

一把针 一条河 一座桥

90后医生单静怡：愿做中医药走向世界的一粒种子

青年人物

“一双手、一个听诊器、一把针灸针，就能守护一方健康。”在老挝志愿服务四个月后，上海中医药大学附属龙华医院脾胃病一科单静怡副主任医师，对自己的职业有了更深的理解。就在几天前，央视新闻报道了她开展志愿服务及中医药海外传播的经历。1992年出生的她，作为中国（上海）青年志愿者赴老挝服务计划的一员，带着“让中医药走向世界”的初心，在湄公河畔的土地上，用银针传递医者温度，用专业搭建文化桥梁。

青年报记者 顾金华

初心

把中医文化带给更需要的人

“学医从医是我从未改变的梦想。”单静怡的本科专业方向是针灸推拿专业，曾在全国技能大赛中斩获一等奖。但在临床实践中，她发现单纯的针灸治疗难以满足复杂病情需求。为了实现“针药结合，1+1>2”的治疗效果，在硕博阶段，她转向中医内科深造，最终成长为一名龙华医院脾胃病一科兼具针灸与内科诊疗能力的副主任医师。

“中医药是中华瑰宝，让它走向世界是每个中医人的责任。”当看到青年志愿者赴老挝服务计划时，她立刻主动报名。在单静怡看来，老挝缺医少药的现状，正是中医药发挥优势的舞台——针灸、拔罐等中医疗法简便价廉，无需复杂设备，恰好能适配当地的医疗条件。

今年7月，单静怡前往老挝首都万象，进驻当地顶尖的玛霍索综合医院。尽管出发前已

做好心理准备，但实际情况仍超出预期：雨季连日暴雨导致道路泥泞，她只能依靠电瓶车在颠簸中出行，经常险些摔跤；在饮食上，当地以糯米为主食、蔬菜多生吃的习惯让她难以适应，甚至出现腹泻症状；更棘手的是，医疗资源的匮乏远超想象——检验项目有限，设备维护不足，当地医务人员的医学培养体系也与国内存在较大差距。

成长

跨越语言与文化的医患桥梁

“语言不通是首要障碍。”单静怡告诉记者。老挝语作为小语种，翻译软件准确率极低，无法有效采集病史和解释治疗方案。幸运的是，科室里有两位曾赴中国留学的医生，初期全程陪同翻译，她还结识了一批老挝语专业的中国留学生，他们不仅在生活上给予她帮助，更成为她学习语言的“活教材”。

为了快速突破语言关，单静怡利用碎片时间恶补老挝语，从日常交流到医学术语，逐个攻克。她还将经络、腧穴做成中英老三国语言对照的PPT，配合图片直观讲解定位与功效，既方便自己与患者沟通，也为后续带教当地医生做准备。如今，她已能独立完成常见病的诊疗沟通，“患者的眼神从迷茫到信任，就

是我最大的动力。”

老挝当地高发的面瘫、坐骨神经痛、颈肩腰腿痛等疾病，与国内诊疗场景存在显著差异。由于就医意识薄弱、缺乏疾病预防观念，常常拖延至病情严重才就诊，不少患者因此错过了最佳治疗时机。

面对这些情况，单静怡在诊疗中格外注重“辨证论治+健康宣教”双管齐下。不依赖辅助检查，她凭借扎实的基本功为患者制定个性化方案。一名30岁的面瘫患者让她印象深刻：患者劳累后突发面部严重不对称，眼睛无法闭合、嘴角下垂流口水，情绪十分低落。单静怡在明确辨证后，为其进行针灸治疗，同时耐心讲解疾病常识和生活注意事项。尽管急

性期症状出现短暂加重，但患者始终选择信任配合。经过两周系统治疗，患者面部功能基本恢复，一个月后还特意带着当地美食前来致谢，用最淳朴的方式表达感激。

除了针灸科的日常诊疗，单静怡还主动参与骨科、消化科、妇产科的多学科会诊，将中西医结合的理念带到临床。在骨科康复治疗中，她用针灸缓解患者术后疼痛；在产后调理中，她结合中药与穴位按摩帮助产妇恢复；在消化系统疾病治疗中，她发挥脾胃病科专业优势，为患者制定针药结合的调理方案。“很多当地医生亲眼见证了中医的疗效后，从最初的好奇变成了主动学习。”单静怡说。

扎根

将中医智慧播撒至湄公河畔

“中医药在老挝的接受度正在不断提升。”谈及这段时间的感受，单静怡高兴地告诉记者，得益于前三批上海医疗志愿者的积累，针刺、艾灸、拔罐等中医疗法已逐渐获得当地民众认可。使馆机构接待时的肯定、患者治愈后的口碑相传，让中医门诊的就诊人数“指数级上涨”。

在带教当地医生的过程中，单静怡始终保持开放包容的态度，平衡专业知识传递与对文化差异的尊重。她用简单易懂的语言解释中医理论，避免使用晦涩术语；结合当地常见病案例，手把手传授针灸操作技巧和辨证思路。为了帮助当地医生提升专业水平，她还将中文和英文的医学文献翻译成老挝语，整理成学习资料供大家参考。

“从最初的听不懂、不理解，

到现在主动咨询赴华留学深造的要求，当地年轻医生对中医的兴趣越来越浓厚。”单静怡欣慰地说。带教过程中，她深刻体会到中西医在不同文化中的互补性——当地医生擅长现代医学的基础诊疗，而中医在疼痛管理、康复调理等方面的优势，恰好能弥补当地医疗的短板。通过共同会诊、联合治疗，彼此的理解与信任不断加深，中医药文化也在潜移默化中深入人心。

志愿服务期间，单静怡并非孤军奋战。当遇到超出自身专业范围的病例时，上海中医药大学附属龙华医院和上海市第六人民医院的专家团队总能及时提供远程支持，通过线上会诊为患者制定最佳治疗方案。“这份后方支持让我更加有底气，也让老挝患者感受到了中老医疗合作的力量。”单静怡说。

传承

在“一带一路”上书写青春担当

四个月的志愿服务经历，让单静怡的职业能力得到了全方位提升。“这边的医疗条件逼着我不能过度依赖检查报告，只能夯实望闻问切的基本功，临床判断能力和应急处理能力都有了很大进步。”她笑着说，当地医生开玩笑称她“一双手、一个听诊器、一把针灸针可以走天下”，这既是对她专业的认可，也是对中医药优势的最好诠释。

湄公河的流水见证着坚守，银针的光芒传递着温情。一批又一批的上海医生用青春力量践行着医者使命，让中医药文化在异国他乡绽放光彩，也让中老两国人民的友谊在相互扶持中愈发深厚。谈及此次被央视报道，单静

怡认为，这是肯定也是激励，搭建中外友谊桥梁需要长期深耕。

未来，单静怡计划在完成半年援医任务后，继续推动中老医学交流——定期组织线上病例会诊、分享中医诊疗经验、翻译更多医学资料，让中医药的智慧惠及更多老挝民众。“这段援医经历让我明白，医学无国界，医者的初心都是守护健康。”单静怡说，作为90后青年医生，能在“一带一路”倡议下，用自己的专业所长为中老友谊添砖加瓦，将是最珍贵的一段记忆。

正如她所说：“每一次针刺都承载着希望，每一次治愈都凝聚着信任。我愿做中医药走向世界的一粒种子，在更广阔的土地上生根发芽。”



单静怡正在为患者把脉。

本版均为受访者供图



▲单静怡（左二）与当地医生的合影。

▲单静怡利用碎片时间学习老挝语。