

踏遍青山人未老 中西整合铺就康复之路

天朗气清,绿树成荫,一群曾与病魔抗争的肿瘤患者,结伴走进青山绿水,用脚步丈量生命的宽度与厚度。

前不久,一辆载着30余名成员的大巴从金华驶向江山。车上的乘客身份特殊——他们都是金华艾克医院肿瘤康复俱乐部的成员。金华艾克医院将义诊、健康讲座和康复经验分享一同带到了江山,用两天时间传递一个朴素而坚定的信念:肿瘤不等于绝症,中医药治疗肿瘤大有可为。



孙氏中医大弟子、金华艾克医院院长杨德志门诊中

一段缘分：从跨城回访到义诊

本次活动选址江山,源于一个温暖的故事。

江山市乐享玖龄养老中心内,住着一位93岁的老人。20多年前,她被确诊为胰腺肿瘤,一直在金华艾克医院接受中医药治疗。去年医院回访这位高龄康复者时,养老院深受触动,当即邀请艾克医院前来开展义诊,为老人们提供专业健康指导。

抵达江山后,金华艾克医院院长杨德志、医师徐莉莉带领团队立即开展义诊,为老人们把脉问诊、测量血压、提供健康咨询。得知专家到来,不少老人坐着轮椅前来,眼神里满是期待。面对大家提出的头晕、血压不稳、肠胃不适、关节疼痛等问题,杨德志耐心倾听、细致解答,从饮食起居到用药指导,一一给出专业建议。

杨德志提到,老年人常见的慢性疼痛多由退行性病变、风湿性疾病引发,中医针灸、中药外敷、药浴等方式更为对症。如果能把中医药服务延伸到养老机构,老年人的生活质量有望得到明显提升。

关口前移：五个处方防未病

晚上,杨德志以《中医整合思维 护航肿瘤全程》为题,为大家作了一场干货满满的专题报告。

随着中国老龄化加剧,肿瘤发病率持续攀升,45岁至84岁为高发年龄段。近年来,尽管医学不断进步、新药持续问世,但整体治愈率的提升仍然有限,肿瘤给无数家庭和社会带来了沉重负担。

中医如何看待肿瘤?杨德志用一个形象的比喻阐释:“免疫力如同身体里的警察,当免疫系统正常运转时,偶尔出现的异常细胞会被迅速识别和清除。一旦免疫力紊乱,肿瘤细胞就像失去管控的小偷,趁乱大量滋生。”

中医认为,肿瘤是全身气血阴阳失衡在局部的表现,不是单纯的局部问题,而是全身问题的局部反映。手术可以切除瘤体,却难以解决体质失衡的问题,复发转移风险依然存在。治疗关键在于改变肿瘤生长的“土壤”——通过中医调理体质,让体内环境不再适合肿瘤细胞生长,实现有尊严、有质量的带瘤生存。

杨德志详细介绍了五个“防癌处方”:一是改变不良习惯与性格,戒烟限酒,做好情绪管理;二是定期体检,不同癌种的高危人群按对应的筛查项目和周期完成筛查;三是警惕家族癌,直系亲属患癌者需提前筛查;四是重视肠息肉、HPV感染等癌前病变,中药对部分癌前病变有良好的干预效果;五是全家共防,肿瘤防治不是一个人的事,需要全家协作,中西医配合。

“做好这五件事,肿瘤发病率可以显著降低,治疗效果也会大幅提升。”杨德志语重心长地说。

八字核心：祛邪为本,解郁为先

金华艾克医院的中医药治疗肿瘤之路,要从30多年前说起。

创始人孙彩珍妹妹因父亲罹患肝肿瘤晚期,辗转多家医院,均被告知无法手术、无法收治。求医无门的绝望,反而激发了他们走上钻研中医之路的决心。

30多年临床摸索,40万余人次诊疗积累,孙氏中医逐渐形成了一整套理、法、方、药完备的肿瘤治疗体系。

作为孙氏中医大弟子,杨德志深得真传。他介绍,中医药治疗肿瘤流派众多,有的以补为主,有的攻补兼施。而孙氏中医是坚定的“祛邪派”——认为肿瘤形成的关键在于“邪气盛,正气虚”。治疗首要任务是通过大便、小便、出汗、排痰等多种途径,将体内蓄积的毒邪排出体外,使气血恢复畅通与平衡。人体自身的正气得以恢复,才具备抵御疾病的能力。

杨德志直言:“肿瘤病人当务之急不是盲目进补,而是祛邪外出,让身体回归平衡。盲目补气养血,反而可能助长邪气。”

孙氏中医的核心理念可以浓缩为八个字:解郁、通络、软坚、排毒。“解郁”被放在

●生活暖故事

“不给钱,我也要留下!” ——义乌一企业主与一名患癌员工的双向奔赴

世间最动人的温情,从不是锦上添花的热闹,而是绝境相逢、双向奔赴的坚守。在后宅街道,一场横跨八年的暖心守望,串联起义乌第一家民营企业“001号营业执照”创始人张满法与员工刘仁群(文中均为化名)的真挚羁绊。没有轰轰烈烈的宣言,只有岁岁年年的真心相待,这份超越雇佣、堪比亲情的情义,让无数人为之热泪动容。

今年66岁的刘仁群,步履稍有蹒跚,却始终身姿挺拔、精神矍铄。每日清晨,他总会准时出现在浙江万德福公司的后勤岗位上,认真打理手头琐事,勤恳又踏实。无人知晓,这个温和勤恳的老人,八年前曾被确诊癌症晚期,被命运狠狠推向绝境,是老板张满法的倾力托举,将他从生死边缘拉了回来。重生后的他,执念如初,始终坚守着一句初心:“就算不给钱,我也要留在厂里!”

一人危难,全员相护;一朝相救,余生相报。老家在后宅街道鹤田村的企业主张满法,用善意为绝境中的员工撑起一片天;承蒙善意重获新生的刘仁群,以余生坚守默默报恩,书写了最温暖的人间真情。

一纸诊断,击碎风雨安稳的小家

2011年,腿脚略有不便的刘仁群,走进彼时位于机场路的万德福塑胶有限公司,成为一名普通务工者。这家公司的前身是拥有义乌“001号”私营企业执照的义乌市湖门电声器材厂。深知自身身体条件不如常人,这份来之不易的工作,被他视作全家生计的希望,也成了他心底最珍贵的寄托。

工作中,他从不怕苦、不挑轻重,事事尽心尽责、件件落到实处,默默耕耘、踏实肯干的模样,被董事长张满法看在眼里,记在心里。凭借勤恳与担当,刘仁群被破格提拔为生产副厂长,安稳的工作、稳定的收入,让这个普通的小家终于褪去风雨,日子过得平淡又踏实。

可世事无常,命运猝不及防地按下了寒冬的开关。八年前的深秋,萧瑟秋风裹挟着一纸冰冷的诊断书,击碎了所有安稳。时年58岁的刘仁群,被确诊为癌症晚期。彼时的他,是家里唯一的顶梁柱,家中幼子年仅七岁,刚上一年级,懵懂无知,家中老小皆需他照料。一纸绝症判决,不仅

宣判了他的生死危机,更彻底压垮了整个家庭的希望。

看着孱弱的孩子、无助的家人,想到高昂的治疗费用和渺茫的生机,绝望彻底笼罩了刘仁群。他默默藏起诊断书,悄悄放弃了治疗的念头。与其拖累家人、耗尽家底,不如坦然认命,这是绝境中普通小人物最无奈、最心酸的抉择。这份隐忍与绝望,终究被细心的张满法察觉。得知实情的那一刻,他没有丝毫犹豫,更没有半分推诿,心底只有一个坚定的念头:不能让勤恳的员工无奈认命,不能让一个好好的家就此崩塌。

一句承诺,为绝境人生兜底护航

为了抢抓一线生机,张满法四处奔走、多方托人,费尽周折为刘仁群联系优质医疗资源,第一时间将他送往杭州肿瘤医院接受治疗。

手术当天,张满法特意安排家人专程赶赴医院探望,送上暖心慰问金,带去最真切的关怀。为了让刘仁群毫无牵绊治病,公司破例批准他的妻子停工全程陪护,解决就医照料难题。

更让人动容的是,考虑到夫妻二人无暇顾及孩子,公司主动扛起责任,专人按时接送年幼的孩子上下学,默默照料孩子的日常起居,彻底扫清了这个困境家庭的所有后顾之忧。企业的暖意,一点点驱散了笼罩在刘家头顶的阴霾。

历经一场生死手术,瘦弱憔悴的刘仁群康复出院。走进公司办公室的那一刻,这个半生吃苦、从未低头的硬汉,终于再也忍不住,泪流满面。他的泪水里,既有劫后余生的庆幸,更有满心的感恩与动容。看着身形单薄、满心忐忑的刘仁群,张满法许下了一句重若千金的承诺:“你只管安心养病,好好恢复身体。住后不管遇到任何难事,哪怕有任何意外,公司都会为你兜底,替你护好妻儿老小,你什么都不用怕。”

这句滚烫质朴的承诺,成了刘仁群对抗病魔最坚实的底气、最温暖的力量。后续漫长又痛苦的化疗疗程中,是这份沉甸甸的善意支撑着他,熬过一次次剧痛与煎熬,闯过了最难熬的鬼门关。在刘仁群长期休养,直至退休的数年里,张满法的守护从未间断。公司全额承担他的所有治疗费用,按

时给予他一定的补助,还主动协调资源,妥善解决了孩子的入学难题,用日复一日的坚守,托举起一个绝境家庭的全部希望。

一生坚守,以余生赤诚报深情

八年真情守望,邻里乡亲尽数知晓这段佳话,人人都为张满法的仁心、刘仁群的赤诚交口称赞。

得益于极致的善意与精心的治疗,刘仁群的身体奇迹般痊愈。待到年岁届满退休,本可以卸下辛劳、安享晚年的他,却做出了一个让所有人动容的决定。他红着眼、带着满心恳切找到张满法,声音微微哽咽,字字赤诚:“张总,求您让我留下吧,就算不给我工资,我也心甘情愿!我要是在家闲着,心里空落落的,没了念想,身体也未必能安稳。我的命是您,是公司从死神手里抢回来的,这份恩情我记一辈子,我想留在厂里,用余生慢慢报答。”

在刘仁群心中,“万德福”早已不是单纯谋生的职场,而是拯救他性命、救赎他人生的港湾,是给予他温暖与希望的第二个家。闯过生死劫难的他,早已将企业的恩情编后)》

一纸暖心约定 一城情义底色

这不是什么惊天动地的英雄传奇,只是一个普通企业主与一个普通员工之间,跨越八年的相守相望。可正是这份“普通”,让我们看到了义乌这座城市最动人的底色——有情有义。

员工患癌,按制度给笔抚恤金,已是仁至义尽。张满法本可以置身事外,但他没有。他四处联系医院,承担治疗费用、安排员工妻子陪护、派人接送孩子上下学……他做的每一件事,都超出了“老板”的职责边界,走进了一个“家人”的心里。那一句“公司会为你兜底”,不是写在合同里的条款,而是一个义乌企业主对生命最质朴的承诺。

而刘仁群,本可以安心养病、安享晚年。八年前被从死神手里抢回来,他没有选择离开,而是红着眼找到老板:“不给钱,我也要留下。”这不是矫情,是一个被善意救赎过的人,用余生去回馈那份沉甸甸的恩情。他想留下的,不是一份工资,而是一个

刻入骨髓。他常常对着工友感慨:“没有张总,就没有现在的我,更没有我们一家人的安稳生活。这份恩情,我一辈子都还不完。”对他而言,留在岗位上坚守,不是劳作,是心安,是报恩,是余生最坚定的寄托。

张满法深深读懂了他的执念。历经生死,最珍贵的从来不是安逸清闲,而是被需要的价值感与归属感,这亦是治愈病痛最好的良药。他欣然应允,特意刘仁群安排了轻松闲适的后勤岗位,仅负责食材核对等简单琐事,工作毫无压力,方便他随时复查休养、调养身体。

老板怀仁心,危难时刻倾力护佑员工;员工存赤诚,余生岁月尽心守护企业。谈及这段缘分,张满法坦言:“做企业,盈利是立足本分,但守住人心、传递善意,更是企业的责任与温度。绝境里的一份希望,足以抵御世间所有无常。”

一场跨越八年的双向奔赴,一段超越雇佣的人间温情。你在我绝境之时倾尽全力为我撑腰,我用余生岁月初心不改为你站岗。这世间最暖的风景,从来都是善意双向流转,真心不负真心。 全媒体记者 刘军

“被需要”的位置,一份活着的念想。

你为我托底,我为你站岗。这场双向奔赴,没有华丽的誓言,只有日复一日的真心相待。它超越了雇佣关系,超越了利益算计,抵达了人与人之间最朴素、最坚固的情感——你把我当家人,我便把这里当成家。

义乌,素以“世界超市”闻名,货如轮转、商潮涌动。但真正让这座城市立得住、走得远的,从来不只是小商品的海洋,更是千万个张满法和刘仁群共同书写的有情有义。商场上的义乌人讲诚信、重契约;生活里,义乌人重情义、知感恩。这种品格,像一根看不见的线,把天南海北的人紧紧系在一起,让这座城市不仅有热度,更有温度。

有情有义,世界义乌。这八个字,不是挂在墙上的口号,而是刻在每一个义乌人骨子里的信念。愿这份双向奔赴的温暖,在更多地方生根发芽——因为有情有义的世界里,每一份真心,都不会被辜负。

对病魔我没有放弃,在中医的帮助下,一步步走向康复。”

康复病友的分享,深深打动了忧心忡忡的李先生。李先生是衢州人,4个月前刚做完肺肿瘤手术,术后一直担心复发。当天,他带着翔实的病历资料前来咨询。杨德志仔细查阅后,结合中医理论为他细致分析病情,并制定了个性化的康复方案。在现场和康复病友交流后,李先生的眼神变得格外坚定:“之前我一直害怕复发,今天看到这么多康复病友,我相信自己也能战胜病魔。”

据了解,金华艾克医院在磐安建院之初便成立了肿瘤康复俱乐部,30多年来坚持每年举办集体活动,为肿瘤患者搭建交流平台,让大家抱团取暖,以老带新,让“先复”带动“后复”,让抗击肿瘤的爱心与信心接力传递,爱的链条不断延伸。

整合之路：让更多患者看到希望

肿瘤防治,赢在整合。在杨德志看来,“整合”意味着多个维度的融合:中西医结合——术后、放化疗期间配合中药调理,可减轻副作用,降低复发风险;身与心整合——解郁为先,身心同治;医生与患者整合——康复俱乐部搭建桥梁,医患携手抗击肿瘤;治疗与预防整合——五个处方,让防治关口前移;医院与社会整合——义诊走进养老机构,把中医药服务送到最需要的地方。

“肿瘤防治是一项系统工程,单靠一种手段、一个学科、一家医院是远远不够的。”杨德志说,“我们要做的是整合一切可以整合的力量,为患者提供全科、全程、全人、全员的照护。”

全媒体记者 华青
通讯员 汪攀

「盘腿抱柱」很流行 注意安全莫跟风!

“盘腿抱柱”挑战最近在社交平台很流行,参与者将双腿像拧麻花一样围着灯柱等柱子盘绕,尝试能否顺利解开、站起。许多人跟风挑战,已出现多起参与者被困、需要消防员救援的案例。

吉林大学第一医院骨科中心运动医学科主任、主任医师宋之明提醒:这项挑战看似新奇有趣,实则风险巨大。该动作违背人体正常生理结构与运动力学原理,对人体存在明确且严重的损伤风险,切勿盲目跟风。

为何“盘腿抱柱”会难以起身?

“该动作本质上是一种人为制造的关节自锁。”宋之明说,当我们用双腿交叉盘绕柱子时,膝关节处于深度弯曲和强力内旋的极端姿势,肌肉会呈现僵硬状态以保护关节,导致下肢被锁死。

同时,柱子挡住了人体从坐姿站起所需的重心前移空间,形成绞索式禁锢,使得起身异常困难。越挣扎,关节卡得越紧。

“盘腿抱柱”不仅容易将人困在原地,还会对身体造成多重危害。“该动作使膝关节、踝关节处于异常扭曲与受压状态,极易造成不可逆的损伤。”宋之明介绍,最常见的是膝关节损伤,该动作会使膝盖受到全身重量强力挤压,半月板受到内翻和旋转的应力,极易撕裂。膝关节的外侧副韧带、交叉韧带也可能因力线传导异常而出现小关节紊乱等问题。

该动作对髋关节也存在压迫,可能诱发半脱位。踝关节的韧带和关节囊也因异常承重而容易受伤。如果长时间被困,卡压会导致腿部因血液循环障碍而缺血。腰椎也可能因力线传导异常而出现小关节紊乱等问题。

宋之明建议,倘若自己或身边的朋友因尝试“盘腿抱柱”挑战而被困,切记不要慌张乱动。此时盲目挣扎或强行站起只会加重关节锁死和损伤。条件允许时,可尝试重心后移、身体后仰,顺着处于上方的腿部方向侧身翻转,先抽出上方腿,再缓慢松开下方腿,寻求“解锁”可能性。若无法自行脱困,应第一时间拨打119或向周围人求助,避免因长时间压迫导致严重后果。

宋之明提醒,追求趣味不应以身体健康为代价,尤其是未成年人,骨骼、韧带仍在发育,结构更为脆弱,一旦受伤可能影响长远。远离“盘腿抱柱”等危险挑战,守护自身安全与健康。来源:人民日报