

文化与味觉的精彩碰撞

——省首届中医药膳大赛综述

本报记者 张添怡 实习生 范洋

5月22日至23日,由省中医药管理局、省总工会主办的吉林省首届中医药膳大赛决赛在长春成功举行。2天的赛期虽然很短,却向人们传播了以膳养身的理念,以及对中医药膳学未来发展的思考。

吉品药膳,健康万家。大赛专家、评委、裁判认为,当前,我省深入实施“一主六双”高质量发展战略,促进中医药传承创新发展已驶入“快车道”,推动中医药膳创造性转化、创新性发展,将为挖掘中医药的多元价值和社会功能,完善形成“新医药、新康养”产业体系提供有力支撑。

亮点

参赛作品极具地域特色

当“中药”与“食物”碰撞到一起,将会产生怎样的火花?药膳食疗怎么做才能发挥最大功效?在大赛现场,我们可以找到答案。

“我们的主菜‘五福鹿肉’,是以鹿肉为主材,辅以人参、当归、天麻、百合等道地药材,做出人参鹿肉、当归天麻烧鹿肉、脆香鹿柳、鲜松茸炒鹿肉、荷叶蒸鹿肉五道佳肴。这些菜品不仅美味可口,更能温补脾胃肾气、养血和血、升清阳化浊气,实现五脏同调。”长春中医药大学附属医院代表队的药膳作品主题鲜明,构思巧妙,频频引人注目。

人参是我省道地药材的代表,如何推陈出新它的吃法?各参赛队可谓花尽心思。有选取食材乳鸽,搭配红参、当归、黄芪、麦冬和枸杞,熬制老鸽汤的传统做法;还有将白莲蓉、猪油融于面粉,配以人参,辅以百合,制成人参百合酥的典雅精品;更有用人参吊汤,再用汤煮熟鹿肉,做到吃鹿不见参的创新之作……

据介绍,本次大赛的整体菜品水平较高,充分达到了药膳“色、香、味、型、养”的效果,特别是选用了很多吉林的道地药材,将吉林特产和道地药材巧妙地结合起来,很好地体现了药膳“药食同源、简便验廉、蕴医于食、寓养于膳”的特色。

匠心

大赛起点高、规模大、精品多

大赛以“吉品药膳,健康万家”为主题,历时近2个月,全省近50家医院经广泛动员、层层选拔,最终20支代表队会师决赛,共同切磋厨艺,展示中医药膳的独特魅力。

据介绍,大赛以团体赛方式进行,包含辨证施膳、药膳制作两大模块,采取情景模拟和实践操作相结合的形式,现场分别制作一款热菜、汤羹、主食,实现同一药膳食



图为中医药膳大赛现场(资料图片)

疗主题,非常考验选手的药膳理论水平和药膳制作技能。

在评审环节,大赛则是秉承全过程跟踪、全维度评判原则,由国内知名中医药、餐饮等相关领域专家组成的评判组,分列实操后厨场地、药膳现场展示区两地,通过观察、品尝、问询、讨论,根据药膳制作的对症、疗效、烹饪技术的合理性,食材和药材选择的科学性等方面,进行综合打分点评。

炒、蒸、熘、汤、羹……现场,选手们样样精通,药食配伍如数家珍。最终经过激烈角逐,评选出团体一等奖、金牌药膳指导奖、金牌药膳厨师奖等若干奖项。各参赛队的创意药膳口感怡人,巧思与美味并行,呈现了“药”与“膳”的完美搭配,令现场的评委们称赞不已。

展望

中医药膳发展向“新”发力

“学的就是要干的,赛的就是要用的。”本次大赛是省中医药管理局和省总工会首次联合主办的省级中医药膳类技能大赛,不仅为中医专业技术人才提供了广阔平台,还为饮食文化从业者拓宽了技能思路,对促进“药”与“膳”领域的深度融合,推动全省职工人才队伍建设具有重要意义。

大赛结束后,长春中医药大学附属第三附属医院代表的药膳指导师杨东雨“复盘”了自己的比赛经历。

“在辨证施膳环节还是有些紧张,对患者的体质辨识可以做得更好。”杨东雨说,通过参加大赛,认识了很多优秀的药膳专业人才,未来将更好地把药膳与临床专科相结合,给予患者针对性更强、更加有效的饮食指导。据悉,该院的玫瑰五加糕、当归鸡药膳等多款药膳菜品都运用到了临床,并计划逐步推出药膳产品线上点餐渠道,以更好地服务于群众。

“中医药膳学对提高老百姓的健康养生具有重要意义,专业医师要起到引领示范的作用,同时我们还有责任从现代医学的角度,把药膳解读清楚,让药膳真正地走进千家万户。”大赛评委、中华中医药学会药膳分会主任委员宋鲁成认为,当前药膳推广在全国各地都处于起步的阶段,把当地特色的、道地的、品质好的药膳产品推广出去,对相关部门和餐饮企业来讲任重道远。

近年来,我省坚持把发展中医药产业摆在突出位置,强化科技创新引领,壮大产业发展规模,着力打造国家中药现代化科技产业基地、生物产业基地、医药出口基地和创制药物孵化基地,不断推动中医药产业深度融合。



持续关注本栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

长达五千年的中华文明,留下了浩若繁星的文化瑰宝。而保存、记录、传承这些瑰宝的技艺,则是留藏文明的“匠人力量”。

在收藏了大量古籍善本、金石文献等可移动文物的吉林大学图书馆里,就有这样一群匠人,他们以妙手补千年,代代传承的技艺,将一部部历经岁月洗礼的残损古籍最大限度地修复还原,让历史重现于世人面前。

今年55岁的张奇,是馆内目前最资深的古籍修复师。从事相关工作25年来,他已参与修复古籍100多部。对于古籍修复,张奇有着自己的理解,他认为,古籍修复师的责任不仅是修复古籍的损伤,更要在最大程度恢复原貌的同时,保留原有的历史痕迹和风貌。“修复是一个问诊的过程,每件文物都有不同的修复方式,我们就像是文物的医生,给它看病要对症下药,然后让它延续生命。”张奇说。

最近,张奇正忙着修复从清代流传下来损毁比较严重的孤本《王氏宗谱》,这本古籍几乎没有完好的页面,需要非常小心地翻开,每片掉落下的碎片都要仔细进行标注,再在背面进行修复,然后调配纸浆把缺失的地方进行一一修补。

岁月流转、书缺有间,古籍修复师能凭借一双妙手,让沉睡的历史再现光彩,但这个过程中则充满了常人无法想象的漫长和艰辛。

古籍修复师张华从事相关工作已经10多年了。在古籍修复部里,她的面前正放着一本清朝光绪年间的古籍,泛黄的书页千疮百孔,老化和虫蛀情况都十分严重。打开无影灯,拿起小刀和镊子……张华屏住呼吸,小心查看眼前的“伤口”,一个个米粒大小的地方就需要她花费大量的精力,但她的手却一如往常的稳。“慢工才能出细活,一点儿也急不得。”张华说。

清点、配纸、标页码、补洞、溜口、喷水、压平、折叶、剪齐、锤平、压实、上纸捻、护页、封皮、打眼、定线、贴书签……古籍修复工序精细且复杂,十几道工序下来,修复一本古籍短则几天,长则数月,看似烦闷的过程,张华却甘之如饴。

“很多人觉得修复古籍是枯燥且机械的,但这其实也是一个需要动脑筋的工作。”张华回忆,她印象最深的一次修复工作,是处理一本民国二十年排印的《工段营造录》。这本书酸化非常严重,很多页已经是碎片状态,她心疼得不知道怎么办好,只好向国家图书馆的老师求助。最后在老师的建议下,她用薄绵纸从正面加固以后再分解,就像给骨折病人打钢板一样,修复一页就需要花费两天时间。张华表示,想要做好古籍修复,除了扎实的理论学习,最主要的是动手实践,因为每件古籍的“病症”不一样,纸张情况也不一样,“总而言之,必须谨慎,想好了再动手,尽量做到最少干预,避免对古籍造成再次伤害。”

吉林大学图书馆是省内少数几个开展古籍修复工作的单位之一,是全国古籍重点保护单位,共收藏40余万册古籍文献,其中,古籍善本6000部,121部入选《国家珍贵古籍名录》。

从上世纪50年代至今,吉大古籍修复工作岗位一直有人坚守,从未间断,这在国内高校图书馆都是十分罕见的。目前,馆内共有3名专职古籍修复师,均参加了由国家古籍保护中心组织的古籍修复初级、高级班培训,成为新时代古籍修复师中的佼佼者。为了加强修复人才队伍的梯队建设,图书馆还先后派出两名馆员参加由国家古籍保护中心举办的古籍修复专业培训班,他们也将成为吉大古籍修复的新生力量。

几十年来,吉大图书馆一直有计划地进行馆藏古籍破损调查,有针对性地制定修复计划,优先针对利用率较高的东北地方文献进行修复,经过努力,目前破损方志已基本修复完成。近十年,修复古籍约2万页,并在古籍修复规范化管理和服务效益社会化方面进行了诸多尝试,建立古籍修复档案,使古籍修复工作逐步向规范化、科学化发展。还与吉林省方志馆建立横向修复项目,为其提供破损古籍的修复服务,使古籍修复技艺走出校门,服务社会。

此外,古籍数字化已经列入吉大图书馆的重点工作。“我们正在积极筹建‘智能纸质文物实验室’和‘中华传统文化体验基地’”,进一步推进古籍修复技艺的弘扬和发展。”古籍部主任王丽华说。

中华骨髓库志愿服务区域交流活动举行

本报讯(记者毕雪 实习生范洋)近日,2024年中华骨髓库志愿服务区域交流活动在延边州成功举办。本次活动受中国造血干细胞捐献者资料库管理中心委托,在省红十字会的大力支持和指导下,由省红十字会捐献服务中心、延边朝鲜族自治州红十字会联合举办。

本次活动旨在搭建沟通平台,着力提升区域内造血干细胞捐献志愿服务水平,进一步推动红十字志愿服务制度化、常态化、专业化,充分发挥志愿服务在红十字事业中的重要作用。

在交流分享环节中,来自山西、山东、河南、辽宁、黑龙江和我省的志愿者代表们分别就造血干细胞捐献工作、探索志愿服务团队管理方面进行了经验分享。随后,与会人员还围绕如何提高志愿服务组织水平、如何让志愿者更有效地参与造血干细胞捐献和无偿献血等问题展开了热烈讨论。

多角度、多层次的“干货”让与会人员不虚此行、收获良多。大家纷纷表示,将继续弘扬“人道、博爱、奉献”的红十字精神,积极投身红十字志愿服务,在推动中国特色红十字事业高质量发展进程中再立新功、再创佳绩。



近日,临江林区基层法院法官赵艾受聘为临江市花山镇中心小学法治副校长,她以“未成年预防性侵害”为主题为同学们举办了一次法治讲座,引导学生们强化法治意识,增强法治观念,预防违法犯罪行为的发生。蔡磊摄

龙骨固肾汤



食材选用:猪脊骨2000g、板栗800g、黄精20g、胡萝卜100g、生姜10g。

制作方法:猪脊骨焯水备用,板栗去皮煮熟备用,胡萝卜切块备用,生姜少许,砂锅中倒入纯净水,随后放入焯好的脊骨、生姜、板栗小火煲制,大约九分熟后加入胡萝卜,煲熟后加入盐、胡椒粉调味。

功效:健脾养胃,滋阴补髓,益肾强骨。

适宜人群:老少皆宜,尤其适用于脾虚导致的泄泻、反胃呕吐,以及肾精不足导致的腰酸腿软、头晕、乏力者。

禁忌人群:食积、脘腹胀满痞闷者

慎用。

注意事项:黄精不与绿茶同用;板栗含有丰富的碳水化合物,食用过多可使血糖升高,故糖尿病患者应减少食用。

方解:猪脊骨中含有大量骨髓,味甘,性微温,入肾经,具有滋补肾阴,填精补髓的作用,可以用于治疗肾虚耳鸣,腰膝酸软,遗精,贫血等。儿童经常喝猪脊骨汤,能及时补充人体所必需的骨胶原等物质,有助于骨骼的生长发育。此外,猪脊骨还含有大量磷酸钙、骨胶原、骨粘蛋白等,可为幼儿和老人提供钙质。

板栗性甘、微咸、平,归脾、肾经,

推进现代科技馆体系建设

本报讯(记者徐慕琪 实习生李欣洋)日前,由东北三省一区科普场馆联盟主办、省科技馆承办的2024年东北三省一区科普场馆联盟工作会议暨科普行业交流研讨活动在长春举办。会上,省科技馆接任东北三省一区科普场馆联盟轮值主席馆,正式开启联

盟的“吉林时间”。

东北三省一区科普场馆联盟自2023年成立以來,在推进现代科技馆体系建设、加强区域科普场馆交流方面取得了实效。目前,成员包括135座科普场馆及单位,覆盖东北三省和内蒙古自治区,成为

推动科普事业发展的重要力量。

省科协负责人表示,东北三省一区科普场馆联盟为区域科普场馆发展、科学教育融合提供了更大的交流平台,优质的科教资源将不断在联盟汇聚,科普场馆也将有更大的作为、更广阔的天地。未来,省

科协也将发挥组织优势,围绕科普资源汇聚共享、科教人才队伍建设、科普活动开展、高质量研学交流实践、科技教师素质提升等重点工作助推联盟发展。

活动邀请中国自然科学博物馆学会常务副理事长、中国科学技术馆馆长郭哲作了题为《变革时代的现代科技馆体系建设》的报告,详细阐述了科技博物馆正在迎接创新密集型智能社会的多重挑战和机遇,以及如何通过交叉集成创新开辟科学文化教育新境界。

通过传统的体育运动连结过去与现在。这一“以体强心”板块,旨在引导同学们感受体育运动带来的充实和愉悦,认识体育对于心理健康的重要意义;化学与环境工程学院则以环保为主题开展创意制作活动,一件件精美的创意作品从同学们灵巧的双手中诞生,实现了从感受到创造美的蜕变,达到了“以美润心”的积极作用。在机电工程学院的“能量充电站”里,同学们通过精细化操作,感受机械制造的精妙,把“以劳健心”的理念融入学习生活。

近年来,长春理工大学本着“用学生喜欢的方式,办学生喜爱的活动”的理念,不断打磨青春游园会的品质,让活动内涵“沉下去”,形式“热起来”。

长春理工举办青春游园会

本报讯(记者张鹤 实习生王景川)近日,长春理工大学东校区篮球场人头攒动,一场以“五育润心 光耀青春”为主题的青春游园会在这里举行,吸引了千余名师生参加,共同感受着青春气息。活动结合“5·25”全国大学生心理健康日,拉开学校大学生心理健康节系列活动的序幕。

据介绍,青春游园会是长春理工大学大学生心理健康节的品牌活动,共分为“以

德育心”“以智慧心”“以体强心”“以美润心”“以劳健心”5个板块。

“以德育心”板块,学校积极推动马克思主义基本原理和法治观念的传播,提升学生对马克思主义理论的理解和运用,坚定学生知法于心、守法于行的信念;“依照我国《刑法》规定,通过网络公然侮辱他人或捏造事实诽谤他人,要承担什么法律责任?”法院的法治大转盘前,同学们积极参与问答。

“以智慧心”板块,学校利用游园会的开放性、融合性特点,开展具有学科特色的交流活动,培养学生对科学的热爱。在光电工程学院的场地,同学们被五彩斑斓的光世界吸引,把自然界和日常生活当作天然的光学实验室,感受光带来的无穷力量;在生命科学技术学院现场,同学们在准备好的菌群培养液上一抹,过几天就能观察到细菌生长过程。

文学院的活动场地上,同学们拿起弓箭,