

# 守住中医学的灵魂

中医科医师 赵小华

整体观念和辨证论治是中医的特色，中医的灵魂，中医的整体观念是从宏观思维入手，望闻问切，整体看待疾病，而辨证论治是中医临床独有的认识论和方法论。

整体观念，包括内在和外在，首先把人看做一个整体，内在五脏六腑的统一性，完整性，外在人的自然/社会属性，也不允许脱离社会与自然，所以必然存在人与大自然，人与人，人体五脏六腑关系，不能孤立存在，这一整体观念指导中医学不能单纯脾大切脾，哪有肿瘤切哪，哪有炎症消哪。更不是头疼医

头，脚疼医脚。要通过阴阳表里寒热虚实气血津液辨证，个性化治疗。举例头痛，分六经辨证，手足三阴三阳。眉棱骨疼痛，阳明经；巅顶疼痛，厥阴肝经；两侧疼痛，少阳经；后脑勺及颈项部疼痛，太阳经。通过辨证论治，这一具体操作，使得方药得当，使人体尽快康复。与此同时会出现同病异治，举例感冒，同样是上呼吸道感染，却有风寒风热暑湿之别。可用麻黄桂枝散寒解表，桑菊银翘板蓝根清热解表，藿香正气祛暑湿解表。同样是失眠，有的人思虑过度，心脾两虚，需要健脾养心；有的人胃火太盛，胃火扰

心，需要清胃火，晚饭少食；有的人心肾不交，需要交通心肾，清心火，滋肾阴；有的人痰湿太盛，需要健脾祛湿。虽同是失眠，辨因不同，故方法不同，而治疗效果相同。同理便秘，要区分寒热虚实脾肾阳虚。异病同治，举例胃下垂，子宫下垂，胸闷，通过辨证均属中气下陷。补肾可采用补中益气，升提中气的方法，并取得不错的治疗效果。

所以，不存在一方治百病之说，辨证论治关键在于，辨证准确。在中医临床中，只有守住中医灵魂，才能成为一名优秀的中医。

## 最美的时尚

“爱在左，情在右，在生命的两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途点缀得花香弥漫，使得穿花拂叶的行人，踏着荆棘，不觉痛苦，有泪可挥，不觉悲凉！”这段话是冰心女士对护士工作的诗意解读。

有这么一群人，在手术室捧起清晨的第一掬阳光，崭新的口罩在他们柔软的皮肤舒展，蓝色帽子作为他们黑色秀发的点缀，绿色的工作服承载着救死扶伤的誓言，他们就是手术室护士。

他们身着洗手衣，忙碌在神秘的手术室里，直到病人出院，也没有几个人知道他们是谁，无数个阳光灿烂清晨，他们忙碌地为手术做准备，无数个不眠不休的夜晚，他们与医生并肩作战，挽救患者的生命，每天手术一台接一台，日复一日，年复一年，容颜也许老去，可目光依然那样专注，不敢有丝毫的松懈。虽有辛苦、劳累、汗水，却是无怨无悔！

虽然看不到彼此的脸庞，虽然听不到彼此的心跳。但无言的默契，却传递着生命的力量，即使只看到彼此的双眼，仍然能传递情深意长。为了你，忘记了我自己。

这是我们天使般，最美的时尚。

(手术室副护士长 杨乐)

当大地渐渐褪去绿装，草原开始披上金黄，随着秋风徐徐吹来，旷野变得五颜六色，桦树林中，山谷之间，如梦如幻，呼伦贝尔不是仙境胜似仙境……当您去过秋天的呼伦贝尔，您会彻底爱上这片大草原。蓝天、白云、草原、湖泊、小镇、村庄……所有的一切，都是那么地辽阔。站在这片土地上，心胸也变得无比开阔，幻想着自己成为一个真正的牧民，在马背上豪情万丈地放声歌唱；或者成为一只搏击长空的雄鹰，自由地翱翔在蔚蓝的天空。呼伦贝尔做为中国最美的草原之一，每当到了金秋，秋草渐黄马长膘，桦林尽染竞妖娆，大兴安岭和草原掩映，层林尽染，碧翠流金，白桦林紧紧依偎，让秋天的这里，定格在油画般的童话世界里……

汽车驰骋在中国的洲际公路——呼海大道上，它是一条横穿内蒙东西向的大道，一路上风景如画，开始映入眼帘的还是绿意盎然的田园风光，过了一个山口，远山旷野中的丛林灌木陡变金黄，蓝天白云、草原骏马不时在视野里匆匆掠过，风吹草低，牛羊悠然。

车辆经大兴安岭的腹地柴河、呼伦贝尔草原、额尔古纳河中俄界河以及阿尔山原始森林，由南向北沿着俄罗斯和蒙古国的边界线行驶，旅途的人们欣赏着迷人的草原风光，感受着草原民族的风俗，追寻中国最美的秋色。

阿尔山，中国最小却最美的城市。阿尔山不是山，是蒙古语的音译，全称为哈伦·阿尔山，其意思为“热的圣泉”。它低调美丽却鲜为人知，不仅一年四季风景如画而且还隐藏着中国的几大“之最”。它是全国人口最少的城市，也是全国人均森林覆盖面积最高的城市，同时也是中国

唯一一座集火山、冰川、草原、温泉、森林、探险、人文古迹于一体的城市。阿尔山火车站始建于1937年，是一幢保存完好的二层日式建筑，它的一侧还保留着半圆形尖顶的碉堡，远看就像是农村里的“粮囤”，至今整个火车站仍在使用中，是内蒙古的重点文物。这可能是中国小火车站中最漂亮的一个了，有点象瑞士的小站。黄昏时在站上看夕阳，落日熔金，天幕四合，小站笼罩在一片柔和朦胧的光影里，如梦如幻。

阿尔山到底有多美？当您踏入阿尔山国家森林公园的那一刻，所有对美景的幻想，才真正拉开序幕。公园内的河流有三条，即哈拉哈河、柴河、伊敏河，还有许多湖泊。植被类型属寒温带针阔混交林，最具代表的植被是兴安落叶松群种的针叶林。野生植物资源非常丰富，松柏苍苍，流水潺潺，芳草萋萋，山花烂漫。奇松怪石遍布脚下，鸟语花香充满空中。错过了五月杜鹃湖绽放的灿烂花海，但天池的袅袅氤氲、石塘林的奇

峰险峻，三潭峡的神奇灵秀，杜鹃湖的游鱼梭动，都是罕见的动人景致。走在错落有致的松木栈道上，脚踩着松松软软的落叶，呼吸着富含负氧离子的清新空气，好像徜徉在金色的童话王国，心旷神怡，神思飘逸。哈拉哈河中多小岛、沙洲，水清流急，上游河段与一系列火山堰塞湖连接，风光独秀。

阿尔山有两个天池，阿尔山天池居全国第三，特征是池水周边封闭，无进水口和出水口，久旱不降，久雨不溢，池畔山峦环绕，风光别具，古松、白桦高耸，草木五彩斑斓，一泓碧湖，水波不兴，景色万千，构成了天池独特的自然景观。驼峰岭天池要比阿尔山天池大很多，金秋时节，天池周边的山林层次丰富，色彩绚丽，别具一格。池水如镜，蓝天白云青山绿树倒映，就像一泓最靓丽的宝石蓝泼洒在阿尔山的多彩画板上，留下浓墨重彩的一笔，美得令人惊艳。

石塘林是亚洲最大的火山岩溶地貌，为第四纪火山爆发的地质遗迹，是亚洲最大的近期死火山玄武岩地貌，地质构造、土壤、植被、生物区，均保持原始状态，生物多样性，再现了低等植物到高等植物的演替全过程。经过千年风化和流水冲刷，裸露的火山石形成了大小不等、凹凸不平、独具特色的自然地貌。怪石嶙峋，姿态各异，大自然的鬼斧神工雕琢成了犹如波涛汹涌的熔岩海洋，有翻花石、熔岩洞、熔岩丘、喷气锥、熔岩龟背、地下暗河等神奇的景观。塘内寸土不积，但落叶松高大挺拔，高山柏高达数丈，偃松苍翠欲滴，金星梅、银星梅长开不谢，金黄银白交相映放……石与林相依，花与草相融，清流时隐时现，处处景色盎然，令人目不暇接，叹为观止。

三潭峡位于哈拉哈河的上游，河水在石塘林地下潜流10多公里后流出地面，形成一段别具特色的峡谷。峡谷右岸为玄武岩熔岩台地，左岸是陡峭的山峰，火山熔岩布满河谷，这里的河床坡度大，湍急的哈拉哈河从河谷穿过，珠飞玉卷，长约3公里的峡谷中依次分布着深不可测、波平如镜的卧牛潭、虎石潭和悦心潭三处潭水。傍晚，绚烂的火烧云倒映在乌苏浪子湖，湖光山色相得益彰。空气里弥漫着花香与青草的气息，当之无愧是中国最美的森林公园。

秋天，明黄的森林、金色的麦浪和多彩的落叶，配上金灿灿的阳光，尽显生命的华章，秋的美色在这里得到完美的释放。

(护理部主任 张如莘)

## 摄影欣赏

## 书画院

摄影 / 靳燕华



峰险峻，三潭峡的神奇灵秀，杜鹃湖的游鱼梭动，都是罕见的动人景致。走在错落有致的松木栈道上，脚踩着松松软软的落叶，呼吸着富含负氧离子的清新空气，好像徜徉在金色的童话王国，心旷神怡，神思飘逸。哈拉哈河中多小岛、沙洲，水清流急，上游河段与一系列火山堰塞湖连接，风光独秀。

阿尔山有两个天池，阿尔山天池居全国第三，特征是池水周边封闭，无进水口和出水口，久旱不降，久雨不溢，池畔山峦环绕，风光别具，古松、白桦高耸，草木五彩斑斓，一泓碧湖，水波不兴，景色万千，构成了天池独特的自然景观。驼峰岭天池要比阿尔山天池大很多，金秋时节，天池周边的山林层次丰富，色彩绚丽，别具一格。池水如镜，蓝天白云青山绿树倒映，就像一泓最靓丽的宝石蓝泼洒在阿尔山的多彩画板上，留下浓墨重彩的一笔，美得令人惊艳。

石塘林是亚洲最大的火山岩溶地貌，

为第四纪火山爆发的地质遗迹，是亚洲最大的近期死火山玄武岩地貌，地质构造、土壤、植被、生物区，均保持原始状态，生物多样性，再现了低等植物到高等植物的演替全过程。经过千年风化和流水冲刷，裸露的火山石形成了大小不等、凹凸不平、独具特色的自然地貌。怪石嶙峋，姿态各异，大自然的鬼斧神工雕琢成了犹如波涛汹涌的熔岩海洋，有翻花石、熔岩洞、熔岩丘、喷气锥、熔岩龟背、地下暗河等神奇的景观。塘内寸土不积，但落叶松高大挺拔，高山柏高达数丈，偃松苍翠欲滴，金星梅、银星梅长开不谢，金黄银白交相映放……石与林相依，花与草相融，清流时隐时现，处处景色盎然，令人目不暇接，叹为观止。

三潭峡位于哈拉哈河的上游，河水在石塘林地下潜流10多公里后流出地面，形成一段别具特色的峡谷。峡谷右岸为玄武岩熔岩台地，左岸是陡峭的山峰，火山熔岩布满河谷，这里的河床坡度大，湍急的哈拉哈河从河谷穿过，珠飞玉卷，长约3公里的峡谷中依次分布着深不可测、波平如镜的卧牛潭、虎石潭和悦心潭三处潭水。傍晚，绚烂的火烧云倒映在乌苏浪子湖，湖光山色相得益彰。空气里弥漫着花香与青草的气息，当之无愧是中国最美的森林公园。

秋天，明黄的森林、金色的麦浪和多彩的落叶，配上金灿灿的阳光，尽显生命的华章，秋的美色在这里得到完美的释放。

(护理部主任 张如莘)



## 有一种秋天叫呼伦贝尔(一)