

“津城中医之旅”十条线路 你“种草”哪条？

记者团沉浸式感受“津医卫药”新玩法

去年年底,天津市卫生健康委员会、天津市商务局、天津市文化和旅游局指导发布了“津城中医之旅”十条线路。15日,由15家主流媒体记者组成的媒体团循着中医药文化的历史脉络,先后走进天津中医药大学第一附属医院、津药达仁堂中医药博物馆、合真中华药香展览馆,在沉浸式体验与深度探访中,解锁中医文旅融合的独特魅力。



记者团走进津药达仁堂中医药博物馆,在珍贵药材标本前感受中医药历史。

真开眼！核桃也能做灸具

作为天津历史悠久的中医医疗机构——天津中医一附院,游客可来到这里观摩津沽推拿特色技术等国家级非物质文化遗产代表性项目。

“这个眼镜上是什么？是核桃吗？眼睛还能艾灸？核桃也能艾灸？”“这个葫芦好大啊！葫芦也能艾灸？”“这个盒子怎么这么长？这么长能放在哪艾灸？”在医院特色疗法中心,记者看着五花八门的艾灸容器,七嘴八舌地提出疑问。

护士长王建莹介绍:“大家看到的这些都可以用来做艾灸的容器。比如这个长的,叫督脉灸,因形状似蛇,在古代也叫做长蛇灸、铺灸,它施灸的部位在人体的督脉,也就是后背,所以比较长,可以‘全覆盖’。葫芦灸使用自然种植的葫芦作为灸具,配以特制滤网底座防烫,在顶部开排烟孔,因其密闭性和容纳性的特点,与传统灸器相比,保温隔热性能更佳,艾热渗透力更强,特别适合腹部或背部等身体平坦部位。大家最感兴趣的是核桃灸,特别适合手机不离手的现代人。施灸前,先将核桃对半切开、去除核桃仁,形成两个弧形的‘天然灸具’。施灸时,先在核桃壳内涂抹适量的中药,再将核桃壳固定于特制的眼镜架上,插上艾炷并点燃,最后将核桃壳扣于眼周相应的穴位,让艾柱的温热之气透过核桃壳缓缓渗透。”

真好玩！手搓一枚山楂丸

带着对中医诊疗技艺的赞叹,记者团一行辗转前往津药达仁堂中医药博物馆。

说起达仁堂,相信大多数天津人并不陌生,安宫牛黄丸、速效救心丸等“招牌药物”更是耳熟能详。2025年,正值天津达仁堂创始人乐达仁创办达仁堂制药厂110周年,达仁堂中医药博物馆应运而生。其中,基本展陈“海纳百川——达仁堂中医药文化展”由国家中医药博物馆研究部策划,包含600余件(套)文物藏品和辅助展品。进入展览序厅,“珍宝阁”高至天花板的玻璃幕墙内,陈列着达仁堂集团旗下的部分专利技术和多个国家级非物质文化遗产代表性项目,令人倍感震撼。

达仁堂第四代传人翁悦介绍,博物馆布置了丰富多样的业态,其中药品专区汇集了速效救心丸、安宫牛黄丸等经典国药,为公众提供了“可带走的健康守护”;在空间视觉方面,博物馆融合了

东方美学与现代设计理念,为游客营造了一种“可感知的博物馆”体验;香囊手作区推出的多款主题配方——悠然好梦香、逍遥舒畅香等,市民可使用传统制作技艺制作属于自己的香囊,让中医药文化变得“可体验、可触摸”;馆内还设有餐饮体验区、烘焙区等功能空间,充分展现了中医药与现代生活的紧密结合。

最令人期待的是手工搓制山楂丸环节,大家围坐一堂,在专业老师指导下,从称重、混合到塑形,反复几次后终于搓出了“长得有些丑”的山楂丸,体验了一把中药炮制技艺的严谨与精妙。央广网记者张媛媛说:“原来以为山楂丸这种‘丸子’是捏出来的,没想到是搓出来的,更没想到这么不好搓。这个过程和工具看着简单,用模具把药坨先压成条再搓成丸即可,可是很讲究手劲和角度。”

真好闻！制“药香”千人千味

告别达仁堂的百年底蕴,记者团来到合真中华药香展览馆,一场嗅觉与视觉的双重盛宴就此展开。

说起药香,很多人认为就是加入了中药的线香,用来熏屋子、熏衣服,但合真中华药香展览馆馆长宗兆睿介绍,其实中华药香作为中国传统文化和中医药的重要组成部分,以药入香由来已久,从驱虫避疫到养生怡情,中华药香从古至今都与生活相伴随,“就拿大家看过的《甄嬛传》来说,大家常说的欢宜香、鹅梨帐中香、迷情香,每种都有着不同功效,说明药香不是单纯地加入中药材制作而成。通过选取天然香药,按照‘君臣佐使’配伍合香,又根据香药不同性味进行炮制加工,使香药能有不同功效。”

在古法搓香丸体验环节,大家在匠人指导下混合、揉搓、塑形,亲手制作专属养生药香,还发出疑问:“都是一样的材料,我的怎么有一股薄荷味儿?你的怎么闻着玫瑰味儿更重?”宗馆长表示,这其实就是药香的魅力之所在。原来,气味不经过大脑的分析可以直接影响人的心理,香料在配伍后,因为体质不同,所以每个人闻到的气味是不一样的,带来的感受也截然不同。目前,作为非物质文化遗产代表性项目的药香已被打造成文化素拓课程走进校园,还被打造成香牌、校徽,方便学生们佩戴,以减轻学习压力。

记者 李梅旭
摄影 记者 刘欣

十条“津城中医之旅”线路规划

十条线路主题规划整合天津中医药文化地标、特色医疗机构、中医药文旅体验场景等资源,梳理出30余个中医文化特色景点,为市民和游客打造“沉浸式”中医药文化体验路线。

线路一:国潮中医体验线

津药达仁堂中医药博物馆(南开区)→津药达仁堂健康生活馆(南开区)→天津古文化街旅游区(南开区)
精彩内容:在博物馆纵览中医文脉传承,在生活馆体验中药搓丸、咖啡拉花,解锁中医国潮新玩法。

线路二:中药炮制传承线

天津中医药大学中药炮制技术传承基地(静海区)→天津宏仁堂药业有限公司(西青区)→京万红乐家老铺药酒博物馆(西青区)→乐仁堂制药厂(西青区)
精彩内容:看传统炮制工具与现代设备碰撞,参观宏仁堂生产流程,在药酒博物馆了解500年技艺,品味特色药酒。

线路三:医圣古迹探寻线

大寺峰山药王古寺(凤窝庙)(西青区)→中西汇通医社暨张锡纯纪念馆(河北区)→天津市中医药研究院(红桥区)

精彩内容:拜唐代药王庙,悟张锡纯“衷中参西”思想,在研究院体验艾灸、香囊DIY,感受中医非遗魅力。

线路四:现代中药工业线

京万红制药厂(西青区)→津药达仁堂第六中药厂(北辰区)→红日数字体验馆(武清区)
精彩内容:溯源传承自华佗古方的京万红软膏、痹祺胶囊等代表产品的传奇疗效;在超高速滴丸生产线欣赏中药配方颗粒“一码追溯”技术,见证天津现代中药工业实力。

线路五:非遗中医文化线

益德成闻药制作技艺传承体验基地(红桥区)→和平区非物质文化遗产展览馆(和平区)→合真中华药香展览馆(和平区)→非遗传习体验新空间(河东区)
精彩内容:逛“医道”非遗展区,亲手制药香。

线路六:中医与自然融合线

天津中药植物园(静海区)→杨柳青古镇(西青区)→石家大院(西青区)→达仁堂养生坊(河北区)
精彩内容:扫码识400种中药植物,漫步古镇寻民间中药印记,体会自然与人文中的中医智慧。

线路七:滨海中药探秘线

津药达仁堂现代中药产业园自然人文陈列馆(滨海新区)→达仁堂制药厂(滨海新区)→隆顺榕制药厂(滨海新区)→汉沽制盐传统技艺传承体验基地(滨海新区)
精彩内容:看9000份药物标本,了解海盐在中药炮制中的应用,探秘“卫药魁首”的片剂创新,感受滨海中药产业特色。

线路八:名人中医关联线

梁启超旧居纪念馆(河北区)→李叔同故居纪念馆(河北区)→天津中医药大学第二附属医院中医药文化传承教育基地(河北区)
精彩内容:在名人旧居寻中医生活印记,在教育基地看科普长廊、学八段锦,近距离接触中医文化普及场景。

线路九:五大道中医新风线

五大道文化旅游区(和平区)→西岸非遗体验馆(河西区)→天津中医药大学第一附属医院国医堂(西青区)
精彩内容:赏万国建筑,体验非遗剧场与中医手作,感受多元文化下的中医新表达。

线路十:中西医结合展示线

中西医结合文化传承基地(南开区)→天津同仁堂集团股份有限公司(西青区)→天士力大健康城(北辰区)
精彩内容:了解吴咸中院士中西医结合成果,看同仁堂、天士力现代制药设施,体验心血管专科中医服务。
温馨提示:由于部分场馆坐落于学校、工厂内部,仅接受团体预约,建议咨询后前往。