

清风盈袖 正气满怀

——有感廉洁家风的重要性

●马克思主义学院 2019 级中国近现代史基本问题研究专业研究生 马小月

“吾中国社会之组织,以家族为单位,不以个人为单位,所谓家齐而后国治也。”家是社会活动的最小细胞,是正心修身的第一课堂,也是文化传承的核心链条。我国传统家风家训中蕴含了大量优秀的廉政文化元素,对于建设新时代文明家庭,营造良好的反腐倡廉氛围,加强社会主义精神文明建设有着重要的借鉴和指导意义。

处己持节勤俭戒奢,是优秀家风的基本内涵。“一粥一饭当思来之不易,一丝一缕恒念物力维艰”是《朱子家训》朱柏声教育孩子的至理名言;司马光在《家范》中不断告诫子女“欲成大事,勤俭自立”;清正廉洁的中国近代政治家曾国藩也在《家书》中告诉后人“凡仕宦之家,由俭入奢易,由奢返俭难”的道理;南宋爱国诗人陆游的《放翁家训》中记载有“若夫撙节以求贵,市道以营利,吾家之所深耻,子孙戒之”的训诫;虎门销烟的民族英雄林则徐,童年家境寒苦,但父母一直教导

子女们要知足常乐,一家十口人即使只有一块豆腐吃也能够乐观面对,所以在这样困苦却温馨的家境中长大的林则徐,才能有“苟利国家生死以,岂因福祸避趋之”的伟大抱负;习近平总书记的父亲习仲勋更是严格教育子女要艰苦奋斗,并用岳母刺字“精忠报国”的典故勉励子女“为人民服务,就是对父母最大的孝”。这种持节、廉洁的家风思想作为我国优秀传统文化美德的重要组成部分,承古至今,滋养了一代又一代的中华儿女,培养了一批又一批的国之栋梁。

“家风是社会风气的重要组成部分。家庭不只是人们身体的住处,更是人们心灵的归宿。”我国古代极为重视家族的发展,家规、家祠、家训在一个家庭中的核心地位不可替代,它往往是引领一个家族兴衰荣辱的重要因素。十八大以来,习近平总书记多次在公开场合提到家风建设对培养党员干部廉洁思想的重要性。传承经

典家训,传播清廉家风,汲取传统家风、家训精华思想,应用于新时代文明家庭建设,不仅能够提高家庭成员的道德素养,亦有助于通过传统家风家训的关注度提高引起家庭成员乃至社会成员对中华优秀传统文化的重视程度,成为新时代国人学习优秀传统文化、增强文化自信的有效途径。

“忠厚传家久,诗书继世长。”一个国家的繁荣富强是家庭与个人生存发展的前提条件,家庭与个人的和谐进取也是推动国家发展的重要力量。习近平总书记在 2015 年春节团拜会上强调的“重视家庭建设,注重家庭、注重家教、注重家风”,关系国家长治久安,关系人民安居乐业,责任重大,意义深远。为此,我们每个人都要在知行合一上下功夫,在日常生活中发扬光大中华民族传统价值美德,让核心价值观内化于心、外化于行,从而为全面建成小康社会、实现伟大中国梦凝聚强大力量。

送走姹紫嫣红、五彩缤纷的春天,告别烈日炎炎、骄阳似火的夏天,校园迎来了丹桂飘香、果实累累的秋天。

在我的印象中,秋是金黄而深沉,热烈而深沉,成熟而充实的。记得今年第一次在校门前发现金黄却稀疏的落叶,我匆忙翻开日历,才恍然发觉秋天已经来临。

一阵阵阵飒飒秋风吹过,万物齐奏绝美乐章。秋天的校园美在“井”字形花园里。你瞧,那儿盛开了好多菊花啊!远远望去,金灿灿的一片,当真不愧“金秋”之名。花园之中,朵朵鲜花在最后的秋日里,绽放那绝美的花蕊。有的白如雪,有的黄似金,有的红似火,五彩缤纷,绚烂夺目;有的像正在睡觉的小精灵;有的像害羞的小女孩;有的又像一只翩翩起舞的蝴蝶,形态万千,令人目不暇接。

秋日的校园美在句古诗词里。自古以来,有多少诗人、作家与秋日盛景结下了不解之缘。“纵使秋风寒,我自顾娇艳”是一种生命绽放的美,“采菊东篱下,悠然见南山”是一种幽静清雅的美,“秋菊能傲霜,风霜奈何”是一种刚烈坚毅的美,“停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花”是一种火红热烈的美,秋日的校园像一幅幅展开的画卷,每一帧、每一笔总是那么迷人。

秋天的校园更美在同学们的读书声和笑脸中。在走廊上,在楼梯上,在教室里,都能听见同学们朗朗的读书声,那读书声像是一首人人皆唱的歌,让人精神为之一振;又像一杯清淡的茶,予人一种清新的味道……同学们的笑脸更是随时、随处可见。瞧!操场上同学们玩游戏、打篮球,好不快乐!而那边,篮球队赢了,正击掌庆祝呢。

教室里同学们正从书本里汲取营养,填补自己的知识,脸上乐陶陶的表情带着感染人的满足。看着那一张张笑脸,这是青春的气息。多么绚丽缤纷的秋色呀!这秋景在我们的校园里多么使人陶醉!

这就是我的校园:多彩,蓬勃,美好。秋天的校园,成熟的校园。秋天真像一个伟大的魔术师,把我们的校园“变”得分外美丽;秋天又像一枝神笔,把我们的校园“画”的如此灿烂、美好。秋天的校园是一幅美丽的画卷,里面的你和我,秋风与落叶,共同谱写着诗情画意。

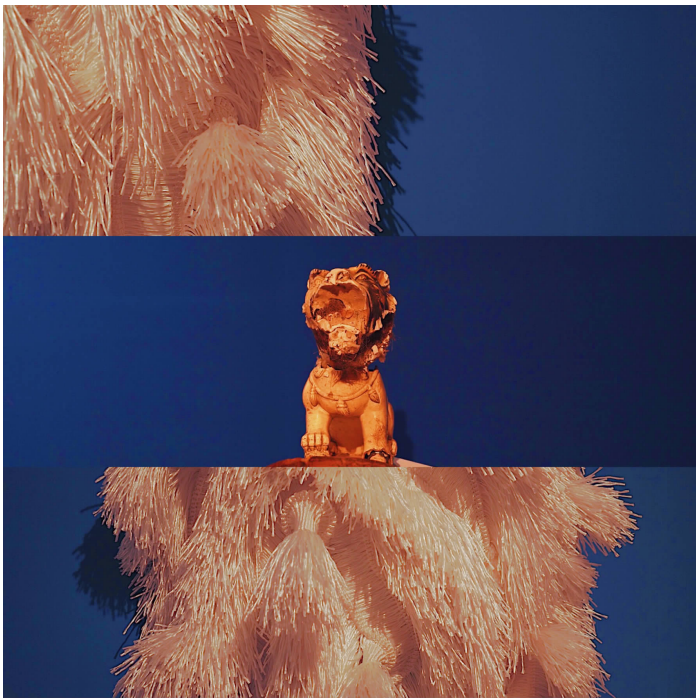
我爱秋天,更爱秋天的校园。

●第二临床医学院二〇一九级临床医学本科二班 王志一

金秋校园

老板,『惹』碗烩面!

●外语学院二〇一九级英语本科三班 李佳信



2019 级针灸推拿学本科一班 赖彦臣/摄

“老板,惹一大碗烩面,小碗盛,别叫稀喽。”这是新乡市延津县本地拍摄的网络情景剧《爱笑不笑》里面的一句玩笑话,热气腾腾的烩面搭配上朴实的河南话,属实地道。说到地道,烩面一定是河南美食中最地道的一味佳品。它频繁出席在人们的饭桌上,小到每家每户的饭桌,大到世界各国领导人的峰会,宾客们在吃过烩面之后都很难不竖起大拇指说一句:“中!真中!美极了!”

作为河南人,我先给大伙儿介绍一下烩面在河南的地位。河南烩面是河南三大小吃之一,也是中国十大面条之一,豫菜系,与北京炸酱面、山西刀削面、湖北热干面、四川担担面共称为中国五大面食,广受赞誉。河南烩面是集荤素汤汤于一体的传统小吃,以汤汁鲜美、和面筋道、营养丰盛、经济实惠的特点风靡,因其物美价廉受到了国内外的一致好评。

而这绝不是它仅有的优点,我们从它的主菜与搭配中又可以玩儿出很多花样。烩面可以按主料不同,分为羊肉烩面、牛肉烩面、三鲜烩面、五鲜烩面等等。根据口味可分为清汤、微辣、辣。而它辅料则更是丰富,有海带丝、豆腐丝、粉条、香菜、鹌鹑蛋、海参、鱿鱼等等,上桌时再外带香菜、辣椒油、糖蒜等小碟,方便客人调配自己喜欢的口味。对于我这个烩面的忠实粉丝,一个喜欢喝汤的河南人,自然更喜欢羊肉烩面,因为羊肉配上香菜会让汤更香。去掉繁杂的配菜,羊肉烩面上清汤,多放香菜,一两个鹌鹑蛋,少许海带,一碗有滋有味的烩面便出现了,再配上我们当地的延津火烧或者原阳灌汤烧饼,自然是不饱不归啊。

最后,河南烩面虽遍及河南,各地各有风味。但说起地道,身处河南省会的郑州烩面自然是“皇冠上的明珠”。在这个被称为“烩面之城”的地方,烩面馆遍布全市的大街小巷,足以见得人们对烩面的喜爱。我身为河南本地人,打小就吃烩面,却从不感到厌烦。每次在郑州吃到烩面,我一定会吃个“翻碗式”的干净,绝不放过一丝美味。如果我的外地朋友来到郑州游玩,我首先想到的便是带他们去尝一尝地道的河南烩面,相信作为外来客的他们在品尝这道佳肴过后,自然会成为它的忠实粉丝。多年以后,大家可能都会离开郑州,离开河南,也会忘记很多东西,但烩面一定是郑州留给我们的珍贵的回忆!

看到这里,大家的味蕾是不是也已经迫不及待想去品尝一碗地道的烩面呢?不要犹豫了,赶快走进食堂,跟食堂师傅说:“师傅!惹一碗烩面!”

与其“凡尔赛”,不如“不怕赛”

●护理学院 2020 级护理本科二班 周喻悦

“凡尔赛文学”最近霸屏微博热搜及朋友圈,引发了又一场网络狂欢。很多人疑惑这到底是什么,凡尔赛?法国文学?

所谓“凡尔赛文学”是指在社交平台的交流中通过使用一些第三人视角的反向描述,先抑后扬、明贬暗褒地自问自答,从而在不经意间炫耀自己、彰显优越感的一种表达方式。例如知乎名句:“人在美国,刚下飞机,谢邀。”这种“凡尔赛文学”的出现,不外乎是为了满足人们的虚荣感,用一种看似朴实无华的语气来表达一种高调的态度。

大千世界,物欲横流,丰富多彩的世界也加深了人们内心的浮躁增强了人们对虚荣以及崇拜的追求,有的人希望可以在别人面前展示优越感,“凡尔赛文学”便应运而生。

“心无物欲,即是秋空霁海;座有琴书,便成石室丹丘。”唯有锁住物欲

才能成就秋空霁海。作为普通人,我们也许不是真正的虚荣,只是在偶然的时间,偶然地看见了那个梗,为了娱乐模仿这种说话方式,才让“凡尔赛文学”红极一时。

英国诗人雪莱曾表示:“浅水是喧哗的,深水是缄默的。”那些“凡尔赛文学”的拥护者,无非是想用这种别样的炫耀方式来引起他人的注意,但如若我们都可以把握这一点,对于这种炫耀不闻不问,“凡尔赛文学”就没有了可以炫耀的对象,它也就失去了赖以生存的土壤,这种“文学”自会悄无声息的消失。

抗击新型冠状病毒肺炎疫情的过程中,那些白衣为甲、逆行出征、默默付出的英雄们从来不屑与入炫耀自己的功绩,埋头苦干、不问收获是他们身上的特质,也正是他们身上这种无畏风雨的精神给了我们十足的信心,让我们在风雪之中倍增信心,

成功渡过难关,让我成功取得了抗击新冠肺炎疫情的阶段性胜利。浅水是喧哗的,深水是缄默的。我们更期待看到的“优越感”,并不是你毕业于哪个名校、拥有多少奢侈品,而是丰满的灵魂和高尚的品格自身散发出的温暖光辉。

当我们的自我认同感需要从他身上获取时,我们便真正失去了内心的自我。自信需要自己给予。作家张佳伟曾说:“所谓焦虑,也就是时时刻刻希望以最短的时间,获取最多的存在感、优越感与自我认同。”无论一件多么小的事,当我们完成它就可以给予自己一种满足感时,也就不再需要所谓的“凡尔赛文学”了。

与其在“凡尔赛文学”上斟酌字句、修修改改,不如给自己一个宁静时间来提升自己,自己给予自己满足感、认同感,创造生活的充实,才不会沉迷于做一个表面的“人上人”。

(上接第 1 版)放飞梦想注入精神源泉。希望同学们把弘扬伟大抗疫精神与河南中医药大学精神紧密结合,秉持精神特质,努力争先进位,早日成长为担当民族复兴大任的时代新人。

会议强调,经此一役,我们在任何困难和风险面前都不会放弃、不退缩、不止步;经此一役,我们在未来应对任何挑战和重任都能担得起、扛得稳、打得赢。今天我们既为疫情斗争取得的重大战略成果感到鼓舞,同时也要清醒地认识到,防控形势依然严峻,必须做好较长时间防控疫情的思想准备和工作准备。全校各部门、各单位要高度重视,认真落实国务院联防联控机制部署的防控策略、方案和省委省政府

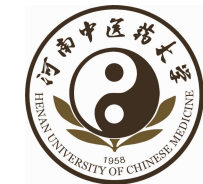
的最新安排部署,坚持外防输入、内防反弹不动摇,始终绷紧疫情防控这根弦,做到常态化精准防控和应急处置相结合,扎实做好秋冬季疫情防控应急预案,以对党和人民高度负责的态度,对全校师生高度负责的态度,坚决筑牢常态化疫情防控的校园安全防线!

会议强调,各基层党组织、各部门、各单位要高度重视,认真组织学习,切实把会议精神传达到每一名党员干部,传达到每一位教职工,把全校师生的思想和行动统一到会议精神上来;要广泛宣传会议表彰的先进集体和先进个人的典型事迹,进一步营造求真务实、加快发展、争先争优的浓厚氛围,以此次抗疫表彰大会为契机,以先进为榜样,在全校掀起学习先进、赶超先进、争当先进的热潮;要按照学校发展规划的统一安排部署,紧密结合本次会议

精神,立足本部门、本单位的工作实际,进一步明确工作重点和保障措施,以本次会议为新的起点,在这场波澜壮阔的战役和奋发的精神,坚决打赢新形势下常态化疫情防控阻击战,确保学校各项工作平稳有序推进。

会议指出,今年年初暴发的新冠肺炎疫情来势汹汹,抗疫大战惊心动魄,我校自从元月 22 日召开第一次防控新冠肺炎疫情的会议至今,已近 10 个月时间,10 个月来,全校师生在上级和学校党委坚强领导下,生命至上、上下同心、舍生忘死、科学防控,制定了一套套防控方案,采取一切可以采取的措施,教师、学生、医护人员实现了零感染,取得了疫情防控的阶段性胜利,涌现出很多可歌可泣的先进事迹和先进个人,为全校师生树立了新时代的楷模。

会议指出,在这场波澜壮阔的战役中,我们永远铭记的是以习近平总书



厚德博学 承古拓新

河南中医药大学报

HENAN UNIVERSITY OF CHINESE MEDICINE NEWSPAPER

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)

2020 年 11 月 30 日

投稿邮箱:3030247042@qq.com

第 7 期 (总第 340 期)

弘扬伟大抗疫精神 凝聚团结奋进力量 我校举行抗击新冠肺炎疫情表彰大会

本报讯(文/赵会杰/秦东仁)2020 年 11 月 3 日,我校隆重举行抗击新冠肺炎疫情表彰大会,深入学习贯彻习近平总书记在全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上的重要讲话精神,弘扬伟大抗疫精神,在褒扬先进、致敬英雄中持续营造抢抓机遇、务实重干的生动局面,在回望大战、回顾大考中不断凝聚团结奋进、开拓创新的强大力量。

大会在庄严的国歌声中拉开帷幕,会场内气氛热烈。会议宣读了获得省级以上抗疫先进集体、先进个人名单和学校党委关于对新冠肺炎疫情疫情防控工作表现突出的基层党组织、先进集体、共产党员、先进工作者、学生进行表扬的通报。校领导为受表彰的先进集体、先进个人代表分别佩戴红绸带、颁奖。

会议向受到表彰的先进集体和先进个人表示热烈祝贺,向全校所有同心抗疫的集体和个人表示崇高敬意,向以各种形式支持学校防控的海内外校友和合作单位表示衷心感谢。

会议指出,今年年初暴发的新冠肺炎疫情来势汹汹,抗疫大战惊心动魄,我校自从元月 22 日召开第一次防控新冠肺炎疫情的会议至今,已近 10 个月时间,10 个月来,全校师生在上级和学校党委坚强领导下,生命至上、上下同心、舍生忘死、科学防控,制定了一套套防控方案,采取一切可以采取的措施,教师、学生、医护人员实现了零感染,取得了疫情防控的阶段性胜利,涌现出很多可歌可泣的先进事迹和先进个人,为全校师生树立了新时代的楷模。

会议指出,在这场波澜壮阔的战役中,我们永远铭记的是以习近平总书



为核心的党中央坚强领导,果断决策,是省委省政府坚决听从总书记和党中央号令、周密部署,是中华民族展现出的伟大抗疫精神和非凡勇气。

会议指出,在这场波澜壮阔的战役中,我们永远铭记的是全校师生在学校防控领导小组的带领下坚定信心、积极应对,是四所附属医院的医务工作者在救援前线的舍生忘我、在防疫阵地的默默坚守。

会议指出,在这场波澜壮阔的战役中,我们永远铭记的是中医药良方在关键时刻的临危受命,及时介入,是中医药队伍在抗疫全程展现担当、贡献力量。

会议指出,在这场波澜壮阔的战役中,我们永远铭记的是青年一代在这场斗争中的挺身而出、可堪重任,是河中医青年学子以实际行动展现出的青春风采和时代担当。

会议强调,今天我们在这里隆重抗疫表彰大会,是对先进人物、先进集体的致敬和褒奖,是对“生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共”的伟大抗疫精神的弘扬,也是对全体河中医人在未来凝聚力量、不断进取的鼓舞和动

员。我们要以伟大抗疫精神为指引,以先进榜样为标杆,把握时代机遇,勇担时代使命。

会议指出,弘扬伟大抗疫精神,坚定听党话、跟党走信念,把立德树人根本任务扛得更牢更实。经过疫情大战,我们更加深刻地认识到了中国特色社会主义制度的显著优势。我们要对“国之大者”心中有数,把党的教育方针贯彻始终,深刻把握“四个服务”的科学内涵,健全“三全育人”的培养机制,推进立德树人行动计划深入实施,担负起塑造时代新人的历史重任。

会议指出,弘扬伟大抗疫精神,增强中医药自信,把“传承精华、守正创新”落到实处更深更实。总书记在 6 月 2 日专家学者座谈会上指出,中西医结合、中西药并用,是这次疫情防控的一大特点,也是中医药传承精华、守正创新的生动实践。总书记和党中央对中医药的高度重视和充分肯定,既是对我们最大的鼓励,也是对我们最殷切的期盼。不辜负这份期盼,需要我们全力提升医疗服务水平,积极发挥中医药特色优势,切实提高中医临床治疗效果和综合服务能力;需要我们

为中医药事业发展提供强有力的人才和智力支撑,抓住特色骨干大学建设的重大机遇,不断提高中医药人才培养质量;需要我们扎根中医人的根,守好中医人的道,把我们的中医药宝贵财富继承好、发展好、利用好。

会议指出,弘扬伟大抗疫精神,促进内涵提升,把转型发展推进得更稳更快。经历过疫情我们更加深切感受到,长期积累的坚实国力,是我们从容应对惊涛骇浪的深厚底气。疫情大考更加清晰地印证,只有走好高质量发展之路,才能始终行稳致远;只有善于改革创新,才能不畏惧各种风险困难的挑战;只有打造有本领有担当的人才队伍,才能经得住风雨,打得硬仗。希望同志们再接再厉,认真学习贯彻十九届五中全会精神,继续保持攻坚克难的能力、追求卓越的能力、抢抓机遇的能力、团结协作的能力,科学编制“十四五”规划,深入落实一次党代会目标任务,加快推进学校转型发展,促进学校治理水平和内涵建设水平不断提升。

会议指出,弘扬伟大抗疫精神,矢志拼搏奋斗,把融入伟大时代的青春梦想放飞得更高更远。在这次战役中,在这次战役中,河中医学子用出色的行动证明,你们生逢其时,必能大有作为。要砥砺家国情怀为放飞梦想激发奋进动力。同学们要自觉把学习奋斗的具体目标同民族复兴的宏伟目标结合起来,把个人成长坐标与国家发展航迹统一起来,把我融入大我,化小我成就大我,胸怀家国,励志笃行。要练就过硬本领为放飞梦想打下坚实基础。希望你们把爱国心、报国志转化为刻苦钻研、勤奋求知的实际行动,为担负起守正创新的重大任务做好准备。要激扬大学精神为(下转 1,4 版中缝)

足时代背景,抓好时代机遇,突出学科特色,强化学科优势,重视立德树人,要特别关注学科内部方向的相互支撑与学科外部关联;二是学科建设目标要与特色骨干大学规划、学校“十四五”发展规划相衔接,在第五轮学科评估和博士学位授权点申报等方面狠下功夫;三是进一步提升学校治理能力和治理水平,营造良好的学科生态,加快学校人事、绩效分配、资产管理等制度改革,为学科搭建平台、汇聚团队、凝练方向等做好保障;四是中医学、中药学和中西医结合学科要结合实际,建设规划的制定与区域经济社会发展目标相契合,提升战略思维能力,不断提升学校内涵建设和社会服务水平。

本次会议既是省特色骨干学科建设规划制定的论证会,也是学科建设的推进会,为今后我校更好地开展特色骨干学科建设指明努力方向,进一步推动我校特色骨干大学和特色骨干学科建设取得实效。

责任编辑 吴晋一 校审 赵会杰 学生编辑 马志超 李潇雨

校党委书记别荣海赴新县实地调研并召开“校地结对帮扶”深度推进会

本报讯（文图/郑明常）2020 年 11 月 17 日，校党委书记别荣海带领党委办公室、党委组织部、一、二、三附院相关人员前往新县对“校地结对帮扶”工作进行实地调研，详细了解“两院一企一校两平台”项目开展情况。

在我校挂职新县人民政府副县长赵振营陪同别荣海一行先后来到新县中医院、新县人民医院，看望帮扶专家，实地了解被帮扶医院的发展情况后，并在新县人民医院会议室召开“校地结对帮扶”工作深度推进会，会议由赵振营主持。

会上，新县“校地结对帮扶”工作办公室主任、卫生健康委员会主任吴君锋对我校三年来来的帮扶成效、亮点和新县医护人员能力素质提升的推进情况进行了详细汇报，新县人民医院院长、新县中医院院长和我校选派的两名挂职副院长就各自医院在学校帮扶下，开展新技术、筹建新科室、发展新业务、业务量增长等方面进行了汇报，赵振营围绕“校地”双方在人才培养、社会服务相互促进及疫情发生以来帮扶出现的新特点进行了说明。

别荣海认真听取了汇报，对大家取得的成绩给与了充分肯定。他指出，今年是脱贫攻坚的决胜之年，虽然遭受了疫情的影响，但是党中央的目标不变、决心不变，向全国人民作出的庄严承诺不变。各位帮扶专家克服各种困难来到新县，利用自己的专业特长帮助老区人民解除了疾病痛苦



和困难，用实实在在的工作擦亮了胸前的党徽，令人启发、深受感动。大家的工作受到新县县委县政府表扬，得到被帮扶单位及革命老区人民的认可，这是大家辛勤努力的结果，希望大家在今后的工作中继续努力，做好各项工作，以更优异的成绩回馈老区人民。

别荣海强调，大家要把政治任务与帮扶目标统一起来。帮扶专家围绕三年帮扶计划稳步推进，有的目标任务已提前完成，尽全力做好帮扶工作既是我们的政治任务，也是履行老百姓实实在在做事的承诺，这两个目标一致，路径一致，实现方法一致，所以我们要坚定不移的把帮扶工作做好，要通过帮扶把新县人民医院和中院的诊疗水平提升上去，使老区人民享受好的医疗服务。

别荣海指出，帮扶专家来到 28 年红旗不倒的革命圣地新县

开展帮扶工作，既是上级和学校对大家的充分信任，也是一次宝贵的基层锻炼机会，必将对自己的人生产生重要影响，大家一定要珍惜。在这里开展帮扶工作确实存在着家庭、生活、工作上的困难，大家要积极配合，把自己的专业特长充分发挥出来，把大别山精神传承好，把新县人民医院、新县中医院科室建设好、人才带好，为新县留下一支不走的医疗队伍，服务于老区人民。别荣海还叮嘱帮扶专家要在做好帮扶工作的同时注意好自己的身体，学校将为大家当好后盾，妥善解决各位专家工作和生活存在困难，为圆满完成校地结对帮扶工作提供帮助和支持。

2020 年 11 月 17 日-18 日，别荣海一行到我校第一书记精准扶贫村——固始县皮冲村调研指导扶贫工作，慰问贫困户和老党员代表。

2020 年度援非医疗工作座谈会召开

本报讯（文/李敬平）2020 年 11 月 19 日，我校召开 2020 年度援非医疗工作座谈会。学校党委委员、副校长徐江雁参加了座谈会，赞比亚 21 队队员耿文斐，援埃塞俄比亚 22 队队员何阳、林国平，人事处处长陈相新，外语学院院长郭先英，三附院副院长张进一参加会议。会议由国际合作处处长饶洪主持。

耿文斐于 2019 年 6 月 13 日赴赞比亚执行任务，于 2020 年 11 月 10 日回国，她在发言中介

绍了赞非期间的工作和生活情况，分享了完成援非任务的心得体会。何阳、林国平两位即将于 2020 年 11 月 24 日前往埃塞俄比亚执行援助任务，会上他们分别做了表态发言。相关部门和单位负责人围绕我校援非医疗工作进行了讨论，并提出许多建议。

徐江雁充分肯定了耿文斐的工作业绩，对即将赴任的二位同志提出了要求和希望。他指出，援非工作是我国外交工作的重

要组成部分。我校派出的历届队员充分发扬“不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆”的援外医疗队精神，出色地完成了各项任务，赢得了受援国人民的充分信任和高度评价，受到了受援国政府和人民的高度评价。希望大家在各自的工作岗位上充分发挥中医药特色优势，圆满完成任务，展示新时代河中医人的风采。徐江雁还要求各相关职能部门要通力配合，做好援非队员的后勤服务保障工作。

本报讯（文/张娟娟）2020 年 11 月 9 日上午，学习贯彻党的十九届五中全会精神中央宣讲团宣讲报告会在郑州举行。中央宣讲团成员、国务院研究室党组书记、主任黄守宏作宣讲报告，省委书记王国生主持报告会，省长尹弘出席报告会。我校党委书记别荣海、校长许二平带领 200 名师生代表聆听报告会。

在宣讲报告中，黄守宏全面阐述了党的十九届五中全会基本情况和重大意义，他指出，党的十九届五中全会是一次具有重大现实意义和深远历史意义的大会，“十四五”规划《建议》是开启全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的纲领性文件，是习近平新时代中国特色社会主义思想发展的最新成果，是一篇光辉的马克思主义文献，对于动员和激励全党全国各族人民奋力实现全面建成小康社会宏伟目标，为全面建设社会主义现代化国家开好局、起好步，在新的历史起点上推进中华民族伟大复兴历史进程，必将发挥极为重要的作用。

黄守宏在报告中系统总结了决胜全面建成小康社会取得的历史性成就，深入分析了“十四五”时期我国发展环境面临的复杂深刻变化，围绕 2035 年远景目标和“十四五”时期发展目标、指导思想、重大任务、重大举措等方面进行了详细解读。宣讲报告系统全面、深入浅出地讲明了全会的重大意义和所明确的指导方针，主要目标、重点任务等，学习贯彻全会精神是一次很好的辅导和有力的推动。

王国生在主持报告会时指出，党的十九届五中全会以来，省委认真肩负起学习宣传贯彻的政治责任，带动全省上下把学习贯彻一步步引向深入。要把学习宣传贯彻全会精神与深入学习贯彻习近平总书记视察河南重要讲话精神结合起来，贯通起来，一体推进落实，让全会精神在中原大地落地生根、结出硕果。要在深刻理解和上下功夫，持续用好多种学习方式，把握精神实质，领会核心要义，推动学习贯彻往深里走、往心里走、往实里走。要在入心入脑上下功夫，精心组织宣讲，扩大宣讲覆盖面，增强宣讲感染力。各级领导干部要发挥表率作用，主动深入群众、走进基层宣讲领学，把宣讲的过程变成强化政治统领、传递党的声音的过程，变成总结鲜活经验、谋划推动发展的过程，变成倾听群众呼声、汇聚民智民力的过程，变成不断增强的政治领导力、思想引领力、群众组织力、社会号召力的过程。要在抓实抓细上下功夫，以全会精神为指引，紧密结合我省实际，进一步深入研究重要问题，科学制定我省“十四五”规划和 2035 年远景目标，深入分析新发展阶段、新发展格局下我省的机遇挑战、优势短板，深入研究谋划重大工程、重大项目、重大改革、重大举措，要全力以赴打好今年经济社会发展“十三五”收官战，持续做好常态化疫情防控，坚决打赢脱贫攻坚战，扎实做好“六稳”工作，全面落实“六保”任务。

听完报告后，我校师生纷纷表示，一定要深入学习贯彻党的十九届五中全会精神，努力做到学深悟透，自觉把思想和行动统一到全会精神上来，进一步增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。要围绕立德树人根本任务，结合学校工作实际，推动中医药事业守正创新，为建设国际知名、国内一流的中医药大学而不懈奋斗。

首次秋季双选会成功举办

本报讯（文/赵云）2020 年 11 月 12 日-13 日下午，天朗气清、阳光明媚，我校成功举办首次秋季就业双选会。本次双选会是我校自首次秋季线下双选会，主要面向 2021 届毕业生及部分往届毕业生。校党委委员、副校长田力与相关工作负责同志到现场检查指导招聘工作。

受疫情影响，今年毕业生就业形势与往年相比更加严峻。为提高精准服务的质量，本次双选会场地安排结合学生住宿的校区，分为龙子湖校区和东明校区两个会场，最大限度为学生提供方便，受到了各学院及广大毕业生一致好评。

本次双选会现场气氛热烈，秩序井然。在不同招聘单位的展位前，应聘学生手持个人简历与用人单位进行面对面对交流，企业单位的招聘人员向毕业生介绍公司概况、人员需求等，部分毕业生现场与用人单位达成了初步就业意向。与学校合作多次的招聘企业表示，我校毕业生专业扎实，动手能力强，能吃苦耐劳，有责任心，希望与我校建立长期紧密的合作关系，共建毕业生就业平台，共谋发展。双选会后学校将再次新增就业基地 12 家。

田力认真查看并详细询问了参会企业用户的需求、招聘岗位、薪资待遇等方面情况，并要求招生就业处进一步加强就业指导工，提高学生撰写简历和参加面试上的技巧，引导学生转变就业观念，树立正确的价值观、择业观。

此次双选会，我校严格遵循疫情防控管理要求，提前一周向各用人单位采集信息，从根本上保障我校学生和用人单位的安全，做好疫情防控常态化。针对毕业生的求职需求，我校采取一对一电话邀请用人单位的方式，邀请了我校实习医院、就业基地等省内外近 200 家用人单位参加，招聘岗位涵盖医学、药学、计算机、管理、教育等多个领域，提供了 10703 个就业岗位，其中本科就业岗位 9692 个，硕士研究生就业岗位 792 个，博士研究生就业岗位 219，人员岗位比达到 1:11.9。

党的十九届五中全会精神中央宣讲团宣讲报告会

我校师生代表参加学习贯彻

（上接第 3 版）

寒芳引清句，吟玩烟景夕。赐酒色偏宜，握兰香不死。凄凄百卉死，岁晚冰霜积。唯有此花开，殷勤助君惜。

“禁署寒气迟，孟冬菊初妍。”说的是禁中小气候，寒气得来得迟，初冬时菊花才刚刚裂开花苞。“新黄间繁绿，烂若金照碧”描绘初开菊花的金黄色与绿叶的鲜明对照，给人以深刻印象。写菊不能想不到陶渊明。“仙郎小隐日，心似陶彭泽”指的是钱员外，说他颇有陶潜遁世之意但在实际上并未如此，故强调“心似”。白居易这时正是追求奋发有为之时，还未曾受到挫折，锐气正盛，说通隐类的话，不过是有口无心的。“秋怜潭上看，日惯篱边摘”，“潭上”、“篱边”是菊之所在，描写钱员外对菊花偏爱之情的举动，身心俱离尘世谓之大隐，居地方官而不为朝官谓之中隐，身居朝位，忙里偷闲，闹中取静，实中就虚，可称小隐。在官禁之地赏菊花，这本身就是一件含有矛盾之事。“潭上”、“篱边”是菊之所在，也应是爱菊人所在，但现在却是在官廷之中。赏菊虽在官廷，但潜伏的四野意识借此得宣泄，片刻满足。菊花虽开在金马门内、官禁之地，但却是玉山峰下的来客。这就巧妙地缓解了这一矛盾。接下来则是诗人对钱员外赏菊雅兴及所写的诗篇予以称赞。“寒芳引清句，吟玩烟景夕”就是此意。紧接着诗人笔触又回到菊花的色、味及品格上来，极力赞美菊花是“赐酒色相宜，握兰香不死。”又说菊花开放之际正是“凄凄百卉死，岁晚冰霜积”，这不更令人钦佩吗？虽然开放在官中而并不是在篱边、潭上，因而也就不会有那种闲云野鹤超然世外的情致，但当“唯有此花开”的情况下，不也同样可以给人启迪和深思吗？“殷勤助君惜”说的就是钱员外赏菊、吟菊，堪称是菊的知音，这是对钱员的赞美，也是对钱员外吟菊之作的赞美。当然这也流露了诗人自己的爱菊之意、爱菊之情。

摘自《文人吟咏诗话》（肖凡主编，中医古籍出版社 2008 年）

2020 年 11 月 30 日

河中医“战疫”故事



郑福增：去了谁还想着能活着回来

郑福增，来自于河南省中医院（河南中医药大学第二附属医院），今年 58 岁。从 1985 年于河南中医学院中医系毕业至今，郑福增在中医领域已有 35 年，可以说将自己人生最美好的青春年华都奉献给了中医药事业。在这次抗击新冠肺炎疫情中，他担任第三支国家中医医疗队河南队领队，江夏方舱医院副院长。

2020 年注定是不平凡的一年，1 月 28 日，国家中医药管理局委托河南省卫健委组建第三支国家中医医疗队河南队。听到消息，郑福增第一时间向崔应麟院长提出申请，请求奔赴武汉。对于这名“老同志”的主动请缨，很多人都觉得惊讶，因为他这个年龄绝非优势，甚至有“拖后腿”，但郑福增认为，自己工作多年，临床经验丰富，这个时候要主动站出来、扛责任。“很快，省卫健委同意由省中医院牵头，河南中医药大学第一、第三附院等 3 所医院共同组建河南中医医疗队，并任命郑福增为领队。这支队伍的医生大多是来自急诊、重症、呼吸等专业的中医专家，可以说是“强者联盟”。

在武汉建成运行的 16 家方舱医院中，江夏方舱医院是唯一一家由中医医疗团队整建制接管的地方舱医院，中医药在这次抗疫中展现出强有力的时代责任和担当。

2 月 10 日，河南中医医疗队出发前往武汉，和来自天津、江苏、

湖南、陕西的中医医疗队汇合，在国家局的统一指挥下，开始了紧张的实地备战，这也就是传说中的“中医国家队”。

江夏方舱医院的病人全部吃中药，在使用方舱通用版中药汤剂的基础上，指导进行辨证施治的分类治疗，尤其在病情较重或核酸长期不能转阴的患者中更是给予一人一辨一方的严谨的中西医结合精细化治疗。结合针灸、按摩、耳穴压豆、练习太极拳、八段锦，以及心理抚慰等。

经过三十余天奋战，江夏方舱共收治 564 例患者，无一例转为重症。豫二病区收治 106 例病人，治愈 59 例，转出 47 例，这个数据含量很高的。面对全新的病毒，在没有特效药的情况下，中医药的优势就凸显出来了——有药可用、确实有效，加快患者康复进程。几千年来中医药应对历史上的各种瘟疫，留下了很多好的经验，三方三药正是在此基础上总结出来的，在这次抗击疫情中发挥了重大作用。

9 月 8 日，中共中央、国务院、中央军委在人民大会堂召开了“全国抗击新冠肺炎疫情先进”表彰大会，郑福增有幸成为其中一员。站在领奖台上那一刻，郑福增既激动，又自豪，他表示，沉甸甸的奖章是荣誉，更是责任和激励，这份荣誉不是他个人的，是所有援鄂中医药人员的，是所有河南中医药人的。

腰肌劳损怎么补

●二附院 吕沛宛

症状：常觉劳累，吃饭不好，时不时感觉到腰疼

中医疗法小贴士建议：吃补中益气丸，一次 10 粒，一日 3 次，空腹服用晚饭后再服六味地黄丸 12 粒，吃上一周。此药不仅可以治疗腰疼，还可以调理脾胃，让人精神倍增。

说到腰疼，很多人会联想到肾，会在心里琢磨：“是不是肾虚了？”其实，腰部不舒服的时候，一部分原因确实与肾有关，因为中医讲“腰为肾之府”。

但是，如果把腰疼都归咎于肾上，那就不对了。因为，有一部分人出现腰疼，病根儿可能在脾胃上。因为脾主肌肉四肢，反过来说，如果脾胃虚弱的話，肌肉的营养得不到及时的补充，反复使用的某块肌肉就容易劳损。

补中益气汤是以擅长调脾胃的金元四大家之一李东垣发明的，是补养之剂。为什么补中益气汤可以治疗腰肌劳损呢？此汤药善调脾胃，脾胃功能强了，肌肉四肢的营养就补充到位了，腰疼自然就消失了。

现在，中成药补中益气丸在各大药房都有卖的，如果您经常劳累，腰疼吃饭不好，不妨吃点补中益气丸。一次 1015 粒，一日 3 次，空腹服，晚饭后再服六味地黄丸 12 粒，吃上一周。

吃药后，症状若无缓解需要再看医生；症状缓解，身体轻松，就坚持吃三个月。

此药不仅可以治腰疼，还可以调理脾胃、补气升阳，让人精神倍增。



（摘自江西科学技术出版社《把大夫请回家》一书）

形态特征：为蔷薇科植物梅的干燥近成熟果实。呈类球形或扁球形，直径 1.5-3cm。表面乌黑色或棕黑色，皱缩不平，基部有圆形果梗痕。果核坚硬，椭圆形，棕黄色，表面有凹点；种子扁卵形，淡黄色。气微，味极酸。

Morphology: The dry and nearly ripe fruit of smoked plum (Fructus Mume) (Fam. Rosaceae). It is a kind of spherical or flat spherical, 1.5~3cm in diameter. The surface is black or dark brown, wrinkled, with round fruit stalk marks at the base. The fruit stone is hard, oval, tan, and with pits on the surface; the seed is flat oval, pale yellow, light smell, and very sour taste.

别名：梅实、熏梅、桔梅肉、梅、春梅。酸梅、黄仁、合汉梅、干枝梅。Byname: Meishi, Xunmei, Jumei, JumeiRou, Mei, Chunmei, Suanmei, Huangzi, Hehan Mei, Ganzhi Mei

性味归经：味酸；性平，归肝经、脾经、肺经；肾经；胃经；大肠经。Medicinal properties: Sour in flavor and neutral in property; enters the liver, spleen, lung, kidney, stomach and large intestine meridians.

功效：敛肺止咳，涩肠止泻，止血，生津，安蛔。Efficacy: Astringing lung to stop cough, antidiarrhea with astringent, stopping bleeding, body fluid regeneration, relieving ascariis colic.

主治：久咳；虚热烦渴；久疟；久泄；痢疾；便血；尿血；血崩；蛔厥腹痛；呕吐；钩虫病。Indication: Chronic cough, excessive thirst due to deficiency heat, chronic malaria, chronic diarrhea,

和钱员外早冬玩禁中新菊

唐·白居易禁署寒气迟，孟冬菊初拆。新黄间繁绿，烂若金照碧。仙郎小隐日，心似陶彭泽。秋怜潭上看，日惯篱边摘。今来此地病，野思滑自适。金马门内花，玉山峰下雪。章医生给叶母诊病后，开方一贴，

冯博，中共党员，一附院重症医学科副主任，于 2019 年带领医疗队入驻新县人民医院开展“校地结对帮扶”工作。新县是一座秀丽的山城，是被革命烈士用鲜血染红的热土。学校及医院各级党委高度重视帮扶工作，领导们多次带队赴新县开展大型讲学、义诊等活动。在学校和医院的大力支持下，我校从医院管理、急危重症能力提升、特色专科打造、人才培养等方面全方位帮扶，新县人民医院综合服务能力大幅提升，于 2019 年 11 月 8 日正式获批“二级甲等医院”。

2020 年除夕，冯博刚刚赶回老家，终于能和家人团聚，但“新冠肺炎”疫情的发展让他心情丝毫无法放松，医生的职业敏感让他意识到了疫情的严峻形势。新春仅与武汉相距 100 余公里，春节又是务工人员返乡高峰，湖北返乡人员近万人，这让他坐立难安。没有丝毫犹豫，冯博第一时间千里奔赴新县，到了以后就立即投入一线。为了更准确的掌握疫情信息和患者病情，冯博建立了信息日报表和专家会诊例会制度，进入隔离病区指导疑似及确诊患者的救治，同时充分发挥中医药治疗的优势，做到病区中医药治疗全覆盖。

疫情防控救治中有两个病例冯博印象深刻。一例患者在住院第 9 天复查 CT 恶化，冯博立即提高警惕，要求积极救治，县医院同事却都觉得患者没有症状，病情稳定，是他太紧张了。当晚患者病情急转直下，由于基层条件限制，转到市级医院后又转至省级医院多次抢救才治愈出院。另一例患者在连续两次核酸阴性后，符合排除标准，但结合患者病史和相关检查，冯博力排众议要求继续隔离，再做检测，当晚患者病情急转直下，引起全国范围的广泛关注。

抗疫期间，冯博连续奋战两个多月日夜，未曾休息过一天。冯博说，“全面主持疫情防控救治工作虽然苦累，但想到自己肩上承载着保障全县人民健康的重任，身后是党的嘱托、人民的信任，更有学校和医院各级党委作为坚强后盾，我便信心倍增，一往无前。”2 月 26 日，11 例确诊患者除 1 例危重型患者上转外，其余 10 例全部治愈出院，医护人员无一感染。实现了“零死亡、零感染”目标。帮扶工作得到了老区党委政府的高度认可，也为河南中医药大学赢得了百姓口碑。

dysentery, hematochezia, hemuresis, profuse uterine bleeding, abdominal pain due to ascarid faint, vomiting, ancylostomiasis.

用法用量：内服：煎汤，0.8-1.5 钱；或入丸、散。外用：煅研干撒或调敷。

Usage and dosage: 0.8-1.5qian (a unit of weight equal to 5 grams) is used in decoction, pill or powder preparations; or calcined into powder for external application.

注意事项：有实邪者忌服，胃酸过多者慎服。Notes: It is contraindicated for people with excess syndrome. People with gastrostia should take it cautiously.

摘自《常用保健中药及膳食配方》（许东升主编，郑州大学出版社 2017 年）



叶天士与黄连

清代名医叶天士，是温病学说的代表人物。

有一天，叶天士愁眉不展，独自在房内徘徊，口中自言自语，尽是“黄连”二字。原来，叶天士的老母近日患病，发热不退，胃纳不佳，胃脘作痛，烦躁不安。他欲用清热之剂，又恐母亲年老体弱，受不住寒凉药的攻伐，故一时没了主意。

叶天士向仆人询问：“此时医士尚有学问深而名著者乎？”仆人答：“江尾有一章医生，言其医术超过主人，找他看病者却寥寥无几。”叶天士沉吟一会儿后说：“口出大言，当有实学。”立即亲笔修书一封，命仆人请章医生前来诊视母亲的病症。信中写道：“君住江之尾，我住江之头。未识尊颜，诚惶诚恐。家母失慰，甚望赐医。弟天士叩首。”

章医生给叶母诊病后，开方一贴，

独用黄连。叶天士看此兴奋地叫了起来：“早欲用此药，奈家母年高，恐灭真火，故不敢耳。”即命仆人速去取药。

章说：“太夫人之病是湿热郁于心胃之间，两尺脉长而有神，本元坚固，用之无害。黄芩清上焦之火，黄连清中焦之火，黄柏清下焦之火。黄连燥湿清热，无热去湿重，湿除热重之效。古人对黄连的研究十分精细，在处方用名上，有黄黄连、姜黄连、酒黄连之分。”叶天士连连称是，作揖相拜。叶母服第一贴后热退入眠，渐有食欲服第二贴后，病即痊愈。叶天士赞道：“章兄医术远过于我矣！”遂广为宣扬，盛赞章的医术，从此，章医生名声大振，而叶天士求医不耻下问的美谈一直流传至今。

摘自《中医典故趣闻》（虎虎清、虎胡轩编著，中医古籍出版社 2013 年）

我校举行孙思邈铜像捐赠落成揭幕仪式

本报讯（文/范涛）2020 年 11 月 5 日，孙思邈铜像捐赠落成揭幕仪式在我校动物实验中心楼前广场举行，塑像捐赠人、陕西孙思邈研究会名誉会长、孙思邈后裔联络委员会会长孙永旭先生，我校党委委员、副校长苗明三出席揭幕仪式。中华炎黄文化研究会、中国亚洲非遗工委、中国亚洲非遗文创产业研究院、我校党委宣传部、发展规划处、后勤服务中心、药学院、校友工作办公室负责人及学生代表参加揭幕仪式。揭幕仪式由学校党委委员、宣传部部长刘保庆主持。

苗明三代表全校师生对孙永旭先生的捐赠表示诚挚的谢意。他指出，中医学是中国古代科学的瑰宝，是打开中华文明宝库的钥匙，更是中华民族几千年智慧的结晶。河南中医药大学建校以来，始终承担着传承中华优秀传统文化，发展中医药事业的历史使命，有责任有义务，全力以赴传承孙思邈“大医精诚”的思想。他希望全校师生能够秉承“厚德博学，承古拓今”的校训，弘扬孙思邈“大医精诚”的精神和思想，把中医药知识、精神继承好、发展好、利用好，为健康中国、健康中原贡献力量。

孙永旭表示，孙思邈大医精诚的从医理念强调医者不仅要有精湛的医术，更要有高尚的医德，不同年龄高低，都要不辞辛劳，继续深入发掘中医药宝库中的精华，为推进中医药现代化，为中医药文化的传播贡献自己力量。

孙思邈铜像的落成作为学校加强文化建设和精神文明建设的重要举措之一，将激励全校师生深入挖掘和继承孙思邈医德思想的丰富内涵，为弘扬中医药文化，传承发展中医药事业作出贡献。