



# 我国中医养生保健的一点思考

李左飞 覃周韦

(柳州市妇幼保健院 广西省柳州市 545001)

**摘要:** 中医养生保健近年来得到长足的发展,并广泛深入基层,日益壮大了中医养生保健人才队伍。但在中医养生保健的发展中还存在着一些问题,本研究对此进行了分析,有针对性地提出了一点思考,对于促进我国中医养生保健的健康发展具有积极地作用。

**关键词:** 中医保健; 中医理论; 养生方法

**中图分类号:** R256.12

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1009-5187(2018)04-425-01

## 1. 前言

中医养生学在我国发展了数千年,理论基础及实践经验十分深厚。在中华民族中,传统养生保健已发展成为对人体生命的认识、促进身体健康延年益寿的智慧和文化的结晶。在国内养生保健市场中,中医养生保健占据十分突出的地位。但群众强烈需求养生保健信息,对于养生保健行业产生的刺激而不断膨胀,造成中医养生保健市场不具有健全的体制,存在有效监管缺乏、比较混乱的发展等情况,对群众利益造成严重损害,也对中医养生保健的发展具有阻碍作用。基于此对中医养生保健的发展正确分析研究,对养生保健行业加强探索监管模式,制定规范管理养生保健的办法,进而促进中医养生保健的健康发展。

## 2. 我国中医养生保健的发展现状

中医养生保健近年来得到国家层面的高度重视,相关领导积极参中医养生“治未病”系列活动,将中医理念逐步推广,对医疗行业具有十分深远的影响。国内很多中医院相继成立的“治未病”和养生保健类门诊治疗部门突出了中医特色,有利促进了中医养生保健服务的迅速发展,在养生保健服务水平上发生质的飞跃。中医药服务内容在社区医疗中心由以前只关注中医医疗服务逐步向开展预防、保健、康复等综合服务转变,使中医药技术方法及太极拳、五禽戏等传统养生保健运动的开展日益广泛。根据相关统计结果显示,临床预防中应用中医药干预治疗的高血压、糖尿病等患者已超过一半,中医药在养生保健中的参与率高达近90%;参与愈后康复也达到近95%;健康教育中的中医药内容超过三分之二。随着群众不断提高的生活水平,对生活质量及健康水平的追求更高,提高对健康及养生保健的关注度。

随着快速发展的信息传播媒介,中医养生保健知识的获得渠道日益广泛,各类中医养生保健文化利用多种媒介广泛传播,对更多的群众产生影响。各类中医药养生保健科普书籍备受关注,使百姓对中医更易于了解,对中医养生知识轻松学习。养生保健类电视节目目前有很高的收视率,在图书市场中养生类书籍比较畅销,可见在传播养生保健文化中,媒体具有十分重要的作用。

迅速发展的中医养生保健业急需更多专业人才,国内很多中医类院校开设了中医养生的相关专业,校内针对学生开展培训保健养生的相关课程,学生通过考试可得到资格证书。政府部门增加相关的职业培训和资格鉴定,制定有关标准,确保输送养生保健市场中专业人才的质量,使群众享受的服务更为专业。

随着逐渐蓬勃发展的养生保健,更多行业也逐渐靠拢中医养生领域。中医养生保健文化旅游产业结合了中医医疗、养生保健及旅游等产业在国内迅速崛起,表现出蓬勃发展的趋势。在旅游产业中成为新的增长点,并逐步发展壮大。

## 3. 中医养生保健发展中的常见问题

一是中医养生保健缺乏健全的市场监管体制,市场不规范,不具有完善的准入制度。政府不具有较强的监管社会服务机构、养生保健

书籍出版及媒体宣传等方面的力度,相关从业人员不具有权威机构认证的执业资质。市场虚假宣传的养生保健食品等对消费者产生一定误导,对群众利益造成损害。所以,政府应对有关法律法规不断健全,确保中医养生保健的发展健康有序。二是未深入挖掘中医养生保健技术,缺乏较强的技术研究及推广,在理论上还过于继承古人,创新性不足,未充分结合现代生活使新的养生理念得以发展。三是养生保健从业人员的水平存在较大差距。大部分养生保健从业人员都毕业于非医学院校,只是参加养生保健机构培训掌握一些技能,文化程度存在较大差距,上岗执业资质五花八门。这对养生保健服务质量具有不利影响,容易使消费者利益受到严重危害。

## 4. 针对我国中医养生保健的思考

一是政府部门对中医养生保健服务体系应进行完善。加快制定并完善有关政策及法律法规,医疗行业完善媒体宣传政策,对传媒加强监管,使虚假宣传彻底杜绝,规范审批保健机构资质、从业人员准入及具体服务内容,组织专家制定行业标准和考核指标,加强监管相关培训机构等,确保服务质量,使消费者权益得到维护。二是中医养生保健应与当代生活方式相适应,采取通俗易懂的保健方法,便于掌握及应用。对信息技术充分利用,对正确的养生保健理论广泛传播。在防治现代疾病工程中,应结合现代康复学有关知识,使养生优势得到充分发挥,促进中医养生的健康发展。三是加大推广养生保健技术的力度。在养生保健基础设施建设方面有关部门应加大投入力度,定点服务机构建立后对专业人员进行配备,建设对城市、社区及农村全覆盖的养生保健服务网络。四是对渠道不断拓展,促进中医养生保健产业的发展。在知识经济条件下,赋予中医药文化旅游观光的生命力,使中医药的自然优势得到发挥,对中医药旅游文化产业不断开发,实现新型养生保健产业的发展。

## 5. 结语

综上所述,中医养生保健属于中国和世界人民,在世界逐步形成中医热的背景下,以充分利用中医养生保健的发展机遇,在中医养生保健领域开展相关医疗活动,加强与国内外同行的交流,使中医养生保健走向世界,对于中医文化的弘扬具有十分重要的意义。

## 参考文献:

- [1] 李震华,许仕杰,黄纯美等.广东中医药预防保健服务体系的构建研究[J],中医药管理杂志,2016.10
- [2] 孟仲莹,傅弦琴.社区卫生服务中心开展公共卫生服务的做法与体会[J],中华全科医学,2017.8
- [3] 孙晓生,李亮.广东中医药文化养生旅游示范基地标准构建研究——梅州雁鸣湖旅游度假区村个案分析[J],中医药管理杂志,2016.4
- [4] 曾立维,刘莹,张洪等.养生保健机构现状调研及涉嫌非法行医监管思路[J],中国卫生监督杂志,2017.9

作者简介:

李左飞,女,瑶族,广西人,大学本科学历,护师,研究方向:中医。