

# 90后女孩体验“膏方”:中医功效太奇妙了

处州晚报2020“生生堂膏方节”将于11月28日至29日举行

□ 记者 吴启珍

本报讯 时值入冬之际,眼下正掀起一股膏方热。“膏方是如何熬制出来的呢?有什么养生功效?”热心市民钟女士致电晚报,表示非常想了解膏方制作过程。昨日,记者特别联系了丽水生生堂,让钟女士能到现场体验膏方的制作流程。

在“丽水生生堂医院”的膏方熬制药房,记者未见其状,已闻其香,一股浓浓中药香味扑鼻而来。钟女士迫不及待地顺着香气走进膏方熬制药房,只见药工正搅拌锅中的汤药,她一下就被吸引住了。说到膏方熬制,药工蓝春波指着身旁的一袋中药说:“膏方熬制的过程工序繁杂,要求苛刻,讲究的就是古法熬制,从泡药开始,全程人工煎制,每一分钟都要紧盯火候,观察药汁的变化。”

随着药工不断搅拌,锅中膏体逐渐变稠,药汁熬到了最佳状态,并散发出一种融合了中药材与糖浆的淡淡香味,一剂膏方制作才算完成。“还真是不看不知道,一看有门道啊。”钟女士欣喜地说,原来膏方中不仅有医者的仁心,还包含着药工的初心和汗水。

那么药工辛苦熬出来的膏方适合所有人吃吗?带着这个疑问,记者和钟女士特意向“丽水生生堂”资深中医师许维丹求教。许维丹是副主任中医师、医学硕士,曾任市中西医结合学会理事、市药学会理事、丽水学院医学专业副教授,从事中医临床、教学及科研20年,经验十分丰富。

许维丹医生说,膏方的制定要根据每个人的具体情况,要先进行体质辨识,辨别其脏腑、阴阳气血的盛衰,并结合其原有身体状况,按照中医补虚益损的原则,制订不同的个人膏方。她指出,根据中医基本理论,精、气、神是人之三宝,人的精、气、神是否充沛旺盛,直接关系到其生活和工作状态。现代社会工作压力增加,“亚健康”现象也越来越明显,冬令膏方进补能增强体质,提高生活质量,达到养身保健的效果。

许维丹医生先为钟女士介绍了膏方适宜人群,又详细介绍了膏方的功效、服用方法、注意事项等。她强调,进补膏方能为身体“加油”“充电”,特别是随着年龄的增长,人的身体机能在走下坡路的情况下,适时进补膏方能起到维持身体阴阳平衡、恢复机体功能的作用。“此外,膏方还具有‘养气血’+‘调理脏腑’功效,是美容养颜的佳品。”身为90后的钟女士平时就挺爱美,听到这“意外收获”,脸上笑开了花。

钟女士表示,亲眼看到膏方是如何熬成的,又听了医生的讲解后,让她切身感受到了中医文化的博大精深。她不禁感叹,中医功效太奇妙了。

此外,为了让更多像向钟女士这样对膏方感兴趣的市民,更好地了解传统中医药文化,处州晚报2020“生生堂膏方节”将于11月28日至29日在丽水生生堂医院(解放街88号)举行,届时生生堂药师将在现场展示古法膏方熬制过程,并邀请市民品尝膏方,欢迎前往参加。

## 我市第七次全国人口普查 昨日开始“长表”入户登记

□ 记者 廖王晶 通讯员 王开欣

本报讯 截至11月15日,我市第七次全国人口普查短表登记已经结束,记者从市第七次全国人口普查领导小组办公室了解到,16日开始我市进行“长表”入户登记,希望广大市民能积极配合。

人口普查短表登记工作正式开展后,我市所有普查“两员”精神饱满,采用“5+2”“白加黑”模式,早中晚错时入户,并利用摸底调查期间留的联系方式提前预约上门时间,提高工作效率。截至11月15日,全市短表登记已全部上报,完成率100%。

记者了解到,“七人普”填写的普查表分为“短表”和“长表”,其中“短表”是全部普查对象(不包括港澳台居民和外籍人员)都需要填写的普查表,而“长表”内容较多,仅在已登记的全部住户中抽取10%填报,作为抽样调查。

“短表共有19个项目,而长表需填写的信息就多了,共有48个调查项目。”市第七次全国人口普查领导小组办公室相关工作人员介绍,11月16日至30日是第七次人口普查进入长表登记阶段,届时,将由程序自动在我市全部住户中抽取10%的住户(不包括港澳台居民和外籍人员)填报,填报内容包括所有短表项目和人口的经济活动、婚姻生育和住房等情况的项目。长表登记采用普查指导员入户询问、当场填报的方式进行。长表登记工作应于2020年11月30日前完成。

市第七次全国人口普查领导小组办公室相关负责人表示,开展人口普查的意义深远,不仅为国,也为家。希望参与“长表”登记的住户,真实、准确、完整、及时地提供人口普查所需信息。同时,普查员入户会佩戴统一证件,所有人口普查对象提供的信息,都将依法予以保密。普查不收取任何费用,也不涉及任何收入调查。



### 爱情的模样



执子之手,与子偕老。11月14日下午2点23分,记者在市区万地广场偶遇街头暖心一幕:两位银发老人手牵着手逛街,甜蜜的样子感动了不少市民。像这样老来依旧甜蜜如初恋,是多少人心中所向往的爱情。

记者 麻东君 文/图



### 人行道上洗车 污水横流

主办:市文明办、处州晚报  
请登录晚报报管微投稿 刊登即可获100元稿酬



11月12日下午2点44分,记者路过市区大洋路与华敦街路口时,一家餐饮店工作人员正在清洗停在人行道上的三轮电动车,冒着泡沫的污水四处横流,路人经过纷纷避让。

记者 麻东君 文/图

### 可回收物

Recyclable

玻璃

废旧纺织物

金属

塑料

废弃电器电子产品

可乐罐

可回收物  
Recyclable

保护环境 人人有责

### 有害垃圾

Hazardous Waste

废旧电池

过期日用化妆品

废油漆桶

过期药品

废旧灯管

杀虫剂

有害垃圾  
Hazardous waste

保护环境 人人有责

### 易腐垃圾

Perishable Waste

骨骼内脏

菜梗菜叶

果皮

果壳

残枝落叶

剩菜剩饭

易腐垃圾  
Perishable waste

保护环境 人人有责

### 其他垃圾

Other Waste

保鲜袋(膜)

烟蒂

污染纸张

破旧陶瓷品

尘土

一次性餐具

其他垃圾  
Other waste

保护环境 人人有责