

广州中医药大学史俊恒等几位学生,结合“图像、线索和联结”三大记忆要点,把医学学术语转换成图像语言,将中医经典“可视化”——

用记忆之法让中医更易学

本报记者 陆金国 通讯员 肖建喜

还记得那个在电视节目《最强大脑》上因“辨骨识人”一炮而红的“记忆大师”史俊恒吗?他另一个身份,是广州中医药大学在读博士生,在2017年12月举行的第26届世界脑力(记忆)锦标赛上,他培养出的9位学生获得“记忆大师”称号。其中有5名初中生、4名大学生,其中6人仅接受4个月的记忆训练。

培养“记忆大师”有什么秘诀?记忆方法与中医药相结合,会碰撞出怎样的火花?

“最强大脑”成功“辨骨识人”

戴着黑框眼镜,穿着笔挺西装,史俊恒的脸上总是带着自信的微笑。史俊恒是广州中医药大学针灸推拿专业的学生,本科二年级时,他就参加了第18届世界脑力锦标赛,赢得“世界记忆大师”的荣誉称号。小时候的史俊恒身子较弱,从小见多识广的他认为学中医可以令自己身体强壮,于是在高考时他毫不犹豫地第一志愿栏上填报了针灸推拿学。“高中的时候,我的记忆力中等偏下,时常感觉记不住东西。大一时,我在学校听了一个关于记忆的讲座,觉得对于自己学习中医是个好机会。”史俊恒的“记忆大师”之路,来源于不计其数的训练和及时的总结。死记硬背



不容易,找到记忆的诀窍更是一个系统工程。在自身获益的同时,他也乐于将经验分享。

这背后有什么秘诀?“其实记忆是有方法的,我总结出其三大核心。”史俊恒告诉记者,记忆的三大要点是图像、线索和联结,“只要运用得当、加以锻炼,记忆也能变得轻松好玩”。

史俊恒现场给记者做了一个演示。“中医的十二经脉名称比较复杂,如手太阴肺经,你可以想象一个太医捂着胸口的画面。太医对应‘太阴’,捂着胸

口的动作能记住‘手’和‘肺’,这样就能通过画面联想起来。”史俊恒说,有了画面,还要通过位置的“线索”进行联结。如太医的画面和房间的们结合,后面的其他经脉画面和房间的桌子、窗户等结合,再次回忆的时候,就能够一个个“定位”并且按照顺序说出来。

看似天马行空的想象,其实来源于记忆知识的科学积累。虽然两年前因参加《最强大脑》成功完成“辨骨识人”挑战而名声大噪,明年即将博士毕业的史俊恒仍在不停地“挑战自我”:记忆方法和中医药知识相结合,将碰撞出怎样的火花?

艰深的经方“大部头”他们画成了漫画

中医的医学经典多,理论体系深厚,理解和记忆中医药知识,是每个中医学生必须要啃的“硬骨头”。

中医经典能否“可视化”?在啃经方“大部头”的同时,广州中医药大学学生林勇凯和同学陈一鸣一起,开始尝试创作《伤寒论》方证动漫图谱。

“最难的是把医学术语转换成图像语言。”林勇凯说,他们在绘图的过程中常常反复讨论,寻求最佳的表现方式。在广州中医药大学中医经典临床研究所所长、《伤寒论》经典专家李赛美教授的指导下,该动漫图谱在遵循经典的基础上,用有趣的动漫形式呈现出来,让

经典更通俗易懂。

2013年,他们创作的《伤寒论》方证动漫图谱获得第三届全国“天堰杯挑战杯”中医药创意设计大赛二等奖。2014年,在此基础上完善的《图说伤寒论》成功出版,首次印刷的两万多本已经售罄。

此后,在李赛美教授的指导下,《图说金匮要略》等图书也陆续出版。“在国际经方班上,我们也当作教材使用。因为内容通俗易懂,图画也方便记忆,深受学生和中医爱好者的欢迎。”

2016年10月,林勇凯和陈一鸣创办了广州医漫科技有限公司。除了书籍,他们还制作了《上火就喝凉茶?》《糖人新传》等科普动画视频,并获得广东省科普作品创作大赛二等奖。

动漫方便了理解,如何推动进一步的记忆?林勇凯和史俊恒一拍即合,《“最强大脑”速记中医内科学》在两人的努力下成功出版。该书用了体系化的方式梳理中医内科学的知识,结合“图像、线索、联结”三大要点,让中医内科知识更清晰易学。

近期,他们开始尝试动画+游戏的新方式。“爸爸,这个太好玩啦!”史俊恒没有想到的是,在家里试看样片时,自己5岁的孩子被逼得前俯后仰,课内游戏的“小测试”也顺利通过。

“这让我更有信心,做更多大众喜爱又易懂的产品。”史俊恒说,希望通过多样化的方式,让大家学会记忆的窍门,并且让更多的人了解中医。

学子风采

张阳:大山沟里走出来的“小郎中”

本报记者 叶兰兰

连续4年取得国家励志奖奖金,发表学术论文11篇,主持参与省级以上大学生创新创业训练项目12项,保送北京中医药大学中医内科学硕士……这是一个来自金寨县山沟沟里的阳光大男孩,一个安中师生纷纷点赞的优秀好青年,他是安徽中医药大学2013级中医学专业学生张阳。

雪上加霜 人生喜事变丧事

张阳的老家在安徽金寨县燕子河镇大山深处,自幼家境贫寒,父母以务农为业,收入微薄,却也能勉强生活。天有不测风云,2010年,父亲突发脑溢血导致瘫痪,经过长期的康复治疗,虽能行走,却永远失去了劳动能力,加上高昂的医药费用,家庭不堪重负,负债累累。孝顺的张阳本来的梦想是学习金融,然而在填志愿的时候,他选择了医学。他说,等自己学成后,就算不能帮爸爸完全治愈,也能帮爸爸更好地调养身体。

功夫不负有心人,2013年暑假,张阳被安徽中医药大学录取,圆了一家人的大学梦。然而,喜事却变成了丧事,面对传闻中高昂的学费和生活费,父亲害怕拖累家庭,竟然在张阳领取安徽中医药大学一本专业录取通知书的当天,选择自杀离开人世,连儿子的录取通知书都没能看一眼。

背负着满满内疚感的张阳没有被悲伤打倒,而是选择坚强面对一切。他告诉自己,不能被悲伤打倒,要照顾好母亲,要闯出一个像样的未来,成为一名优秀中医人,以慰藉父亲的在天之灵。

在诸多社会好心人的帮助下,他顺利地进入了大学。

矢志岐黄 小荷才露尖尖角

进入大学后,他立志要成为一名传承中医、弘扬中医的优秀中医人。悬壶济世,是他的理想,普救含灵,是他的追求。

他挚爱中医,善于钻研,枕边堆满了各种医学类书籍,研读中医经典,研究疑难杂症。凭借“三更灯火五更鸡”的精神和毅力,他取得了优异的成绩,综合测评名列前茅,连续4年获得国家励志奖学金,2017年以专业第三名的成绩顺利保送北京中医药大学中医内科学硕士研究生,顺利通过了大学生英语四级、六级和计算机省二级、普通话二级。

“纸上得来终觉浅”,中医理论学得再好,能不能看好病才是关键。为了积累临床经验,他利用假期、课余时间,前往中医推拿馆、省中医院自学推拿、拔罐、刮痧等保健治疗手法,并先后跟随文献专家张玉才教授、内经教研室主任沈精湛教授、龙砂医学流派负责人顾植山教授等出门诊抄方。扎实的理论功底和细致的学习态度,赢得了老师们的信任与赞赏,委以重任让他参与点校《倚云轩医案医话》。

学术研究上,他主持了国家级大学生创新创业训练项目2项,主持并参与省级及以上大学生创新创业计划项目计10项,如《明代温补医家治疗中风特色》《叶天士<临证指南医案>中风证治特色》等项目,得到了指导老师的高度好评;以第一作者身份在《山东中医药大学学报》《甘肃中医药大学学报》等国内学术期刊上发表《论明代温补学派中风诊疗思路》等学术论文7篇,以第二、三作者身份



等发表论文4篇。

心怀感恩 吃水不忘挖井人

淡忘世事去如烟,铭记恩情存如血。他自立自强、乐观阳光,用双手去改变现实的困境,用行动去描绘生命的画卷。

校园里,他兴趣广泛,积极锻炼自己为人处世的能力,学院学生会、新安医学学社社团都有他忙碌的身影;为了减轻家庭经济负担,他省吃俭用,在学校电子阅览室勤工俭学,利用寒暑假在推拿馆做兼职,最多的时候一个月能拿到3000元。加上连续4年取得国家励志奖奖金,他基本没有

向母亲要过一分钱。

他常提醒自己,“祖国、社会给了我和家人莫大的帮助,要时刻怀有一颗感恩的心”。他踊跃参加学院的暑期“三下乡”社会实践活动,为农村百姓送医送药、普及健康养生知识;组织班级同学成立了新安筑梦队,多次前往夕阳红老年城、学校周边社区开展志愿服务和义诊活动,并荣获学校志愿者服务活动月“先进个人”称号。

乐观上进的他向组织递交了入党申请书,两次荣获“优秀团员”称号,在大三时正式成为一名中共党员,希冀为健康中国事业贡献自己的力量。

磨砺人生 梅花香自苦寒来

面对生活的苦难,他也有过迷茫,有过彷徨;他也曾疲惫不堪,想过放弃,但终究,他选择了坚持。他深知唯有不懈努力,才能不辜负父亲以生命寄予的厚望,才能不愧对爱心人士给予的帮助。

大学5年,他在逆境中学会成长,学会远离喧嚣,脚踏实地,学会放下内心的浮躁,沉心潜志,朝夕相争。虽然取得了保送研究生的资格,中医之路依然漫漫。

大厦之成,非一木之材;大海之阔,非一流之归。象牙塔的追梦之旅,风雨兼程,他依旧在努力,静待生命花开。



刘雁峰任职于北京中医药大学东直门医院妇科,是医学博士、教授、主任医师、博士研究生导师。从事中医妇科临床医、教、研工作30余年,培养妇科专业博士研究生、硕士研究生多名,课堂教学及临床带教生动、严谨,深受学生好评。由于教学成绩突出,多次获得校、院级优秀教师称号。

为医就是选择奉献

从医30余年,刘雁峰对生命有着不一样的体悟。她说,做了十几年医生后当老师,更深知责任重大,自己面对的这些学子,未来都是要穿上白衣成为治病救人的医生。她说医生是一个非常特殊的职业,选择这个职业就意味着选择了奉献。

她在当下医疗环境的发展和变迁中逐渐意识到,教育学生的侧重点不能仅限于医学专业知识,还应重视人文精神的培养,把“大医精诚”精神传承发扬下去,在医疗界,更需要的是德才兼备的医学人才。她了解到国外医学教育逐渐重视人文性灵的培养,超过70%的医学院校开设此类课程。在2000年,哥伦比亚大学医生丽塔·卡蓉曾提出了“叙事医学”这个概念,刘雁峰认为这个概念既能训练医生如何见证患者的苦难,又能将疾病的全貌娓娓道来,是医学人文的新形式,值得推广尝试。

为师必须树德

刘雁峰时刻谨记西汉思想家杨雄“师者,人之模范也”这句话,认为老师除了向学生传授知识,还要通过自己的言行潜移默化地影响学生如何做人做事。“在大学学习期间,学生还未接触到具体的医疗环境,不知道怎么做医生,更不了解医患之间的沟通问题。这个时候,作为老师的我们便是他们作为医生的启蒙者,老师的一言一行都会影响着他每一个学生。”刘雁峰说:“当老师要从自身做起,树立良好的医德、医风,为他们迈进医学大门的第一步指引正确的方向。”

为医要提升人文修养

刘雁峰在读郎景和院士著作《一个医生的非医学词典》时,非常认同书中所说“医学的人文性是医学的本源,在现代科学技术迅猛发展,强烈渗入、推动医学进步的同时,医生或医学的去人性化、心智板结尤应引起警惕”的观念。在教育中,她认为医学不仅是物质与技术的,更应是精神与人文的,饱含人文情怀的医学大家才是现代医疗环境下世人对于医生的期许。

她所带领的研究生团队,每周都会召开一次小型的例会,一是让每位学生汇报一下各自的科研进展和所遇临床问题,另外还会有意让大家闲谈最近流行的电影、电视剧、音乐会,或者哪位学生看到了什么好的经典文学著作,随心地畅聊影评和书评。这种每周夜诊后简短的小例会,不仅增进团队的凝聚力,还提升了每个人的人文修养。

刘雁峰一直认为,在医学摇篮期应该加强学生人文情怀的培养,鼓励学生课外多阅读,提升个人人文修养和情怀,不仅要努力学好专业知识,还应懂得去了解病患的期望。尤其是妇产科大夫,接触到更多女性的病患和思想苦楚,不仅要学会医病,还要充满仁心和责任心,用人文情怀指导医疗实践。

(田思宇)

征稿启事

校园版主要栏目设置如下,欢迎投稿:
读书活动:学生读中医经典书籍和其他书籍的心得、评议等。
教材小议:议议正在学习使用的教材,也包含对课程设置的建议。
实习日记:记录跟师临证或者临床实习的心得体会。
教学一得:老师讲课和带教的心得。
良师剪影:学生心目中的好老师形象,展示老师对学生学业和生活的帮助和指导。
班级活动:班级活动和学习情况。
毕业季:交流写论文、发表论文、找工作的体会。
我的健身经:对于练习武术、太极拳等锻炼心得和对于中医学习的影响。
校园文化:报道各种校园活动和校园文化节。
科研在线:老师和学生们的科研思路、成果和科研过程中的诸多体会和建议。
留学生论坛:留学生谈中医药学习和教育等。