



消未起之患,治未病之疾。

想调理身心,不懂哪种中医疗法适合自己,他们会为您辨识中医体质,根据您的体质类型,制定个性化调养方案。节气养生、药膳食疗、冬病夏治、中药香囊、养生浴包、中医体检气血状态评估等项目深受群众青睐,“治未病”逐渐成为群众健康养生的新方式。

2024年5月23日,在中国工程院院士王琦及其团队的鼎力支持下,“长治市治未病示范中心”正式揭牌成立。

依托王琦院士团队在中医体质方面的优势成果,治未病示范中心从“治未病”理念出发,以“治未病中心、睡眠中心、过敏中心、治未病体质研究院”建设为抓手,对健康分层管理,实现“未病先防、既病防变、愈后防复”,满足了群众对健康养生的需求。



柔性引才

中医“治未病” 助力群众健康防病

——长治市治未病示范中心打造健康管理新模式

文/本报记者 王晶晶 图/本报记者 邢永红 通讯员 李瑶

1 整合资源,打造“治未病”全程服务

记者走进市中医医院治未病中心时,该中心主任蔡丽萍正在进行中医体质流调筛查的数据统计工作。蔡丽萍介绍,建立信息数据库,是长治市居民中医体质健康筛查工作的重要依据,依托长治市国家基本公共卫生信息系统,对四区二县9万多居民进行高血压、高脂血症、糖尿病、肥胖症、失眠、过敏体质抽样流调,通过对流调数据进行分析,为我市居民疾病预防提供了科学依据。

现代生活节奏增快,亚健康人群数量正在逐年上升。亚健康与疾病仅一步之遥,走出亚健康,从“未病先防”开始。“针对亚健康人群,我们会根据群众自身体质制定相应的中医养生计划,为群众提供全面、优质的中医调养服务。”蔡丽萍介绍,中心运用中医养生理论对亚健康(中医称为虚劳)进行中医养生指导和体质辨识,对各种亚健康调养和内科杂症调治有独到的见解,运用中医的方法对虚弱体质、亚健康、慢性病、术后产后、儿童助长、儿童慢性病预防、呼吸道等疾病进行日常干预,疗效明显。

长治市治未病示范中心成立,旨在长治区域内整合资源,利用互联网构建健康管理服务链,通过“长治居民普查一摸底体质因素一开展干预研究一制定干预措施一实施健康管理”的模式,精准把脉,订单开方,通过“三中心一提升”工程(三中心即治未病中心、睡眠中心、过敏中心;一提升是整体服务模式提升),构建治未病服务升级版的长治模式,实现中医治未病与大健康的融合渗透。

2 多学科协作,助力治未病

“治未病”是中医学的独特理念。涵盖健康与疾病全程,包括预防疾病的发生、防止疾病的发展、防止疾病的复发。

目前,该中心建立了集健康状态信息采集与辨识评估、中医健康

咨询与指导、中医辨证论治调养、中医特色干预、中医养生产品体验于一体的全流程式治未病服务体系,能够提供健康体检、健康评估、健康指导、体质辨识、经络测评、经络治疗、药膳咨询、运动疗法、身心调理

等现代治未病综合服务。

如何将疾病消灭在萌芽状态?蔡丽萍说:“通过定期健康体检可以做到早发现、早诊断、早治疗,我中心致力于打造中西医结合健康管理高地,运用现代中医技术,进行中医体质判断,并提供科学、专业的健康评估报告,对存在的健康危险因素进行健康指导及制定个性化、实用性强的早期干预方案,从而避免小病成大病、轻病成重病。”

现代治未病,需要多学科支持。“比如在体检中发现了重大疾病、异常指标等,就需邀请相关科室会诊,协同诊断。我中心汇聚了多学科中医专家队伍,全面开展中医药诊治服务。”蔡丽萍介绍,“我们将从长治地区的多发病、慢性病中筛选出一批治未病优势病种,结合体质筛查结果进行优化干预技术,形成标准化诊疗方案与技术流程,进行区域推广,让更多的人受益。”



交流互鉴

3 服务追踪,推动“治未病”理念深入人心

“岳先生您好,根据检测,目前您为气虚、痰湿体质,平时要注意保暖,避免劳作或剧烈运动后出汗受风……”

在采访间隙,蔡丽萍为前来检测人员进行报告解读,并提出相关建议。

这是该中心开展的中医经络检测项目,可评估人体气血状态、检测体质类型,并给予起居、饮食、运动、音乐等方面建议,还可根据体质开出茶疗方。

也可通过微信扫码,以填写问卷的形式进行体质测试,完成后会给出测试结果及日常生活养

生建议。

健康宣传,是“治未病”的重要之举。该中心加大健康科普宣传力度,传播治未病理念、中医药文化、中医药养生知识,推动中医药预防疾病知识、技术和药物等全面进入机关、企业、社区、学校和家庭,使调养情志、强身健体等养生保健方法和适宜中医药保健技术及药物充分融入日常生活,提高人体正气抗邪能力和体内免疫力。

“为促进长治市治未病中心相关中药产业的可持续发展,提升长治市中医药综合影响力。依托长治市中医药传承创新试点项

目,加强科普宣传;建立健全治未病相关系列中药产品的研发、销售和服务体系;研发一批大众认可的中医药特色药食同源产品与功能食品,进一步保障了我市中医药传承创新的高质量发展。”蔡丽萍告诉记者。

站在新的起点上,长治市治未病示范中心将不断创新中医健康管理模式,积极开展特色诊疗技术项目和开发特色产品,实现以疾病治疗为中心向以健康管理为中心转变,为人民群众提供全生命周期的卫生与健康服务,推进健康长治建设。