



徐天孝从上海专家身上学到了真本事

本版图片由采访对象提供

海派中医推拿绽放彩云之南

因地制宜 科室“从无到有”

30多岁的徐天孝是云南人，2009年大学毕业后当了一年“大学生村官”，一心想学以致用他最终还是回到了临床，在文山州中医医院担任针灸推拿医生。彼时，当地的医生大多重针灸、轻推拿，认为推拿是“体力活”“苦差事”，“揉揉捏捏治不好毛病”，远不如做针灸来得“体面”。

徐天孝医生块头大，力道足，又对推拿有兴趣，2014年3月科室“一分为二”的时候，他成了推拿科的创科“元老”。那时，科里只有3个医生2个护士，病人少得可怜，一筹莫展之时，迎来一场“及时雨”。

2014年9月，上海岳阳医院的医生来到这对接对口支援。医疗队根据《沪滇医院对口支援协议书》的指导，制定了工作计划。张树锋是第一位走入文山州中医医院推拿科的上海医生，他的手法与当地的常规操作有很大差别，徐天孝惊呼，“原来推拿还可以这么做！”

张树锋在文山半年，和当地医师一样的工作上班时间上班看病，由于慕名而来的患者增多，经常工作到最晚才下班。除了看病和带教，还把脊柱微调、小儿推拿带到了当地。徐天孝深受启发，“我们以前给病人推拿，往往要二三十分钟，医生累得不行，患者疼得大叫，效果也因人而异，能看好就很高兴，看不好就算了。”徐天孝说，早知推拿跟外面按摩店的操作不一样，但直到张树锋来之后，他才真正认同推拿的价值。

拜师学艺 感受更多“不同”

张树锋回沪后，岳阳医院又派出了全国著名推拿专家沈国权接棒，在2016年至2018年间，沈国权在云南待了三年，除了在文山州中医医院出诊、带教外，还常下县城、进山村，为村民们看病。沈国权的一双手，又让徐天孝感受到更多“不同”。

“沈老师看病，‘先动口不动手’，反复触诊，精准评估，再开始推。”徐天孝回忆，沈国权接待的第一个病人是一位38岁的急性腰痛患者，由于反复发作，直不起身，去遍了文山的医院都治不好。听说上海专家来了，专程赶路而来。虽说是腰痛，但沈国权并没有在脊柱周围找筋结，反而在下肢、上背等部位反复寻找。找准后开始推拿，短短五分钟，这位患者竟然站直了，现场大家目瞪口呆。

这件事令徐天孝感触很深——推拿这样的外治法，蕴含了中医的整体观，更体现了精准医疗的理念。此后，他萌生了拜沈国权为师的念头，但却羞于开口，怕自己水平不够被拒。不过，后来随着深入了解，他发现沈国权丝毫没有架子，他总是对患者来者不拒，对于可能给自己“惹麻烦”的患者，也一视同仁。他告诉徐天孝，“做医生就是要有冒险精神，不怕困难。”此后，科室的患者越来越多，从一天不到5个，发展到一天要看二十个。还有不少群众坐了几小时的车，专程来看病。

有一天，徐天孝鼓起勇气表达了自己想拜师的愿望，想不到沈国权竟欣然答应。“我还记得2008年在北京实习的时候，也想要看一下国内某位著名专家‘真人’，想了很多办法、问了许多人都约不上，后来自作聪明挂了个号，排了很久的队，结果依然没看到专家本人。没想到的是，现在自己每天跟着名专家朝夕相处，还一不小心成为师徒，真是做梦也没想到。”

跟师也并非那么容易。有一次，他被师父劈头盖脸骂一顿，原因是一位28岁的年轻妈妈因患腱鞘炎来就诊，他按照老方法治疗，花了很长时间，患者依然喊痛。沈国权大声斥责，“你怎么还是这样操作？出去别说是我的徒弟！”徐天孝有些不甘心，虽说老方法效率差，但也不是没看好过。第二天偷偷电话回访，患者却说“丝毫没改善”。患者第二次来时，直接提出希望由上海专家来治。只见沈国权在手肘等部位找到几个筋结，微调几下便好。隔天再次电话回访，患者表示“不

8月，云南省文山州的医生和当地百姓又在热切期盼中迎来了他们的“上海朋友”——新民健康大讲堂。连续三年盛夏，本报和上海市卫健委、上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院合作，把海派中医技术送入当地医院，把健康知识教给广大群众，把浦江之畔的美好祝愿留在彩云之南。

早在2014年，上海岳阳医院就派出涵盖10个临床科室的多支医疗队对口支援文山州中医医院，该院在推拿、康复等中医非药物疗法方面的技术水平有了显著提高。三年的对口支援结束后，上海专家却舍不得说再见，依然不定期前往指导工作，用爱心和责任续写真情帮扶新篇章。

痛了”。

犹如被泼了一盆冷水，徐天孝却突然“顿悟”了，“转变思路很重要，再也不能头痛医头脚痛医脚了。”此后，他根据老师的点拨，陆续治疗了几位病人，都取得了较好的效果。今年，沈国权过生日，徐天孝还专门赶来上海祝寿。而师父不但邀请徒弟回家吃饭，还驱车2小时到机场接他，怕云南人吃不惯上海菜，特地去超市买好辣椒酱。

积极惠民 建立长效帮扶

如果说上海专家对文山州中医医院的学科建设是“因地制宜”，那么，人才培养则是“因材施教”。对口支援帮扶，不仅要让群众在家门口享受优质医疗服务，更要为当地医院培养一支带不走的的高素质医疗队伍。上海岳阳医院院长周嘉说，“把专家派出去”的同时，他们也“把医生接过来”。在几年里，徐天孝逐渐成长为科室负责人，他先后把科室里的3位医生送来上海进修学习，自己也曾两次受邀来到上海岳阳医院培训。

“从无到有”的文山州中医医院推拿科，如今已有了12位医护人员，从没有病人到忙不过来，年门诊量也超过了8000人次。不仅如此，科室还在上海专家的帮扶下，成立了沈国权名医工作室，建立长期带教机制；并开出一个小儿推拿专科门诊，用绿色、环保的手法治疗为当地患儿的健康保驾护航。

每年夏季，岳阳医院还会派出多个科室的专家组成医疗团队，对文山州中医医院的各个科室进行业务指导，对患者开放义诊咨询，根据当地的需求“精准帮扶”。多年来，新民健康大讲堂也成了当地居民喜爱并熟悉的上海品牌，每次活动都会遇到驱车数小时赶来参加的群众。

“对上海而言，不仅要向当地的技术输出，更是要在此基础上，为当地医院打造品牌，使之成为区域医疗中心，辐射周边。”周嘉坦言，医院以“帮扶与自助并举，输血与造血同步”为原则，努力探索可复制、可推广的经验。令人高兴的是，目前，文山州中医医院推拿科已成为文山州水平最高的推拿学科，科室的目标是逐步开出病房，收治住院患者；并在文山成立针灸推拿委员会，在当地发挥龙头示范作用；此外，还要将推拿技术辐射到越南等周边国家。

为了沪滇两地的同一个“健康梦”，上海专家从未停止过他们的付出。而诸如徐天孝这样的云南当地医生，也反复表达着感谢与敬佩。这位土生土长的当地汉子，本可以安心在家“当地主”，却非要“自虐”学医；本可以混个闲职，却非要挑战困难。每一年夏天，他都会去机场接上海来的专家，他也曾不止一次表示，“是上海医生的敬业精神深深感染了我。上海医生不仅把他们的技术带给我们，更将他们的态度和作风留在这里。我要像他们一样，做好医生，为家乡的父老乡亲实现‘健康梦’而努力。”

本报记者 左妍 实习生 徐子涵



丁氏推拿进一步改良手法并推广先进技术 新科研让“元老医术”更有活力

推拿，是我国传统医学的分支，被誉为“元老医术”。患者不用打针、不用吃药。医生一双巧手推推按按，许多骨折科、内妇科和小儿科疾病就可以得到治疗。在灿若星河的海派中医流派中，丁氏推拿又是一块耀眼的金字招牌，享誉全国。其不仅为上海的推拿发展奠定了基础，也成为我国推拿学科体系的基石。

丁氏推拿流派其实是个新名字。2012年，在上海市申报流派传承研究基地时，将一指禅推拿学术流派和揉法推拿学术流派两大推拿学术流派合并，按照上海中医流派命名的习惯称为丁氏推拿流派。这是一个汇集历代推拿界经验的集成，因其传自北方，又在南方生根发芽，所以兼具北方的劲道和南方的细腻。

最早由扬州人丁凤山创立了一指禅推拿流派，在江苏一带用推拿治疗痧症。1900年左右，

一指禅推拿流派传至上海。丁凤山收有十多个徒弟，丁氏传人遍及大江南北乃至海内外，根繁叶茂，开枝散叶。丁凤山有一位徒弟叫丁树山，丁树山之子丁季峰在1940年前后将一指禅推拿中的“滚法”改为“揉法”，创立了揉法推拿流派，丰富了丁氏推拿的流派体系。

中华人民共和国成立后，丁凤山的弟子朱春霆为时任中宣部部长陆定一看病。经朱春霆推拿治疗后，病很快就好了，十分神奇。而后，在陆定一、宋庆龄的帮助下，当时的上海市卫生局决定兴办中国第一所推拿学校，后改称上海中医学院附属推拿学校。推拿学校在十年间培养了600余名学生，他们后来分散在祖国各地，将一指禅推拿推广至全国。

随着推拿手法进一步改良和推拿科研不断进步，21世纪初，推拿学科迎来又一次高潮。当时，丁季峰的研究生沈国权作为我国首位推拿专

业硕士研究生，开创了脊柱微调手法体系。据上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院推拿科主任、博士生导师孙武权介绍，经过百余年的发展，丁氏推拿流派形成的学术观点主要体现在三个方向。一是在手法的操作应用上，提出“柔为贵，刚柔相济”的观点；二是在手法的作用部位上，提出“点为主，点面结合”的观点；三是在治疗方式上，提出“动为先，动静结合”的观点。历代医家努力之下，丁氏推拿流派的理论体系、临床应用逐渐丰满起来。而上海，尤其是被誉为“推拿国家队”的岳阳医院，则在推拿教育科研方面做出了不可磨灭的贡献。

孙武权说，近年来，上海岳阳医院与浙江温州、广西柳州、广东佛山、四川郫县等地的医院合作，通过科室共建、办学习班等方式，将“脊柱微调”、“筋骨平衡”等推拿理论和技术发扬光大，惠及当地百姓。2016年，岳阳医院与浙江义乌市人

沈国权：指尖下的“健康中国”梦

云南文山州的李先生患腰椎间盘突出症已经多年。由于神经根受压迫，他不能伸直腰部，只能屈曲行走。李先生没有想到，这次他来到云南文山州中医医院，会有一位来自上海的他为他治疗。只见沈国权主任医师先对患者进行检查，然后施以针刺使肌肉和筋节松懈，再采取脊柱微调手法调整腰椎的细微移位。推推按按几下，李先生的腰部屈曲就伸直了，可以直立行走了。

沈国权是我国丁氏推拿流派的代表性传承人、上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院推拿科首席专家，同时也是我国第一位推拿专业硕士。他主要继承了一指禅推拿流派和揉法推拿流派的手法，在此基础上，又结合自身特色提出了“脊柱微调”和“筋骨平衡”理论。“脊柱微调”这一新方法颠覆了许多传统观念。例如，曾经许多人认为用大力推拿才能达到好的效果，但沈国权认为，推拿不是靠力气，而是要用最小的力达到最大的效果。他强调脊柱调整手法的科学性、技巧性和精准性，其具有操作省力、安全、高效的特点。

沈国权这些年来多次赴云南指导、工作，2017年6-9月，他参加了上海市智力援疆项目，还分别在文山州和大理州成立沈国权名中医工作室，让多名当地的中青年医师得到了跟随名师学习的机会。

他在云南期间，遇到马关县中医院的一位病人，曾大面积脑出血，留下了后遗症，左侧身体上下肢都处于瘫痪状态，靠坐轮椅出行。病人虽有语言能力，但发音含糊，也不能咀嚼吞咽。沈国权为他进行了详细的检查：“患者颅脑矢状缝偏向右侧，右侧颞角较低，右侧太阳穴处蝶骨凸起。”沈国权先针刺左侧胸小肌，再沿二腹肌、翼外肌的经筋走向予以针刺，最后针刺头外直肌。很快，病人呼吸时痰鸣声就减轻了。之后，他采用筋骨平衡理论等对患者进行推拿治疗。再次检查患者舌象、脉象发现，病人伸舌左偏明显减小了，呼吸时的痰声消失了。更令人惊讶的是，这位病人抬不起来的下肢竟恢复了部分肌力。沈国权说，中风后多数会留下后遗症，偏瘫就是其中的一种，这类患者往往连基本的生活都不能自理。目前对这些后遗症的治疗，针

灸、推拿可发挥独特优势。

中国医师奖获得者、岳阳医院推拿科龚利主任是沈国权的学生。龚利说，几十年来，老师始终在传承中发展，并不断指导学生探索推拿手法的奥秘。他至今仍然记得22年前，在岳阳医院推拿科病房，老师手把手教他这个已经工作的学生，“手法要讲究量效关系，你们不要因循守旧，要创新发展。”这也是他经常挂在嘴边的话。

“请问沈教授今天出诊吗？”门诊时常常遇见受腰痛以及疑难杂症折磨、焦急询问等待的患者，他们都在等待沈国权解决身体的痛苦。“每当遇见这样的患者，我们更多的是愧疚，而老师总是说，医生的职业就是不断地迎接挑战，迎难而上是为了病人，解决他们的病痛是我们的职责。”龚利说，老师对推拿的热爱，体现在他不间断的“上下求索”中。直到现在，当许多医生自满于掌握了一点皮毛的时候，老师早就开始了新一轮的探索。

“读大学的时候，沈老师是班主任。”龚利说，那时印象深刻的是老师总是“神龙见首不见尾”，后来才发现，原来老师最喜欢“宅”的地方是推拿

民政府签约，与义乌市中医医院合作。2018年，两院还合作成立了“海派名老中医工作室义乌工作站”，让义乌老百姓花更少的钱，在家门口享受权威专家治疗。

上月，上海岳阳医院还利用VR和5G网络技术，跨越1886公里，与贵州省习水市中医院开展了特色推拿诊疗等技术的医疗会诊，为一位肩关节炎老病进行推拿和超声诊断。治疗后，患者肩部疼痛和受限明显减轻。这是5G医疗跨越两端覆盖距离最远的一次，开创了中医远程教学的先河。

作为全国影响力最大的学术流派，丁氏推拿流派已在上海岳阳医院内建起流派传承研究基地，同时被列入上海市第五批非物质文化遗产名录。下周，岳阳医院又将举办一年一度的《脊柱推拿的理论与实践》继续教育学习班，迎来全国各地的多位学习者。

实习生 徐子涵 本报记者 左妍



沈国权医生

实验室，挑灯夜战是他的家常便饭。白天，他时常会用自行车驮着实验动物从松江一路骑行到零陵路上的中医学院，准备进行推拿实验研究。由于骑行“道阻且长”，抵达目的地早已汗流浹背，而这也是一度成为推拿界的趣闻。这一幕虽然过去很久，但却让龚利体会到老师的“精勤不倦”，这也是他取得一系列学术成果的基石。也正因此，“推拿手法测定仪数据采集处理”研究成果才能在1991年就取得了国家中医药管理局中医药科技进步奖二等奖。

沈国权近70岁，作为全国著名专家早已功成名就，家里也已有了孙辈，本可安享晚年，但他却“闲不住”。除了继续上班坐诊，仍在为推拿学科的理论知识不懈努力。每天，他都要伏案写作，笔耕不辍。“推拿治疗不同病种，目前都是用不同的理论进行解释，学科尚不成熟，我要做的就是不断寻找新的理论解释。”沈国权说，他有生之年最大的梦想就是，为全国推拿学科再尽一份力，其重点在于基础研究和理论构建。

实习生 徐子涵 本报记者 左妍