发起的2019年度“十大医学新闻”、“十大医学进展/成果”评选活动公布结果。

此次十大医学新闻的评选，系由医学要闻、中国医师、丁香园、医视屏等多家机构联合发起，经过近1个月时间，5000多名医师投票而选出的行业热点事件。

获奖的医学新闻中，包括中国团队原创的治疗阿尔茨海默症新药获批；授予屠呦呦、都贵玛和顾方舟国家勋章和国家荣誉称号；施救者免责，可拒绝出示医师资格证；国家卫健委公布首批《严重危害医疗秩序被联合惩戒》典型案例；对主要从事临床实践的医生和主要从事科研的医生，建立更为科学、可行的评价体系；国务院常务会议决定，对21个罕见病药品降税；署名为首都医科大学校长饶毅的举报信实名举报学术界三位教授论文造假；国家自然科学基金提名书取消填报“SCI他引次数”的硬性规定；科研出版（医学）学术监察委员会正式成立等多个引发社会热议的卫生健康领域相关新闻上榜。

“十大医学进展/成果”的评选由中国医师协会各二级分会及相关媒体、机构推荐，经专家评选确定。

健康扶贫在行动▶▶▶

为边疆群众筑起三道医疗“防火墙”

云南弥渡：健康扶贫有力度

石玉 臧利民

近年来，云南省弥渡县通过提升医疗保障水平、实施分类精准救治、提高医疗服务能力、加强公共卫生服务等手段，让贫困群众看得起病、看得上病、看得好病、防得住病，确保贫困群众健康有人管、患病有人治、治病能报销、大病有救助，为打赢脱贫攻坚战提供强有力的健康医疗保障，切实为群众健康筑起一道道“防火墙”。

除近忧

弥渡县德直乡太平村的彝族贫困群众罗富某，不久前得了急性胃肠炎，同时又患有高血压。他在新修建的村卫生室输了几天液后就康复了，同时还开了一个疗程的高血压药带回家服用。

“我们这里离县城很远，山高坡陡，到城里看病非常不方便，自从村里新修卫生室后，随时都有医生上班，看病比过去方便多了，药费也可以报销一部分。”太平村的村民说，以前村里有卫生室，但医生经常不在村卫生室，村民患小病得跑到20多公里外的乡卫生院或60公里外的县里治疗，十分不便。

德直乡太平村村医香珍则无奈地说：“过去村里的卫生室只有一间房，用来放药品和打针，自己是外村人，既没地方

住，又没地方煮饭。乡村医生补贴低，每天步行很远在家和卫生室间奔走，经常关门停诊也是无奈之举。”

2017年，村里新建了卫生室，是座美丽的独立小院，环境非常温馨，字香珍经常吃住在卫生室，极大地方便了找他看病的群众。

近年来，为严格压实精准健康扶贫、便民惠民措施，让群众方便看病，弥渡县加大村卫生室基础设施建设力度，采取州级补助一点、县级财政安排一点、乡村筹集一点的方式来实施，共投入1680多万元实施了57个村卫生室新建或改扩建项目，全县89个村（社区）均有标准化卫生室，卫生室面积均在60—180平方米。诊断室、治疗室、公共卫生室、药房规范分设，常用药物种类配备齐全，有效解决了群众看病难题，实现了群众看病不出村。

弥渡县还夯实了家庭医生服务制度，建立健全了家庭医生团队管理，组建家庭医生签约团队234个，签约家庭医生509人。

去远虑

2019年2月，弥渡县弥城镇贫困群众庄某祥在院子里突然跌倒，被家人送往县

人民医院治疗。医生告知他病情较重，建议他到省里进行全面检查和治疗。家属担心省里人生地不熟，不知去哪里治疗，而且治病可能需要好几万元费用。县人民医院的医生帮他联系了省第二人民医院的专家，安排了转诊，并告知他看病还能享受报销。

庄某祥在省第二人民医院进行系统检查，诊断为颅内动脉瘤破裂蛛网膜下腔出血。医院立即进行手术抢救，经过26天的康复治疗，庄某祥脱离了危险。他住院共花去19.8万余元费用，通过“新农合”保险和县里统筹的大病保险、医疗救助共为他报销了18.9万元的医疗费，自己仅支付9512元。

弥渡县制定措施，将“让群众看得起病”作为健康扶贫的重中之重，采取建档立卡贫困户100%参加“新农合”保险和大病保险，个人缴费部分由各级财政给予定额资助，且先诊疗后付费。

目前，弥渡县的建档立卡贫困群众看门诊，一般诊疗费由基本医疗保险基金全额支付。普通门诊基本医保年度最高报销限额比其他城乡居民提高了5个百分点，对持有特慢病卡的28种慢性疾病门诊的报销比例提高到80%—90%。而病情较重、进行转诊转院的群众，在其通过基本医保、大病保险、医疗救助报销费用后，

报销比例达不到90%、其个人年度支付医疗费用仍超过当地农村居民人均可支配收入的部分，则由财政兜底解决，实现了群众住院医疗费用实际报销比例高达90%，真正让群众看得起病。

解心愁

2018年11月，家住寅街镇的张大哥像往常一样去上班，不幸途中遇到车祸，被及时送到弥渡县人民医院外二科诊疗，经诊断为左侧肋骨中下段、肋骨上段骨折，右外踝、后踝骨折。

张大哥入院期间，恰逢对口帮扶弥渡县的上海浦东新区周浦医院派驻骨科副主任王明辉副主任医师到弥渡县人民医院蹲点帮扶。王明辉和县人民医院医生组成手术团队，为张大哥实施了手术。术后张大哥恢复良好，5天后就能拄拐下床行走。张大哥及家属对治疗效果非常满意，当面给王明辉送上了感谢信。上海周浦医院和弥渡县人民医院合作开展复杂性骨科手术，是弥渡县健康扶贫工作中的一个典型案例，通过大医院对口帮扶医疗互助，使得当地群众看得好病。

近年来，在各级党委政府的关心和部署下，弥渡县通过强化人才队伍，医疗设备等自身建设来提升医疗水平，与上海周浦医院和大理大学附属医院开展结对帮扶工作。实施了订单定向免费医学招生计划，成功引进了1名医学类专业全日制硕士研究生到县人民医院工作。

弥渡县还积极争取到上海联影公司的援助项目，引进了新型医疗设备。并通过大医院分批派出短期医疗队、长期驻院医学专家、开通远程专家会诊诊疗系统、开通重大疾病转院绿色通道、转院治疗一站式结算系统等办法，大医院与弥渡县人民医院间实现了无缝对接。