



百医荐名医

早于疾病遇见名医 为健康找个参谋



堪称行业担当的中医药专家张艳军

近年来,天津中医药大学第一附属医院党委书记张艳军多次在权威媒体及行业会议发声,聚焦国家医学中心建设,推动中西医协同救治与数智化中医发展。他以医者仁心深耕临床和科研,围绕中医药全产业链升级建言献策,助力本地名优中成药二次开发;以党建引领公立医院高质量发展与中医药现代化、国际化进程。

单位任职及荣誉称号:医学博士、二级教授、博士研究生导师、天津中医药大学第一附属医院党委书记、国家中医药管理局高水平重点学科中药药理学学科带头人、天津市杰出人才、天津市中药学科领军人才、中国医院协会中医医院分会第三届委员会副主任委员。擅长中医、中西医结合治疗神经退行性疾病(阿尔茨海默病、帕金森病等)、代谢性疾病及并发症、中风及并发症等。发表第一作者及通讯作者SCI文章100余篇。承担国家重点研发计划、973、科技重大专项、国家自然科学基金等省部级以上项目20余项。以主要完成人获得国家科技进步一等奖一项、二等奖一项,以第一完成人获得天津市科学技术进步一等奖等多项重大科技奖项。

天津广播电视台教育频道
《百医百顺》播出时间:每周日至
周四20:10。

健康杂“获”铺

小方法大作用 为生活储备健康能量

为“生命之肾”架设双重航道

——访天津市中西医结合南开医院院长张勉之



本期专家:
张勉之(图右)
天津市中西医结合南开医院院长、享受国务院特殊津贴专家。

藏”与“平衡”。

传承创新: 让《肾脏甲乙经》走向世界

作为中医肾病学奠基人张大宁教授的学术继承人,张勉之教授却拥有系统的西医教育背景。这种独特的“中西医双栖”经历,让他能够深刻理解两种医学体系的精髓,并找到最佳的融合点。

张勉之教授深入阐释了其父张大宁教授创立的“肾虚血瘀论”:肾虚是病之本,血瘀是病之标,两者互为因果,形成恶性循环。

为此,张大宁教授提出“补肾活血法”,将补肾法与活血法有机结合。张勉之在继承的基础上,结合现代医学技术,不仅牵头制定了中华中医药学会团体标准《肾虚血瘀证诊断标准》,为临床诊疗提供了科学依据,还创立了“中西医结合慢性肾脏病一体化治疗单元”,将中医辨证施治与西医肾脏病理诊断深度融合。

在学术传承上,张勉之教授笔耕不辍。2024年,他主编出版了《肾脏甲乙经》,书名用“甲乙”,呼应《针灸甲乙经》的经典体例,是我国系统论述中医慢性肾病经典理论的专著。“张大宁教授每次讲课都能很好地把临床与中医经典联系起来,但在肾脏病领域,国内尚缺乏这样一部著作。”

张勉之介绍,该书2025年已发行英文版,走向世界。“出英文版既是研究中医,也是中医研究,更是为了把中医慢性肾病诊疗进一步推向世界,让更多患者受益。”

临床实践: 打造中西医结合肾病诊疗高地

作为天津市南开医院院长,张勉之教授将这些学术思想成功落地。

南开医院肾病内科成立于2007年,是集医疗、教学、科研为一体的中西医结合诊疗中心,由门诊、血液净化中心、病房三部分组成,实现了

患者从初筛到长期随访的全周期闭环管理。

在中医特色治疗上,张院长带队研制了“肾病三伏贴”,以“补肾活血法”为大法,通过三种不同贴法辨证施治,开创了补肾活血外治法的先河。针对慢性肾衰“虚、瘀、湿、逆”四大病机,他们参与研制了“肾衰排毒散”等院内制剂,临床研究表明能有效延缓慢性肾衰进展。

在AI盛行的今天,张勉之教授积极探索科技赋能传统医学,正与高校、高新技术企业合作开展AI辅助的中医肾病诊疗技术研究。

张勉之教授为读者提供了简单实用的护肾建议:控盐就是控压,每日盐摄入量不超过5克;喝水要喝对,少量多次,不要等渴了再喝;别把“药”当“饭”,不乱吃成分不明的偏方补药;定期体检,尿常规和肾功能检查能及早发现“沉默的杀手”。

“保护肾脏,就是保护我们的生命底色;守护地球,就是守护我们共同的家。”张勉之教授寄语读者,“从今天起,做一个‘知行合一’的健康管理者,给肾脏减负,给地球减负。”

百医专访

汇聚健康百态
探寻生命之光

春季荨麻疹 中医巧破解

春季多风,中医认为“风为阳邪,易袭阳位”。人体头面部、体表皮肤等都属阳位,所以春季是各类皮肤疾病的高发季节,尤其是荨麻疹。

今天天津市名中医、天津市公安医院针灸理疗科李岩主任就教大家缓解荨麻疹的中医小妙方。

防风通圣丸:

组成:防风、大黄、芒硝、荆芥、麻黄、栀子、芍药、连翘、甘草、桔梗、川芎、当归、石膏、滑石、薄荷、茯苓、白术、黄芩。

功效:外散风邪、内清蕴热。

使用方法:将丸药碾碎水煮煎服,一次至少两袋效果更佳。

适应症:咽干、口干、大便干燥,同

时伴有荨麻疹。

中医外治法:拔火罐。

穴位:神阙穴(肚脐眼)。

方法:闪罐(将罐具吸附于皮肤后立即取下,如此反复多次吸拔)。

作用:快速发散体内的热邪。

儿童荨麻疹可选用外用药:炉甘石洗剂。

春季荨麻疹虽难缠,但只要找准病因、辨证调治,再配合科学的日常防护,就能摆脱“风团”困扰,轻松度过春日时光。

今年世界肾脏日主题为“人人享有肾脏健康:关爱生命,守护地球”。在世界肾脏日之际,我们专访了天津市南开医院院长,同时是全国少有的同时获得省级“名中医”和“名西医”称号的著名中西医结合肾病专家张勉之教授。作为国医大师张大宁教授的学术继承人,张教授以其“中西医双栖”的独特视角,为我们深度解读了肾脏健康与生命、与地球的深层联结。

拨开迷雾: 走出“腰疼就是肾虚”认知误区

“腰疼就是肾不好?”“总起夜是不是肾虚?”面对这些生活中司空见惯的疑问,张勉之教授指出,这正是困扰老百姓的典型认知误区。他解释,中医的“肾”是一个功能系统,涵盖生殖、泌尿、内分泌等多个方面,并非单纯指解剖学上的器官。腰酸、起夜不一定是肾病,但肾病确实需要高度重视。

张教授介绍,慢性肾脏病被称为“沉默的杀手”。全球有超过8.5亿人受其困扰,但慢性肾脏病早期几乎没有症状,很多患者发现时,肾功能已经损失过半。

今年的世界肾脏日主题格外深刻,它揭示了两个层面的“沉默”:一是肾脏本身的沉默;二是治疗方式的“环境代价”——为了挽救生命,血液透析作为医疗领域的“能耗大户”,单次治疗需消耗120-150升纯净水,并产生大量医疗废物。

因此,“关爱生命”与“守护地球”实为同一命题:如何用更可持续、更精准的方式治疗,减轻患者负担,也减轻地球的负担。

天人合一: 从“肾主封藏”到人与自然和谐

谈及中西医对肾的不同理解,张勉之教授引用中医经典理论阐释:“中医讲‘肾主水,主封藏’。如果地球的‘肾’——湿地被破坏,水循环就会紊乱;同理,人的肾气不固,封藏失职,就会出现蛋白尿、水肿。”这种“天人合一”的视角,让保护肾脏的内涵超越了单纯的医学范畴,上升到人与自然和谐共生的高度。保护肾脏,就是要恢复这种“封