

用中医的办法治理黄河、长江,就要分类施策,辨证论治,系统治疗。一要“源头治理”,以共抓大保护,不搞大开发为“先手棋”,按照山水林田湖草是一个生命共同体的理念,从源头上系统开展生态环境修复和保护。二要分类施策,重点突破。根据不同情况,该整顿的整顿,该下马的下马,该修复的修复,该保护的保护,祛风驱寒,舒筋活血,调理脏腑经络,力求药到病除。三要系统思维出发,统筹各方,切实解决好九龙治水、分头管理的问题,使上、中、下游互动,发展与民生兼顾,使整盘棋“活”起来。

用中医的办法治理黄河、长江,就要合理“愈后”,做到“治未病”。《黄帝内经》有云:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱。夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎?”故此,“治病必求于本”,要时刻将预防顶在前面,未病先防,未病先治。按照主体功能区定位,明确和落实优先开发、重点开发、限制开发、禁止开发的空間管控单元,建立监测和预警的长效机制,做到有令必行,有禁必止。要不断总结经验,切实将治理的成果保持住、发展好,让母亲河永葆生机和活力,为千千万万人民造福!

用中医的办法治理黄河、长江,还要时刻注重发掘、保护、传承和弘扬黄河、长江文化。黄河、长江文化是中华文明的重要组成部分,是中华民族之根和魂。要想使之传承好、发展好,一要持续推进黄河、长江文化遗产的系统保护,深入挖掘其文化蕴含的时代价值,讲好“黄河故事”、“长江故事”,延续历史文脉,坚定文化自信,凝聚中国精神和力量。二要强调万事万物并育并行、致和守中理念,促进人与自然和谐共生。恩格斯在《自然辩证法》一书中曾告诫说:“我们不要过分陶醉于人类对自然界的胜利。对于每一次这样的胜利,自然界都对我们进行报复。”中医理论认为,天人同构,人与自然息息相通、相生相成,“天食人以五气,地食人以五味”,大自然为人类提供着生存与发展的物质基础;而人宜应天地,要心存感激和敬畏,爱护好、保护好赖以生存的自然环境。惟其如此,才能实现人与自然、社会的和谐发展。三要辩证地处理“体”“用”关系,在有序开发、实现流域生态修复、保护与高质量发展的良性互动中,不断彰显黄河、长江的文化功能,不仅要建设生态、绿色、安全的黄河、长江,而且还要打造繁荣、发达、先进的黄河、长江,从而使我们的母亲河真正成为人民群众心中的文明河、幸福河。

仰望中华民族的版图,黄河、长江就像两条金银色的腰带,体现着中华民族的威武雄壮,蕴涵着祖国母亲的温暖体贴,彰显着中华文明的生生不息,一往无前。诚然,推动黄河、长江流域生态保护和高质量发展,绝非一日之功,需要保持历史耐心和战略定力,既谋划长远,又干在当下,一张蓝图绘到底,一茬接着一茬干。我们坚信,在习近平新时代中国特色社会主义思想的指引下,以“中国智慧”“中国精神”治理和保护黄河、长江,必定能够使母亲河青山常在,绿水长流,使人民过上美好生活的道路越走越宽。(节选自《中国中医药报》)

让我们慢慢地走

●药学院 2018 级药物制剂本科班 杜林龙

南美从林里智慧的土著走上三天就要在原地休息一天,他们这样的做法,只是为了让他们的灵魂赶得上自己疲惫的身体。身心俱疲的我们,是否也应该放缓赶路脚步,等待灵魂的回归?慢下来,欣赏沿途的景色,留心生命的美好!

小时候生活节奏慢,心神也宁静。早晨被第一缕阳光唤醒,吃饭洗漱梳妆,走在上学的路上,与好友分享自己的所想。太阳慢慢地升起,万物在阳光下慢慢地生长。它像一个巨大的钟表,滴滴嗒嗒地走着,我们在它的下面劳作生息。到了夜里,就在空中挂一盏叫做月亮的灯,亲友邻居坐在各自的家门口,聊着家常。

儿时的场景慢慢变得像梦一样,清晰却又朦胧,熟悉而又遥远。现在的我们,即使是失眠早起,也看不到儿时那样的日出。以前的我们,可以随着祖父,慢慢地走在田野小路上,赏那整齐翻动的麦浪,趟那清澈缓流的小溪。而现在,我们也无心去留意这样的风景了,可能只会偶尔在网上看到过去那美丽的画面。

以前慢慢悠悠地走在路上,想唱歌就随意地哼唱。后来,我们的步伐逐渐地变快,变得为了赶路而赶路。偶尔想唱歌了,就跑去歌厅拿着麦克风唱,唱得声嘶力竭,以确保自己一段时间内不会再想去唱。以前的消息来得慢,日子也在期待中充满了韵味与浪漫。现在的消息越来越快,网络便把天涯变成了咫尺,但也把咫尺变成了天涯。

从前我们走得从容,没在大步流星的速度中遗落了美景和灵魂。阿尔卑斯山下有一张告示:行路的人啊,你慢慢走,不要辜负了沿途的风景。而现在有多少旖旎的风景,匆忙的旅人都只瞟一眼,然后直接打卡朋友圈!请慢慢地走,等等我们那慢悠悠的灵魂,让沿途的风景告诉你生活是什么形状、什么颜色。

请慢慢地,与我们的灵魂同行。匆匆赶路的途中,我们可会停下来去看那曼妙繁星的夜空?假日旅游的路上,我们可会悠悠吟出一句“采菊东篱下,悠然见南山”?假日团聚的时刻,我们能否放下手机,冲壶热茶,与家人谈谈话?请放缓那急促的步伐,时常地告诫自己,等等自己的灵魂,慢慢地说话,慢慢地走路,慢慢地思考,慢慢地享受,于一花一木、一瓢一饮中,慢慢地爱,慢慢地生活!

批准机关: 国家新闻出版广电总署 本报地址: 郑州市金水东路 156 号 邮编:450046 电话:0371-65935260 印刷:河南日兴印务有限公司(郑州市管城区金岱工业园星火路)

路——贺祖国母亲七十华诞

●第二临床医学院 2017 级中医三班 李明昊

夏夜渐浓,月明星稀。在结束了忙碌的一天后,我忽然想起尚未封闭的天台,在这皎洁月光里,从天台向下望去,总会有另一番样子吧!

如果是在以前,我根本不愿来到天台之上,因为这里白天很少有人来,夜晚更是冷冷清清的。天台的前方,就是县城里最宽的一条路,路两旁种满了槐树,葱葱郁郁的。今天的光是格外地皎洁,如水一般洒在柏油路面上,伴着微微泛黄的路灯,仿佛一幅浓墨重彩的油画,映在我的眼帘。站在这看着那条在深夜依旧灯火通明的沥青公路,我的思绪也伴随着轻微的车流声一下子被拉到了从前。

早些年常常听姥爷提起,在他那个年代,家乡的道路还都是石板路,有的上面遍布车辙,有的早已四分五裂,就像一位又一位风烛残年的老人,在众人的脚步里述说着它们无言的沧桑。那时的道路,大部分都是如此,在有些村镇,甚至还用泥土铺路,每到下雪天,道路就变得异常泥泞。待雪过天晴,坐在瓦房里,经常能听到孩子们的嬉闹声,马车的吱吱声、大人的踩水声以及农民挑着担子的赶集声……这几种声音交织在一起,就是当时那个年代的小小缩影。

后来,就到了我出生的年代了。那是 20 世纪的末班车,我已经迈入了改革开放的时代。以前的石板路和土路早已不见了,取而代之的是一条又一条的水泥路,虽然不宽,但是要比以前的路强多了。这时候路两旁也渐渐地热闹起来了,自行车的铃声,摩托车的轰鸣声、小商小贩的吆喝声和姑娘小伙的打闹声……又变成了这个年代特有的交响曲。由于那个年代技术条件的限制,以前崭新的路面没过两年就已经变得坑坑洼洼了,特别是雨季来临,大雨会无情地冲击路面,使得晴天的“坑路”变成了雨天的“水路”。有时候,我和小伙伴们放学回家途经这些水坑时,汽车经过溅起的水花会瞬

间让你变成泥人,这经常惹得我们惊慌失措,又不由自主地看着对方狼狈的样子哈哈大笑。现在回忆起来,还依旧有趣得很!

时间,如同白驹过隙一般在我们的指尖悄然流过。一转眼,我已经从一个懵懂无知的小朋友变成了一名略显成熟的大学生。家乡的路也从以前坑坑洼洼的水泥路变成了笔直的沥青大道。看着逐渐拓宽的县城面积,我不由想——时代的车轮永远是滚滚向前的。你看,那一条条乌黑的柏油路现在已经连接成网,它们就像一条条大动脉,贯穿南北,横接东西。路两旁也不再是那么单调了——一棵棵大槐树拔地而起,再配着树下嫩绿的灌木丛和娇嫩欲滴的花瓣,微风吹过,树叶沙沙作响,送来缕缕清香,仿佛远处高楼上渺茫的歌声。这时候,风吹树叶的沙沙声,汽车鸣笛声,路旁的音响声以及行人熙熙攘攘走过的喧闹声糅合在一起,组成了步入新时代、携手同发展的时代强音。

很多时候,我都喜欢在晴天或者在一个凉爽的阴天,让爸爸开着车,带着我去郊区兜风。昔日郊区的泥土滩已经建起了一排排厂房,变成了一个现代化的工业区;昔日泥泞不堪的泥土路已经成了一道道可以容纳八辆卡车并行的康庄大道。路旁弯弯的杨柳正随风起舞,婀娜的倩影正迎着阳光,在大地上印下了光影交错的和谐旋律。四通八达的公路直通远方,大路上到处都是奔小康的劳动大军!望着车窗外川流不息的车辆,我又一次陷入了沉思,因为路边轰鸣作响的不是机器,是春雷;路上飞驰向前的不是汽车,是希望。

脑海里,有关路的画面就这么流淌着:次日清晨。朝阳初起,彩云漫天。我亦感昨晚意犹未尽,再一次踏上了天台。放眼望去,赤金的朝阳带着五彩的霞光,洒在那条乌黑笔直的沥青大道上,载着车流,载着希望,载着梦想,通向远方,一直通进千千万万像我一样的中国人的心坎里。

很气派,仲景像很大气,助班小姐姐们很负责很可爱。拿到钥匙,去宿舍楼,六楼的宿舍楼爬起来真累,但我还沉浸在喜悦之中,一点也不怕累,见到了要相处五年的室友,可能是因为害羞,大家都很拘谨。我见到了天一湖,见到了大长楼,见到了橘井香,见到了别具特色的地下室文化……这就是我的大学了啊!这就是我去改变自己的地方了啊!开学的第一天晚上,难以入睡,初次与河中医相见的我怀着满心的兴奋激动,脑海里幻想出一幕幕我即将开始丰富多彩的大学生活画面。这,就是我与河中医的遇见,平凡而又普通,但却在我心中激起层层涟漪。

好在,我与河中医的缘分,不只是擦肩而过,也不是一面之缘,我用大把的时间去了解它,去试着爱上它。被种了太阳的军训,紧张的各大组织面试,忙碌的专业课学习,我渐渐地爱上了它。是的,它不大,甚至不及一些学校的十分之一,但我可以驱车熟路地在校园里穿梭徘徊,总有属于自己的的一方天地,或是图书馆,或是办公室,亦或是大长楼前的阶梯上。万物皆有其美,而我只是恰好发现了它的美。我喜欢早上早训时寂静的校园和天上的云霞;我喜欢餐厅令人垂涎的饭菜香气和拥挤的人浪带来的烟火气;我喜欢大长楼前认真背书的学

校里笃学遇见,留下了千古的爱情神话。而我,在这个九月,遇见了河中医。

六月的考场,有人欢笑有人愁,三年的努力孤注一掷,最后的两天,四张卷子,高中便画上了句号。九月,我们相遇。我到学校很早,带着大大的行李,在五星广场排队拿钥匙,校园的氛围;我喜欢中基老师和蔼的笑容,也喜欢英语老师严厉却真诚的善意。总之,短短三个月,我已发现了它的美,而未来,我更要好好去感受它的美,去和它好好相处。

谢谢你,河中医,因为遇见了你,我发现了更多自己的不可能,去尝试,去突破,去变得更好,去人生的更高处。

遇见

●第二临床医学院 2019 级医学本科三班 朱柳洁

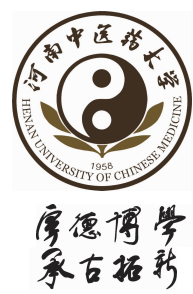
有人说,遇见不过是在一定的地点、一定的时间,遇到一定的人物,或许还有事情。可我想,遇见是多么美好的两个字啊!世间所有的一切,都源于遇见。种子遇见雨露阳光,长成了千古一木;杜牧在白雾缭绕的山林中遇见经霜的枫叶,吟唱出千古绝句:

“停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花”;许仙和白素贞的遇见,留下了千古的爱情神话。而我,在这个九月,遇见了河中医。

六月的考场,有人欢笑有人愁,三年的努力孤注一掷,最后的两天,四张卷子,高中便画上了句号。

九月,我们相遇。我到学校很早,带着大大的行李,在五星广场排队拿钥匙,校门

(上接第 1 版) 责任的 具体举措。就如何进一步加强基层党的建设,推进全面从严治党,别开海强调,各基层党组织要聚焦主题主线,提高政治站位,坚持把学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大、十九届四中全会精神作为当前和今后一个时期基层党建工作主题主线,作为抓基层党建的出发点、着力点、落脚点,进一步扛牢管党治党的政治责任,精心谋划基层党建工作,落实基层党建任务,不断开拓新思路、研究新举措,开创新局面,确保基层党建工作方向正确、实效明显;要突出首位首要,突出政治建设的统领作用,把保证全党服从中央、坚决做到“两个维护”作为首要任务,不断巩固和深化“不忘初心、牢记使命”主题教育成果,进一步强化抓好党建是本职、不抓党建是失职、抓不好党建是不称职的理念,教育引导基层党组织和广大党员自觉在思想上政治上行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致,不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”,做到“两个维护”;要夯实基层基础,紧紧围绕党的十九大提出的提升基层党组织组织力这个重要命题,强化基层党建引领,更好发挥基层党组织领导作用,持续推进“双带头人”队伍整体优化提升。严格按照《中国共产党支部工作条例(试行)》要求,以标准化、规范化建设为着力点,抓实抓细支部组织生活,完善党支部工作制度,坚决改变党建业务“两张皮”的现象,不断提高党支部建设质量,充分发挥党支部的战斗堡垒作用和共产党员的先锋模范作用;要强化主责主业,“一分布置,九分落实”,各基层党组织要把思想建党、抓党建作为重中之重,行动上抓好落实,切实成为抓基层党建工作的“一线指挥”,进一步强化创新理论武装,守牢意识形态阵地,持之以恒正风肃纪,严明党的政治纪律政治规矩,持续强化考核问责,压力传导,层层落实,真正做到守土有责、守土负责、守土尽责,进一步营造风清气正的育人生态,以党建工作实际成效为学校转型发展凝聚起强大动力。



河南中医药大学报

HENAN UNIVERSITY OF CHINESE MEDICINE NEWSPAPER



河南中医药大学官方微信、微博二维码

中共河南中医药大学委员会主办、主管

国内统一刊号 CN41—0819/(G)

2019 年 12 月 31 日

投稿邮箱:3030247042@qq.com

第 10 期 (总第 333 期)

坚持守正创新 奋力开创一流中医药大学建设新局面

尊敬的各位老师、各位校友、同志们、同学们、朋友们:

时间勾勒新的年轮,刻下河中医人前行的印记。当冬日的暖阳跃出地平线,充满希望的新的一年扑面而来,我们开始了一次新的出发。

告别 2019,拥抱 2020。站在新旧交替的又一个节点,我们正沐浴着中医药事业振兴发展的和煦春风;站在继续开来的又一个驿站,我们正见证着学校蓬勃发展的崭新局面;站在学校转型发展的又一个山巅,我们看到了一所积淀深厚的中医药大学对于宏伟蓝图如何徐徐铺展。

历史是最好的老师。回望 2019,我们的年度记忆里有全校师生共庆新中国成立 70 周年的难忘场景,河中医的年度叙事里有全校干部职工奋力开创一流中医药大学建设新局面的感人画面。在这一年,每一位师生,既能在主题教育中深

切感受到河中医人的初心使命,亦能在中医药事业振兴发展大好时机中务实重干。

刚刚过去的一年,续写着浓墨重彩的河中医故事。这一年,学校“十三五”规划各项任务得到落实,一次党代会各项目标任务持续推进;这一年,学校党委坚持以党的建设为统领,深入贯彻落实习近平总书记考察调研河南时重要讲话精神,扎实开展主题教育,在践行初心使命中努力解决师生最急最忧最盼的问题,成效显著;这一年,学校党委深入贯彻落实党的十九届四中全会精神,在提升学校治理体系和治理能力上全面发力,推进扎实;这一年,学校深入学习贯彻习近平总书记对中医药工作作出的重要指示和全国中医药大会精神,坚持守正创新,各项工作呈现出良好发展态势。

更将被历史铭记的是,这一年,标注了每一位教职工生的心血汗水和累

累硕果。因为就在这一年,奋力前行的河中医人,在人才培养、学科建设、科学研究、师资队伍建设等各方面工作中均取得了优异成绩,捷报频传,出彩连连,广大师生的幸福感、获得感、安全感持续提升,学校的知名度、美誉度、影响力全面提升。

一年的奋进,记录了河中医人机遇面前的果敢坚毅;一年的拼搏,记录了河中医人困难面前的坚韧担当;意义非凡的一年,为我们走好学校转型发展之路积蓄了宝贵的经验,无穷的力量,诸多发展成就为我们梦想的实现打开了更多的可能。

新征程的大幕已经拉开,2020 年是深入贯彻落实全国中医药大会精神,坚持守正创新,促进中医药传承创新发展的关键之年,是落实学校“十三五”规划的收官之年,是落实学校一次党代会精神承前启后的一年,我们面临的发展机

遇异常难得,发展任务异常艰巨,但学校转型发展已进入关键时期,我们既找不到现成答案,也没有后退余地,更没有徘徊理由。读懂党和人民的期待,回应师生的呼声,抓住中医药事业振兴发展历史机遇,坚持党建统领,紧盯目标任务,倒排工期,挂图作战,逐项解决制约学校发展的瓶颈和难题,让全校干部职工的每一种奋斗都能找到坚持的意义,让师生的每一个梦想都有生长的土壤,创建一流中医药大学的奋斗目标就一定能早日实现。

沐浴着新年的阳光,愿河中医人大大小小的梦想温暖栖息,恣意生长;愿大国小家在未来的日子里更加繁荣昌盛,更加幸福圆满!

中共河南中医药大学委员会
河南中医药大学
2019 年 12 月 31 日

我校召开贯彻落实《中共中央 国务院 关于促进中医药传承创新发展的意见》专题会议

本报讯(文/李伟峰)为深入贯彻落实《中共中央 国务院 关于促进中医药传承创新发展的意见》精神,2019 年 12 月 16 日下午,我校召开专题会议部署《意见》任务分解方案。校长许平等和学校有关职能部门及相关单位负责人参加会议。校党委委员、副校长李建生主持会议。

会上,发展规划处处长孙可兴传达了校长办公会关于由发展规划处牵头制定学校贯彻落实方案的决议,对学校贯彻落实《意见》的任务分解方案进行了说明和部署。李建生要求各部门、各单位按照任务分解方案,制定具体措施,加强协作,从讲政治的高度推进此项工作。

许平等在总结讲话中指出,《意见》体现了党中央、国务院对中医药事业的高度重视和期望,希望各部门、各单位认真学习、深刻领会,并对做好贯彻落实工作提出了明确要求:一要高度重视,提高认识。《意见》的发布,为新时代传承创新发展中医药指明了方向,为学校事业发展和“十四五”发展规划的制定提供了科学指引和根本遵循,对我校转型发展具有重要意义。二要明确任务,责任到人。此项工作责任重大,任务繁重,涉及面广,希望各部门、各单位结合学校和自身实际,将“要我干”和“我要干”相结合,当前和长远相结合,并召开班子专题会议研究制定方案措施,落实到人,按时完成任务。三要团结协作,抓好落实。此项工作涉及到学校发展的方方面面,牵头部门要有前瞻性、全局观,做好沟通协调,统筹推进,创造性地开展工作;责任部门要认真研判任务内涵,明确定位,理清思路,抓实抓细,按时完成,大家要共同努力,为中医药事业和我校高质量发展做出新的更大贡献。

责任编辑 苗苗 校审 吴晋一 学生编辑 马志超 许露雅

河南中医药大学精神

不畏险阻、攻坚克难的精神气概;
百折不挠、坚韧图成的精神品格;
抢抓机遇、勇于担当的精神追求;
和衷共济、众志成城的精神特质。

我校召开党委中心组集中学习暨舆情应对专题培训会

本报讯（文/苗苗）为提高学校在新媒体背景下舆情事件处置与应对工作的科学性、针对性和有效性，做到守土有责、守土负责、守土尽责，2019 年 12 月 10 日下午，我校在图书馆第一报告厅召开党委中心组集中学习暨舆情应对专题培训会。培训会分两个阶段进行。

在第一阶段，省教育厅办公室副主任陈凯博士应邀为我校师生作了题为《融媒体时代的教育舆情应对与舆情引导》的专题培训。校党委理论学习中心组成员，全体处级干部，各部门、各单位办公室主任和宣传部长，全体辅导员，通讯员、网络评论员、学生记者代表等 300 余人参加会议。校党委委员、工会主席张加民主持。

陈凯结合大量高校教育管理与社会热点舆情案例，进一步强调了意识形态工作是党的一项极端重要的工作。他系统梳理了教育舆情有关概念、发展历程

和引导策略，从“清醒认识处境”“清醒认识环境”“清醒认识时代”“清醒认识问题”四个方面，详细讲述了新媒体时代高校在应对和引导舆情时的正确态度和基本做法。陈凯结合国家有关教育系列政策的出台，系统分析了我省高校近年来的发展现状，并针对性地阐释了应对舆情，特别是网络舆情的根本遵循、原则要求和方式方法。他表示，当前，我国高等教育正处于由高速增长转向高质量发展的重要历史时期，高校在舆情应对和引导工作中，应坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，准确把握新时代宣传思想工作规律，充分了解互联网时代信息传播速度快、舆情事件信息真假难辨，大学生个性鲜明、思想活跃等特点，对网络舆情进行科学处置和引导。陈凯指出，高校广大宣传工作者要努力提升政治站位和媒介素养，全方位提升思想政治素质和业务能力，通过恰当的思想引导和良好的业务工作。（下转第 2、3 版中缝）

2019 年度研究生“学术创新活动月”活动圆满结束

本报讯（文/刁青蕊 秦中鹏）为全面落实高校“立德树人”根本任务，深入开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，扎实推进研究生学术学风建设，提升研究生学术创新能力和科研诚信意识，持续深化我校研究生“两大育人工程”的内涵发展，我校于近日组织开展了 2019 年度研究生“学术创新活动月”系列活动。

本次活动以“守仲景学术之道 兴杏林育人新风”为主题，共举办了六个栏目、七大类形式多样的主题活动，征集各类研究生作品 686 项，参与研究生达 3600 余人次。经过各培养单位推荐、专家初审、终审等环节，共评选出特等奖 1 名、一等奖 14 名、二等奖 24 名、三等奖 44 名，极大激发了研究生参与学术活动的热情和兴趣，营造了浓厚的科研学术氛围。

此次活动旨在提升研究生的科研诚信意识培养与学术创新能力，学校结合培养单位研究生的专业优势和特色，先后组织开展了研究生“名师·名家面对面”校级讲座 2 场、各培养单位讲座 36 场，特别邀请了校长许二平教授为全校博硕士研究生做了“不忘初心 牢记使命 弘扬科学精神 加强学风建设”的专场讲座，启发同学们强化科研创新意识，做“真人”、做“真事”、做“真学问”；博士生导师李寒冰教授做了“工匠精神与科研思路”专题报告，鼓励当代研究生要“秉承工匠精神、以匠心做学问、用匠心成就人生”；举办了“加强学风建设、防范学术不端”主题教育暨签名承诺书活动；在既往“仲景”硕博论坛期赛的基础上，本次活动月“以赛促

学、以赛代训、以赛交流”，开展了“仲景”硕博论坛优秀讲演者全校公开预选赛、半决赛和总决赛，参赛代表从不同专业领域展示了他们的学术研究成果和良好的专业素质，起到了示范和带动作用；围绕研究生实践创业意识与科研创新能力培养，本次活动月还组织开展了“研究生科技创新基金项目”“研究生创新创业团队项目”申报和遴选；邀请了省内知名专家和企业家担任评委，对研究生的创新创业报告进行了全方位、多角度、多层次的专业指导；在“研究生优秀学术论文评选”活动中，共收到来自全校研究生提交的论文 198 篇，锻炼了研究生的科研素养和写作能力；“科学也偶像”“我心目中的科学家精神”文字暨短视频征集等活动，展示了我校师生的新时代科学家精神，激发了研究生投身科研的信念和决心。

活动期间，恰逢全国中医药大会在北京召开，研工部、研究生院以“中医药的传承与创新发展”为题，及时组织研究生学习全国中医药大会精神并向全校研究生发出了《传承精华 守正创新 争做合格的中医药事业接班人》的倡议书。

本次“研究生学术创新活动月”内容丰富，形式多样，特色鲜明，参与面广，极大地激发了研究生的科研创新活力，为学校营造了浓厚的学术氛围，强化了研究生的学术诚信意识，强化了研究生学术学风建设的内涵，对全面提升我校研究生培养质量、助力学校转型发展起到了积极的促进作用。

本报讯（文/陈戈）为进一步贯彻落实习近平总书记关于高等教育的重要论述，认真落实全国全省教育大会、全国全省高校思想政治工作会议精神，切实做好我校青年教师队伍建设工作，提高新进教师的综合素质和业务水平，2019 年 12 月 5 日至 6 日，我校对 2019 年度 62 名新进教师进行集中培训。

12 月 6 日上午，学校在图书馆第二报告厅举行了新教师入职仪式。仪式由校党委委员、副校长张小平主持。校长许二平发表讲话，并为新进教师作了题为《牢记初心使命，争当新时代四有好老师》的专题讲座。他对我校校史校情进行了简单介绍，并从牢记“初心使命，坚守立德树人根本任务”“树立教育信仰，做学生健康成长的指导者和引路人”“追求守正创新，争当促进民族复兴重任的大国良师”三个方面对新进教师提出了希望和要求。他表示，希望各位新教师在树立高尚师德上做表率，在强化业务水平上下苦功，在增强创新能力上有作为，真正成为政治素质过硬、业务能力精湛、育人水平高超、方法技术娴熟的“大先生”，为中医药振兴和学校的发展做出应有的贡献。为增强新进教师的职业荣誉感和自豪感，提升教书育人的使命感和责任感，入职仪式上全体新教师进行了庄严宣誓，表达他们忠诚教育事业、履行教书育人职责的决心。许二平为新教师代表授校徽并合影留念，欢迎他们正式成为我校的一员。

12 月 6 日下午，校党委书记别荣海看望了新进教师并作专题报告。他回顾了我校的办校历程，围绕学校的特色、优势以及当前面临的机遇等方面介绍了近年来学校的发展概况，并指出，要借助此次主题教育的东风，立足学校未来发展目标，以党的建设为统领，坚持人才兴校战略，实现教学与科研并重的高质量转型发展，进行人才培养模式和科学技术的创新，提升社会医疗服务、学科建设和人才培养质量水平。别荣海在讲话中对新进教师提出了四点殷切希望和要求：要讲政治，守牢思想政治底线；要讲师德师风，坚持立德树人实现三全育人；要讲学术水平，结合团队做出成绩；要讲教学相长，做一名高水平的优秀教师。他表示，希望新进教师能够快速融入学校，做好自身的职业生涯规划，努力提升自身的教学科研能力，发展自己、成就自己，同时为我校早日建成国际知名、国内一流的教学研究型大学做出更大的贡献。

（上接第 2 版）持续提升新媒体时代教育舆情处置与宣传引导能力，进一步增强学校新闻舆论的传播力、引导力、影响力和公信力，用更加出色的工作业绩为学校健康快速发展打造风清气正的网络空间和舆论氛围。

张加民在讲话中表示，陈凯博士站在如何处置应对教育舆情事件的高度，为我们明确了目标、理清了思路、找到了方法，使大家受益匪浅。他希望大家以此次培训为契机，持续深入、系统学习习近平总书记对宣传思想工作、意识形态工作的重要指示精神，深刻把握新时代宣传思想工作规律，熟练掌握新媒体背景下舆情事件处置及应对的原则、方法，全面提高科学应对舆情事件的能力素质，紧紧围绕立德树人根本任务，为建设一流中医药大学营造良好的舆论氛围。

在第二阶段“新时期宣传思想工作守正创新与舆情应对”培训会上，校新闻中心主任王秋安从怎么看、怎么想、怎么办三个方面，重点介绍了新时期宣传思想工作的根本遵循和面临的新形势新任务新要求，并对会上发放的学校《舆情应对工作手册》进行了解读。

张加民在总结讲话中指出，学校宣传工作者一定要坚持守正创新，才能推动新时代学校宣传思想工作强起来；守正是基础。要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，坚持党对宣传思想工作的全面领导，把宣传思想工作摆在治教兴校的重要位置，放在心上、挂在嘴上、抓在手上；各级党委的政治站位要跟上党性要求，提高政治站位，增强政治自觉，确保在任何时候任何情况下都能做到政治信仰不变、政治立场不移、政治方向不偏。创新是关键。宣传思想工作要把握社会和时代的脉搏，思想观念跟上形势发展，工作内容跟上需求变化，自身能力跟上使命任务，要既识“天气”又接“地气”，要既能“讲理”又能“管理”，要既懂“艺术”又懂“技术”，要既会“倡导”又会“疏导”，要强化“越是难干越是难得”的机遇意识，“越是困难越要向前”的使命意识，用情怀与坚守、用责任与担当，把学问深进进师生的心坎里，把虚功实做在学校的发展上，为推动学校转型发展、建设一流中医药大学提供了强有力的思想保证、精神动力、文化支撑和道德滋养。



继 2019 年 4 月我校官方微博连续两周获得“全国高校”微博排行榜第一、荣获“河南省教育系统”“全省本科院校”第一之后，10 月初以来，又连续八周摘得“全国高校”桂冠，实现了年度“十周”第一名，今年，我校官方微博浏览量达 1.1 亿人次。我校官方微博紧紧围绕传承红色基因，弘扬中医药文化做文章，打造了独具特色的“仲景”宣传品牌。

传承弘扬红色基因，中！

我校新媒体记者团微博部 21 名学生记者，在新闻中心负责人带领下，在官方微博开设了“红色文化”专栏，及时以“视频、音频、图文、图片、文字”“五位一体”的形式，全方位、多角度、深层次宣传报道学校党委在传承弘扬红色基因方面的特色做法和取得的显著成效。

遵义等革命圣地，学校干部师生涵养红色基因；校园里，到处是红色文化宣传栏，师生熏陶红色基因；课堂上，教师讲授红色文化，传承红色基因；课后，师生深度座谈、交流，共同感悟，弘扬红色基因等等，在全校范围内持续营造了传承红色基因，争做时代新人的浓厚氛围。

倾力打造“仲景”宣传品牌，中！

“把张仲景作为河南中医药最高的旗帜、最响亮的品牌、最大的无形资产继承好、发掘好、弘扬好，

莼丝子

形态特征：为旋花科植物南方莼丝子或莼丝子的干燥成熟种子。本品呈类球形。表面灰棕色至棕褐色，粗糙，种脐线形或扁圆形。质坚实，不易以指甲压碎。

Morphology :The dry ripe seed of Tusi Zi (Cuscuta chinensis Lam. Jor Nanfang Tusi Zi (Cuscuta australis)(Fam. Convolvulaceae). It is spherical ; It is surface is ash brown to brown, rough; its hilum is linear or oblate; solid, not easy to crush with nail.

性味归经：味辛、甘，性平；归肝、肾、脾经。

Medicinal properties:Pungent and sweet in flavor; slightly warm in property;enters the liver, kidney and spleen meridians.



功效：补肝肾，益精髓，明目。
Efficacy : Tonifying liver and kidney,benefiting essence –marrow, improving eyesight.

主治病症：腰膝酸痛，遗精，消渴，尿有余沥，目暗。
Indication: Sore– aching waist and knees, spermatorrhea, wasting – thirst, dribbling after urination, dim eyesight.

用量用法：内服：煎汤，15～25 g；或入丸、散。外用：炒研调敷。
Usage and dosage:15 ~ 25 g is used in decoction, pill or powder preparations for internal use ; or stir–baked for external application.

注意事项：孕妇、血崩、阳强、便秘、肾脏有力、阴虚火动，六者禁用。

Notes: It is contraindicated for pregnant women, or people with metrorrhagia ,penis ulteroerection , coprostasis , kidney fire , yin deficiency stirring fire. 摘自《常用保健中药与膳食配方》（许东升主编，郑州大学出版社 2017 年）

中医药诗词赏析

中医药文化源远流长，博大精深。习近平总书记指出，中医药是打开中华宝库的钥匙。中国诗文精品数不胜数，其中，“中药诗词”和“中药文”的风格尤为独特，且构思精妙，让人既可领略古诗文的魅力，还可感受中医药文化的韵味，编者将精选部分中医药文化主题的系列诗词，与您共赏！

《离骚》

朝饮木兰之坠露兮，
夕餐秋菊之落英。
扈江离与辟芷兮，
纫秋兰以为佩。

“朝饮木兰之坠露兮，夕餐秋菊之落英”。屈原的名句，一语道尽兰菊的高贵。至今，对菊从来都倾然敬之，只是，无可避免地乏了亲近之意。或许，这份独立寒秋、傲霜迎雪的坚韧，才让人忍不住自惭形愧。

菊花，秋天的灵魂。在飒飒秋风里，众花凋零，独菊傲秋霜而盛放，清绝高雅，实乃一道独特亮丽的风景。在诗中，诗人反复地用各种象征手段——饮木兰之露，餐秋菊之英，戴发发之高冠，佩陆离之长剑；又身披种种香花与香草……均是为了表现自己高洁的品德。

屈原在其著作中，曾先后几十次提到了江离、泽兰、木兰、申椒、佩兰、白芷、香茅、木莲、荷花等二十五种药名。《离骚》这篇千古奇文鲜明的特点就是善于运用芳香性的药物来象征和比喻自己纯美高尚的志向以及不甘坠落，不愿同流合污的情操。

摘自《文人咏叹诗话》（肖凡主编，中国古籍出版社）

颈肩腰腿痛在家用药热敷

症状：

四肢外伤手术后局部红肿胀满，长久不愈；颈肩腰腿痛及软组织损伤；足背水肿瘀痛，行走困难；膝关节不利。

好大夫家里的好偏方：

每天在家用“肿痛一敷灵”熏或者热敷痛点部位。

很多四肢外伤手术后的朋友，常会出现局部红肿胀满几个月不愈，一般遇到这种情况，只有在家休养，等待机体自我康复。其实，有一个中药熏蒸的方法可以治疗此类红肿，可以在家自己做，一般只要一周，红肿就会消退。

我的一个本家弟弟，去韩国打工，干重体力活，谁知不到一月，幼年时脚背陈旧伤复发，足背红肿，不能劳动。我嘱其家人将药寄到韩国使用，同时停止目前工作，后治愈。

这个“肿痛一敷灵”的组方及使用 方法如下：

到中药店买续断、杜仲、伸筋草、透骨草、当归、牛膝、丹参、羌活、海桐皮、姜黄、防己、赤芍各 30 克；细辛、洋金花各 10 克，加水 2000—2500 毫升，浸泡 30 分钟后，武火烧开，文火煎 30 分钟，再加入老陈醋 500 毫升煮开，即可使用。

开始滚烫时，用蒸汽熏红肿之处，待温度适宜后，将红肿的地方浸泡于药汁内，一天两次，一次 30—60 分钟，一般一周即可见效。

此方活血化瘀，消肿止痛，不光用于外伤，亦可用于治疗现代人的颈肩腰

腿痛及软组织损伤。

还可热敷的方法，具体做法如下：

将上述药放入容器内，加入老陈醋 500 毫升，待药物把醋吸尽，用透气好的布缝成药袋装入药物，放入锅内蒸半小时后取出，热敷痛点。

注意不要烫伤，温度高时可在痛点多垫几层毛巾。一剂药夏天可使用 3—5 天，其他季节可用 5—7 天。有时朋友最好一天两次热敷，一次一个小时。

许多朋友反应，用药一次，肩背就不那么痛了，而且没有针灸痛苦。还有几位老太太下肢静脉曲张，足背水肿瘀暗，行走困难，我也让她们在家用熏洗桶治疗，同样取得了满意的疗效。另外老年人多膝关节不利，用此方法热敷，缓解疼痛也不错。

摘自《把好大夫请回家》（吕沛宛著，江西科学技术出版社 2012 年）

