



武汉德年堂中医馆是一家以老年人服务对象为社区中医药医疗和健康管理连锁机构，常年服务的社区老人超过5万人，开启了“益寿中国医养康养创新融合模式”，受到全国大健康领域专家、学者的认可。

“医养结合”是将医疗服务与养老服务相结合的一种新型养老模式，旨在为老年人提供全面、连续、便利的健康管理和生活照顾服务；“康养结合”是将健康和养生两个概念相结合，强调健康与养生的有机融合和相互促进。医疗、养老、养生、健康是国家倡导的健康老龄化的基本内容。

德年堂以中医药益寿文化为主线，以增强老年人的幸福感为宗旨，创新地将以中医药为基础的医养、康养融合在一起，开创了社区中医药防治老年慢病的新业态，同时也完成了中医馆运营模式的升级。

10月20日，武汉德年堂中医馆被评选为“武汉基层精品中医示范机构”。

武汉德年堂：构建“益寿中国医养康养创新融合模式” 连接社区康养结合 托举幸福百岁人生



益寿中国首届益寿文化节启动仪式。

首届“益寿中国大会”在汉召开 德年堂分享“益寿中国医养康养创新融合模式”

8月30日，2024益寿中国大会在武汉国际展览中心成功举办。此次大会由中国城市发展联盟中医药振兴专业委员会、世界中医药学会联合会一带一路标准与健康产业工作委员会、湖北省中医师协会共同主办。

大会以“弘扬中医药益寿文化，促进老年群体健康长寿”为主题，同期还举办了“益寿中国首届益寿文化节启动仪式”，大健康领域、中医药领域等各界代表3627人出席大会，线上参会人数超过3万人。全国数十家媒体专题报道了大会盛况。

武汉德年堂董事长李强受大会主办方邀请，结合老年慢病中医药与健康管理社区服务的模式创新、应用和推动益寿中国建设做了典型发言。

德年堂是一个集中医馆、医院、药店、健康管理服务四位一体的服务机构，长期从事老年群体重大慢性疾病的治疗和管理，形成一整套实用性强的特色服务体系，以及高起点、高水

平、高质量、高情商人文关怀的创新模式，受益者众多。德年堂的创新性体现在科普教育与自我教育相结合，中医诊疗与日常监测相结合，中医药治疗与健康管理相结合，指标管控与并发症管理相结合，“向病而生”唤醒法与“心转病移”共振法相结合，获得中国民族医药协会科学技术一等奖。李强表示，开展“益寿中国建设”的根本目的是要让广大老年群体切实感受到幸福感和获得感，德年堂会时刻牢记为人民服务的根本宗旨。

根据国家卫健委、民政部的相关统计，2035年左右，中国将迈向重度老龄化，并呈现两个特点：一是老龄人口急速膨胀，二是老年人慢病发病率持续攀升。

据统计，截至2023年底，全市60岁及以上户籍老年人218.88万人，占户籍总人口的23.05%，其中65岁及以上人口为157.65万人，占总人口的16.6%。武汉已整体进入中度老龄化社会。作为超大城市，我市老年人口基数大、增速快，高龄

老年人家庭越来越多，需要进行慢病管理的老人基数越来越庞大。

2021年，《中共中央 国务院关于加强新时代老龄工作的意见》提出了“积极老龄观，健康老龄化”老龄工作指导方针。为了推进优质资源向老年人身边家边周边聚集，武汉德年堂以社区为抓手，以提升老龄慢病群体幸福感为关键点进行中医馆经营理念和模式的深度思考与探索。

“健康中国”“实施积极应对人口老龄化”和“创新驱动发展”是三大国家战略，《中医药振兴发展重大工程实施方案》是指导中医药领域创新发展的重要引领性文件。武汉德年堂以此为引导，以增强社区老年人群体的幸福感为目标，以弘扬中医药益寿文化为实施载体，进行了社区医养与康养如何融合发展的深度思考。

会上，德年堂与多位专家研讨后，共同提出了“益寿中国建设”的核心理念。作为发起人之一，德年堂参与发起并成立了“中国城市发展联盟益寿中国建设工作委员会”。

益寿四十年，健康一百岁

德年堂创新发展模式作答医养康养益寿课题

李强表示，德年堂从单一的医院发展到今天，已成为“医馆、医院、健康管理机构、药店”四位一体的老龄医药健康服务的专业机构，15年发展过程先后经历了“糖尿病治疗+健康管理”的“大庆模式”，“老年慢病中医药治疗+中医健康管理”的创新模式和“益寿中国医养康养创新融合模式”三个阶段。

“益寿中国医养康养创新融合模式”以社区社群和中医药为抓手，以增强老年人幸福感和促进实现百岁梦想为目标，其主要内容为“七个结合”：一是中医诊疗与人体指标常规监测相结合；二是中医药治疗与健康管理相结合；三是慢

病指标管控与并发症管理相结合；四是积极老龄观价值观教育与健康老龄化健康观教育相结合；五是健康内容科普教育与主动健康相结合；六是“向病而生”唤醒法与“心转病移”共振法相结合；七是中医药益寿文化活动与中医生活化相结合。

李强谈道，老年慢病防治、管理最大的难点是依从性问题，主动健康的前提是对老龄人生、老龄健康的认知要升维。正因为提高认知水平如此重要，“益寿中国医养康养创新融合模式”也着重提升认知教育，“七个结合”中有四个与教育活动紧密关联。中医药益寿文化的核心是中医

解决健康老龄化问题方案之一

“益寿中国医养康养创新模式”受全国专家盛赞

在2024益寿中国大会上，与会专家和代表对德年堂提出的“益寿中国医养康养创新模式”给予肯定，同时也提出了不少宝贵意见。

中国工程院院士、中国抗癌协会理事长、国家消化病临床医学研究中心主任樊代明在作大会报告时，从“四全”健康（全民健康、全身健康、全程健康、全能健康）的角度，对“益寿中国建设”提出要求。樊代明提议，在益寿中国建设过程中要积极探索，发挥出整合医学的优势和力量。

世界中医药学会联合会的创会副主席兼秘书长李振吉表示，益寿中国是一个实践课题，时代课题，更适合中华民族的文化习惯或表述方式。以益寿中国作为抓手，或者作为切入点，发

挥中医药的特色和优势，促进健康老龄化，非常必要，也非常及时。

中国城市发展联盟副主席刘天威表示，益寿中国这个理念的提出是一个创新，是包括武汉德年堂在内的中医药专业机构在老龄健康工作实践中探索和总结的创新成果。益寿中国的核心理念是主动健康、积极老龄观、健康老龄化三大理念的融合，也是医养康养模式的融合。

国家中医药管理局中医养生重点学科带头人刘焕兰教授提出，“益寿中国建设”的目标之一就是托举百岁人生，中国梦的实现也是为了让更多老人能够健康幸福地享受百岁人生。

湖北省中医师协会会长周安方表示，通过弘

扬中医益寿文化促进老年人健康和长寿，是传承创新中医药的重要内容，继承好、发展好、利用好中医药，弘扬中医药益寿文化，让中医药更广泛地造福于老龄群体意义深远。

中国城市发展联盟益寿中国建设工作委员会常务副主任兼秘书长廖嘉军在大会总结中认为，首届益寿中国大会提出了“益寿四十年，健康一百岁”的医养康养融合发展目标，明确了“益寿中国建设”是健康中国战略和行动计划的重要组成部分，确定了“益寿中国医养康养创新融合模式”的基本框架、主要内容和发展目标，形成了“在中国式现代化进程中，益寿中国建设是解决健康老龄化问题的方案之一”的大会共识。

用一根益寿主线连接起 社区医养康养全程服务

——访武汉德年堂董事长李强



李强在武汉中医药高质量发展论坛上作主旨演讲。

从中医药医疗、中医健康管理转型到医养康养融合，绝不是各种干预措施的叠加，也不是简单地拓宽引流渠道，更不是寻求“功夫在诗外”，而是一种自觉，是主动融入到“积极应对人口老龄化”的国家大局之中，探索在中国式现代化场景下如何解决健康老龄化的时代课题。

“益寿中国医养康养创新融合模式”主要特点是：名医指导，名家引领，四师（中医师、营养师、运动师、西医师）共管，身心同治。

通过实践，武汉德年堂“益寿中国医养康养创新融合模式”初步取得了四方面经验：

一是治疗要“精准”起来。在王宏才等专家的带领下，定期为老年慢病患者进行中医诊疗，通过中医诊断慢病、共病发病情况和并发症程度。同时在老年患者中普及血糖、糖化血红蛋白、血脂、血压、心电图等常规指标检测，9年来免费为患者发放血糖试纸和检测仪器超过2000万元。依据中医诊断和检测指标，采用全小林院士“志靶辨治”中西医结合治疗体系，将治疗分为“调态”“治症”“打靶”三种类型，分别采用“志药”“症药”和“靶药”，精准治疗，标本同治，效果显著。

二是管理要“综合”起来。老年慢病病程长，多病共生，必须采用多种方法进行综合干预。其中“向病而生”唤醒干预法和“心转病移”共振诱导法的心理干预，对于老年慢病患者效果较好；采用药膳、特膳食品和健康饮食方案的营养干预需要长期坚持；运动干预重在运动技能和趣味性，我们请赵之心等专业人士长期为老年人提供运动指导，深受欢迎；对于病情较重的老人则采用“家庭医生”方式，由专人负责。

三是益寿要“引领”起来。引领分为四个层次：最高层的引领是益寿科普大会，主要讲益寿重点、讲生命科学最新进展，王宏才、杨波等多位中医专家，以及向红丁、胡大一、李光伟、刘玄重、马方、张晔、肖新华、彭国球等各领域知名专家依次来到武汉，参加德年堂益寿科普大会并现场指导。9年来，我们举办的科普大会超过100场；其次是小型专题讲座，由一线医生直接解答医困惑，帮助选择最适宜的养生方法；再次是“益寿直通车”每日健康直播，每天1—2个小时，进行益寿文化和慢病科普知识讲座，目前每天进入直播间的老人超过3万人；最基础的引领在社群，每位健教专员每天在会员社群中进行益寿知识和健康辅导超过3小时，通过及时交流解惑答疑，也增进了与老年朋友的感情。此外，通过免费发放“中医的脚印”“向病而生”等多种健康书籍，对老年人进行专业教育方面的引领。

四是养老要“鲜活”起来。居家养老是我国养老模式的主流。健康养老首先要让老人走出家庭，走到社区，走向社会。武汉德年堂每年组织益寿中国益寿文化节，以及“益寿中国”品牌下的膏方节、健康油脂节、老龄活力才艺大赛、江滩健步走、演讲大赛、抗糖明星评选、社区家宴等各种适宜老年人参加的特色活动，活动不间断，活力在增强，促使老年人积极融入社区、融入社会。武汉德年堂设立了10个益寿中国社区服务站，就近就便提供关爱服务，努力使每一个来到德年堂的老人都有归属感。

文/李瑞雪 胡建清



“武汉基层精品中医示范机构”参观武汉德年堂。



武汉德年堂参加2024年武汉市中医药文化宣传周义诊活动。