风尚至今的题词

发展体育运动·增强人民体质

“发展体育运动，增强人民体质”毛泽东主席这12个极富号召力的题词，是为中华全国体育总会成立所作，一直风尚到当代。无论是训练场、体育馆，还是学校操场，都镌刻着这句鼓舞士气、勇于拚搏的口号，成为“标配”。

1952年6月10日，在中华全国体育总会成立大会前夕，筹备会副秘书长黄中给筹备组全体人员传达了毛泽东这个题词。当时，一些看不起体育工作的知识分子，听了传达后，精神为之一振，逐渐转变了体育不过是“打打球”“玩一玩”的肤浅认识。

在全国体育总会成立大会上，正式宣读毛泽东这一题词时，会场上欢欣鼓舞，响起长时间热烈的掌声。人们喜气洋洋，尤其是体育界马约翰、吴蕴瑞、徐英超等一些从旧社会过来的知名体育教授，格外高兴。他们异口同声地说：“毛主席把体育的真谛抓住了。”

当年《新体育》杂志以整页的篇幅刊登了毛主席这一题词，突出宣传了“发展体育运动，增强人民体质”为生产建设和国防建设服务这一重要思想。同时，这一题词体现了共产党人为人民服务，为人民群众谋利益的最高宗旨，明确了新中国体育事业的根本目的和发展方向，推动了我国体育运动的蓬勃发展。

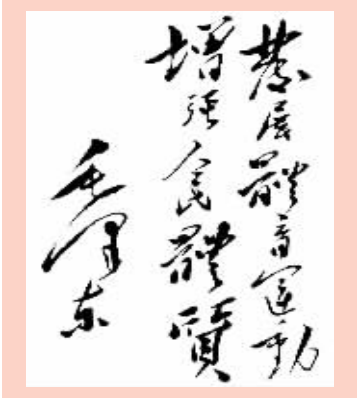
在旧中国，中国人被人诬蔑为“东亚病夫”，炎黄子孙无不为之痛心疾首。早在1917年，毛泽东就在《新青年》杂志上发表了一篇名为《体育之研究》的论文，全面、深刻地阐述了体育对于青少年健康成长和民族健康发展的重要意义。他深深忧虑于“民族之体质日趋轻细”，有感于“三育并重，然昔之为学者详德智而略于体”，大声疾呼体育的重要性，“体育一道，配德育与智育，而德智皆寄于体，无体是无德智也”，进而深刻地指出：“体育之效，至于强筋骨，因而增知识，因而调感情，因而强意志。”

毛泽东的题词，把着眼点放在增强人民大众的体质上，使中国的体育事业翻开了新的一页。从此，我国群众性体育运动方兴未艾，人民健康水平日益提高，人们的平均寿命比解放初期延长了许多。

1956年6月7日，我国健儿陈镜开在上海举行的中苏举重友谊赛上打破挺举世界纪录，这是我国运动员创造的第一个世界纪录。1959年，容国团在第25届世界乒乓球锦标赛男单比赛中力挫群雄，成为新中国历史上第一个世界冠军。1984年，在洛杉矶奥运会上，我国运动员顽强拼搏，实现了奥运金牌“零”的突破，并以15枚金牌位列金牌榜第四名，令世界震惊，国人振奋。

在群众体育活动广泛开展的基础上，我国体育队伍中涌现了一大批全国人民耳熟能详的优秀运动员和英雄集体，包括长盛不衰的中国乒乓球队、五连冠的中国女排、勇攀高峰的中国登山队和被誉为“梦之队”的中国跳水队等。以2008年北京奥运会、残奥会的成功举办为标志，我国体育事业同其他各项社会事业一起，为实现全面建成小康社会、建成富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家的奋斗目标增添了永恒的动力，凝聚了磅礴力量。

体育是社会发展和人类进步的重要标志，是综合国力和社会文明程度的重要体现。全民健身是全体人民增强体魄、健康生活的基础和保障；人民身体健康是全面建成小康社会的重要内涵，是每一个人成长和实现幸福生活的重要基础。几十年来，在全国体育工作者不懈努力下，我国群众体育欣欣向荣，竞技体育成绩辉煌，体育产业亮点纷呈，体育事业取得了令人瞩目的成就。广大中国体育健儿在长期实践中创造的“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”中华体育之精神来之不易，弥足珍贵，激励中华民族自强自立于世界民族之林！



本报记者 汤江峰

●湖湘名医

从“虚、瘀、痰”论治风湿性疾病

——记中医内科专家范伏元教授

范伏元教授在湖南中医药大学第一附属医院内科从事临床工作已经37年，对内科常见病、多发病的诊疗积累了丰富的临床经验，尤其对呼吸系统疾病（如咳嗽、哮喘等）和风湿性疾病（如类风湿性关节炎、干燥综合征、痛风等）的诊治具有深入的研究。

范伏元通过反复学习经典著作和大量的临床实践，认为亚急性咳嗽或慢性咳嗽病情迁延不愈往往与感受外邪有关，尤其是风邪–“风为百病之长”，易夹杂寒、湿、燥邪侵袭肺络。失治误治后，风邪恋肺，抗生素及平喘药物往往很难取效。自拟疏风宣肺汤，治疗慢性或亚急性咳嗽，往往三五剂中药便能药到病除。

对于支气管哮喘，范伏元认为，急性期须注重祛邪，采用宣肺散寒、降气平喘或清热宣肺、化痰定喘之法；缓解期须注意扶正，尤其注重脾肺的调理。采用此法治疗，使不少病程较短、年龄较轻的哮喘患者达到缓解，无需长期吸入药物，从而大大提高了生活质量。

范伏元是湖南省中西医结合治疗风湿病的奠基人之一。自上世纪80年代开始接触到各种风湿病人，根据古代医典及本人经验，反博为约，总结提出了从痰、瘀、虚论治的思路，自拟益气养血、化痰通络之通痹颗粒治疗类风湿性关节炎，取得了很好的临床疗效。并在中西医结合治疗风湿病过程中，中药的使用达到了减毒增效、缩短病程、降低费用的目的，深受病人欢迎。

范伏元1997年开始担任该院病区主任，2006年至今担任内科主任兼呼吸内科主任，他成功创建了湖南中医药大学第一附属医院呼吸内科（省中医药管理局重点专科）和风湿科（国家中医药管理局重点专科），并完善了内科的专业分化，使内科整体水平得到了质的飞跃，业务量得到了空前的增长。每周两天的专家门诊，60%的病人来自于区域外。特别是在用中医药治疗咳嗽、哮喘、慢阻肺、风湿病等方面，疗效显著，获得患者和同行的高度认可和好评，具有一定的影响力。

在2020年抗击新冠肺炎疫情中，范伏元作为省级专家组第一梯队专家、省级中医专家、该院新冠肺炎救治小组副组长，在常德指导抗疫工作，为常德市新冠肺炎患者中医药治疗基本做到了一人一策，一人一方；他还通过新闻媒体对新冠肺炎的防治、康复以及中医药救治优势进行了多次宣讲；并提出新冠肺炎中医病机中兼“燥”的观点，为新冠肺炎的救治工作作出了贡献。

在繁忙的临床工作之余，范伏元教授十分重视临床教学与科研，主持和参与各级科研课题10多项并获奖。2020年12月，他被湖南省人力资源和社会保障厅、省卫生健康委员会、省中医药管理局评为“湖南省名中医”。

湖南省12320呼叫中心 供稿

医生的新年“三愿”

2020年，对医生来说是极不平凡的一年。新冠肺炎疫情肆虐，从战时状态到常态化防控，哪里最危险哪里就有我们的医生。2021年正迎面走来，我有三个心愿。

一愿医生人人都健康。中国医师协会2018年发布的《中国医师执业状况白皮书》显示，在“自我身体状况认知”中，仅19.2%的医师认为自己身体健康状况很好，35%认为一般，4.9%认为差；在“身体对工作的影响”中，31.1%的医师认为身体状况对工作造成中度以上的影响。分析认为，主要是因为医生的压力大，社会责任重，职业风险高，技术难度大，工作时间长。愿医生人人都健康。呼吁全社会正视和重视医生的健康保障问题，关心医师的健康，共同营造尊医重卫的社会风气，善待医疗战线上的每一位员工。医生本人则要做好自我调适，劳逸结合，量力而行，杜绝“抱病上岗”。

二愿有安全的行医环境。近年来，伤医案件引起广泛关注，全社会形成了对暴力伤医“零容忍”的共识，全国都在扎实推进“平安医院”的建设。愿有一个安全的行医环境。强烈呼吁保障医疗卫生工作者的安全，将保护他们的安全作为实现患者安全的首要任务，投入各方力量解决医患纠纷，严惩涉医犯罪，守护法治底线。政府相关部门、医疗卫生系统和各级医疗机构更加重视医务人员行医安全保障，禁止任何组织和个人威胁、危害医疗卫生人员人身安全，侵犯医疗卫生人员人格尊严。

三愿患者都能理解医生。只有治不好的病，没有不为患者解除病痛竭尽全力的医生。但医学的高风险和不确定性与患者的高期望值往往无法一致，患者要以平常心看待医学和医生。愿医患之间多一点理解与信任。患者就医时，充分信任、理解医生是前提也是根本，患者需要的是“在意别人、有人情味的医生”，其实这也正是每位医生的孜孜追求。

作者：陈卫春（江苏省宜兴市第二人民医院）

来源：健康报