

中国传统中医针灸技法已传播至183个国家和地区，国外研究步伐正在加快，从业人员超过30万，目前应用范围还在扩大——

古法针灸演绎的现代故事

本报记者 韩 霖

医诊新界

2月17日，周五，北京中央商务区(CBD)的高楼群中，人们行色匆匆。

当记者走进位于光华路上一个闹中取静的小区大厦顶层艾灸馆时，顿感与喧闹的街区相隔开来，艾香氤氲、音乐舒缓，精神也随之放松。这家艾灸馆约300平方米、5个房间，放置10张艾灸熏蒸床，可提供熏蒸、按摩、中药贴敷、艾灸整套保健服务。经营这家艾灸馆的庞建宁大夫自我介绍是“马氏”艾灸的传承人，师从名医。“我们每天大约接待10位至20位客人，来之前需要预约，一次费用300元左右，客人以高收入人士居多。”庞建宁说。

经常来这里做艾灸的刘女士在附近上班，工作间隙常来这里放松，“长期伏案，颈椎不好，来这里做了一段时间效果很明显。”她还把朋友家人也介绍到这里。2011年庞建宁来北京创业前已经在深圳干了14年艾灸，他告诉记者，现在热衷于艾灸的人越来越多，他的客人主要以改善睡眠、缓解腰颈肩疼痛、抗疲劳等问题为主。

针灸的用途现在已远不止这些。“感冒不一定要输液、用抗生素，扎个针、放点儿血、拔个罐，也可以很快解决问题。”世界针灸学会联合会主席、中国针灸学会会长刘保延向记者介绍针灸的适用范围，“中医科研院针灸研究所用针刺的方法和灸法治疗卵巢早衰，现在病人很多。每天限号80个，还是有很多人挂不上号。在全国已建立了针灸治疗卵巢早衰联盟，目前有几十家单位加入”。

仅在北京，像庞建宁这样的灸疗馆就有300多个，分布在城市的大街小巷。工作之余，做个按摩、拔个火罐、做个艾灸，成为不少人的选择。

谁在做？

“针灸最缺的就是人，针灸方面的专业人员太少了。”刘保延更关心针灸人员的培养。

他认为，现在针灸人才的培养有很大问题。针灸培养至少应该分成两个层次，一个是医生层次，一个是技师层次。现在培养的人基本上都在医生这个层次，技师这个层次非常欠缺。原来针灸、拔罐、贴耳洞、取针都是护士做，实际上这些工作都应该由技师去做，但我们缺乏这方面的人才。

从针灸人才培养看，在我国，要成为一名针灸医生，需要经过大学5年的正规教育，再加上3年的硕士阶段。目前在医院里从事这方面工作，学历都不行，必须是博士，加上3年博士学习，总共需要11年的培养。

在国外，针灸师相当于技师，一般需要1000多个学时的培训学习，少的300多个学时，通过考试，就可以拿到执照。国外的针灸师是可以扎针的，但我国法律规定，只要是破皮进入人体的诊疗方式，必须是医师来做。正是由于门槛高、要求严格，我国这方面的从业者缺口很大。

庞建宁在深圳时参加了由市里卫生部门组织的考试，在北京执业，由于没有专门的艾灸从业资格证，现在所持有的还只是按摩师证。“在国内，中国针灸学会目前注册的2万多人，都是医生。实际上，在医院这个层次上从事针灸的人员，有四五万人。在民间的健康服务业中，使用针灸、拔罐、刮痧的人员大有人在，实际数字远大于统计数据。”刘保延介绍。

记者了解到，世界针灸学会联合会已成立30年，到现在为止，有192个团体会员，涉及53个国家和地区。初步统计，目前，国际上有183个国家和地区使用针灸疗法，涉及针灸人员近30万人。

上图 庞建宁正在自己的艾灸馆为客人按摩。抽空接受按摩、针灸等保健服务已经成为很多上班族的休息方式，在北京就有300多家艾灸馆。

右图 针灸也在走向智能。图为不久前世博会的“华夏中医药针灸智能系统”，可以用于家庭保健。 韩 霖摄

谁在用？

针灸“走出国门”后，正在发生很多变化。刘保延根据世界针灸学会联合会掌握的情况分析认为，现在国际上针灸出现了一些明显变化。以前使用针灸主要集中个人诊所，现在已经开始从诊所走向医院，很多大医院的补充替代医学中心都有针灸，不仅治疗痛症、神经系统疾病，还用在生殖系统疾病、肿瘤上。

另一个趋势就是从临床研究逐渐向基础研究深入。以前国外对针灸质疑居多，现在不少国家已开始加入到研究行列，国际上的针灸临床研究报告也逐年增加。包括专门从事脑功能成像的团队、研究细胞分子的团队都开始关注针灸。

还有一个趋势是立法方面，国外在针灸方面的立法比中医要多很多。不少国家认为针灸和中医是两回事。从原来的没有人管、非法，到现在已经有了立法，使针灸这种趋势很明显。

中国中医科学院针灸研究所研究员黄龙翔介绍，美国军方把针灸作为美国士兵战时保健的装备。“我们把美国的主研人员请到针灸研究所来介绍他们的研究

工作。在治疗战争焦虑症方面，他们发现耳诊很有用。”

国外比国内更重视针灸针具的改良。刘保延曾在日本专门参观过青林针厂，印象深刻。“那是个很小的厂子，都是机器人操作，该厂生产的针灸针数量已经占据全世界针灸市场半壁江山。”

2016年11月份，世界针灸学会联合会在日本召开世界针灸大会，有2000多人参加。让刘保延意外的是，参会人员绝大多数都是西方人。“这是很大的变化，针灸已经不是华人的专属。”西方对针灸的理解完全不同于我们的方法和理论，很多人提出“西方针灸”，阐述西方针灸理论。

无论是器具方面、研究方面，还是应用范围，国外开拓了很多针灸的新领域，甚至做得比国内还好。这种趋势对针灸发展来说，是难得的机遇，但是对我国作为针灸发源地提出了严峻挑战。走向世界后，对针灸的研究应该站到新起点上。

谁在变？

如果说简、便、验、廉是中医的优势和吸引力所在，国外情况却并非如此。中国针灸学会副秘书长刘炜宏介绍，目前针灸

下图 在中国中医科学院针灸所的展厅，陈列着我国历代教学所用的“铜人”，已成为珍贵文物。 韩 霖摄



延伸阅读

从国礼看针灸标准化

韩 霖

影响。它也成为针灸学的一个象征，甚至被认为是中医的标识。

韩国和日本根据宋代标准也绘制了铜人图、仿制铜人，还被尊为国家的国宝、重要的文化财产。今天的针灸教学上使用的针灸模型，是对古人针灸铜人的继承和发扬，在针灸教学中发挥着不可替代的作用。

最早的宋代铜人有354个穴位，穴位数量是根据国家标准规定的，每个朝代的国家标准穴位数有所不同，今天的标准是361个。针灸之所以发展到有183个国家和地区都在使用，很大程度上跟早期对其重视的标准规范分不开。

现在的针灸穴位虽然也有增减，基本上与原来出入不大。

我国在中医药方面的国家标准有30多项，其中有28项是针灸标准，针灸的国家标准占整个国家标准的85%以上。

针灸为什么要强调标准化、规范化？怎样将二者结合起来？刘保延认为，穴位的定位、命名、主治范围是一定的、统一的。根据自己的经验学习不同的穴位、不同组合的时候，是可以个体化的，这两方面不矛盾、不冲突。只有把这两个方面有机结合起来，中医针灸才可能应用得更好。

传统医学不是压箱宝

雨 齐

前些时候，维基百科把针灸列为“伪科学”词条。究其原因，很重要的一点，就是在国际科学界和国际科学舞台上，国人还缺少话语权，缺乏需要更有说服力的研究成果。

不仅如此，国外甚至提出了“西方针灸”的概念，在理论研究上出现独树一帜的趋势。显然，国外的一些研究成果其创新性已经超过国内。

更让人感到意外的是，就连针灸用的针具我国现在大多都要依靠进口，足见我国在研究、应用、针具制造方面亟待加强。

一方面，我们为针灸走向世界，惠及更多民生感到欣慰，为针灸这种中医传统疗法受到全世界认可而振奋。另一方面，作为发源地国家，也应秉持奋发有为、减少争议、加强研究的态度。“民族的”成为了“世界的”，必然是很大进步，让“民族的”领先成果惠及更多民生，更是我们应该作出的贡献。毕竟，我们有几千年传承的经验，不能让这些宝贵资源仅仅成为压箱宝。对待传统医学我们更加需要唯实的科学态度，让古老医学利用现代技术焕发新生机。在科技如此发达的今天，坚守已不够，研究正当时。

健康漫笔

在里约奥运会上，美国游泳运动员菲尔普斯身上的火罐印记，引起了世界上对中医适宜技术的关注，针灸更是其中被认可程度最高的一项。

世界卫生组织在2014年至2023年的传统医学战略报告当中，通过对120个团体会员调查显示，其中103个国家都使用针灸，20多个国家有针灸立法，18个国家把针灸纳入医疗保险。针灸在所有传统和替代医学中使用最广泛。现在针灸已经传播到183个国家和地区，正在为全世界人民的健康服务。

在发达国家，针灸以其明显的疗效和

爱尚体育

经过近24小时的舟车劳顿，16岁的柏昊源终于从河北沽源回到了江苏常州，可他的心却还停留在北方广袤的雪地上。柏昊源的手机里存着不少壮观的冰雪照片。回味在雪地里“玩嗨了”的时光，他觉得一切付出都是值得的。

这个冬天，这位追风少年第一次来到张家口市体育局、沽源县人民政府共同承办的全国青少年“未来之星”冬季阳光体育大会河北分会场，代表江苏队参加五人制雪地足球比赛。这也是江苏首次派队参加冬季阳光体育大会。

本报记者

韩秉志

“千里冰封，万里雪飘”。对于长期生活在南方的青少年来讲，冰雪非常有吸引力。虽然天气寒冷，但是柏昊源和他的队友们对比赛的热情丝毫未减。司职前锋的柏昊源在比赛中一共打进了9粒球，帮助江苏队勇夺冠军。

“在雪地上踢球还是第一次。相比在普通场地踢球，雪地踢球更滑，一些平时可以使用的技术动作，在雪地上不太好实现，但总的来说雪地足球确实别有一番乐趣，回味无穷。”柏昊源说。

随着北京2022年冬奥会脚步的临近，青少年冰雪体育越来越受到重视。一系列国家级和省级青少年冰雪体育活动轮番上阵，这既是有关部门的“有意为之”，也有“水到渠成”的必然性。在主动与必然之间，我国深厚的冰雪运动底蕴和蓬勃开展的冰雪活动形成的“磁场效应”正在显现。

“阳光体育大会的前身是小型冬令营，但现在已逐渐发展成冬季全国性青少年大型综合类体育活动，且社会关注度一年高过一年，内容更丰富，效应更明显。”国家体育总局青少年体育司司长刘扶民说。

不过，类似冬季阳光体育大会这类体验式活动，只能让更多青少年对冰雪运动有基本的认识和兴趣。要保持热度，还需在当地有开展冰雪运动的场所。柏昊源坦言，在家乡，由于硬件设施欠缺，平时很难参与冰雪运动，想长久保持热情确实很难。

2016年11月份，国家体育总局等四部门联合下发的《冰雪运动发展规划(2016—2025年)》明确提出，到2025年，要实现直接参加冰雪运动的人数超过5000万人，并带动3亿人参与冰雪运动，冰雪产业总规模将达到1万亿元。这其中，青少年既是未来冰雪运动的主力军，更是整个冰雪事业“金字塔”的基础。无论是发挥冰雪资源和传统优势，实现“3亿人上冰雪”的目标，还是发展冰雪产业和体育产业，都需要把青少年群体这个底座做牢做实做好。

在北京市滑雪协会主席李晓鸣看来，青少年亟需多方了解冰雪知识，打好理论基础。“具体来说，大到各个项目的介绍，小到具体如何穿脱冰鞋、雪服，这些常规性、普及性知识需要专业人员进校园讲解，只有掌握了这些基本知识，上冰雪才有它的真正意义。”

开设培训课程，或许是维持青少年冰雪热情最重要的方式。如今，包括上海、广州在内的众多南方城市，不少冰场正在为周边学校提供冰上课程。一些地区甚至开始对深入发展青少年冰雪体育作出制度性安排。不仅如此，在互联网推动下，不少滑雪公司纷纷推出移动端滑雪服务。线上以“内容+社交”为模式，线下则注重滑雪培训，依托用户数量尽可能覆盖更多滑雪爱好者群体。

根据国家体育总局数据，青少年每周参加1次及以上体育锻炼的人数占比为94.6%，在校外参加体育锻炼中接受专业指导的比例达到了84.6%，可见体育培训市场潜力巨大。

在当今轰轰烈烈的市场运作中，体育培训需要更为精细的教育理念支撑。只有教育与市场共同进步，体育培训才更具现实意义。专家指出，对硬件设施要求更加苛刻的雪上项目，建设和管理成本很难依靠简单的社会资本完成，要在更多的地方普及冰雪项目，还需要政府与社会力量形成合力，支持学校与社会培训机构合作开展冰雪运动教学活动。

可以预见，随着制度红利持续释放和市场培育日趋成熟，在接下来的每个冬天，都会有很多像柏昊源这样的青少年能够与冰雪零距离接触，在赏冰乐雪中锻炼身体、磨练意志，体验学习和运动的乐趣。

