

上海中医药博物馆导游词

双语播客，科普之旅，由上海市科普工作联席会议办公室监制，Shanghai Daily—上海日报社制作。今天我们将带你到上海中医药博物馆。

轻呷一口草本茶让清香弥漫全身，品尝着港式甜点龟苓膏尽享午后阳光，你是否感到中医药已经成为一种养生之道融入了我们的日常生活中了呢？中华五千年的历史长河孕育了古老悠久、博大精深的中医药文化。中医学是中华文明的结晶，我国优秀文化遗产中的瑰宝。今天，就让我们一起走进位于浦东新区蔡伦路 1200 号上海中医药大学内的中医药博物馆一探究竟吧！

上海中医药博物馆由医史博物馆、中药标本陈列馆和上海中医药大学校史陈列馆三部分组成。展出面积约 4000 平方米，馆藏从新石器时代到近现代中医药文物 14000 多件，中药标本和中成药 3000 多件，是中医学和中医药文化的缩影。

我们首先参观的是一楼的医史博物馆—综合馆。

迈入自动门，位于脚下的是一幅地面铜雕，名为“中医药千年回响”，雕有远古时期的医疗器械—骨针和砭石。骨针用来针刺，砭石用来切割，刺泄淤血。缓缓前行，铜雕在眼前铺展开来，艺术地再现了各个时期医疗的发展梗概。它以中医学理论的经典著作《黄帝内经》中的十二个字作阶段小结，这十二字即“阴平阳秘、精神乃治、正气存内”，意为人体时刻处在阴阳的动态平衡中，一旦平衡被打破，疾病就会乘虚而来。

走过“铜毯”，便来到了位于大厅中央的阴阳五行雕塑，上下错落的双鱼对应着“阴阳”，下方的五块基石对应着“五行”一木火土金水。大厅两侧的六幅石雕生动勾勒了中医药发展的脉络图。从原始社会神农尝百草的传说开始，到《黄帝内经》的出现，之后张仲景著成《伤寒杂病论》，华佗发明五禽戏，到唐代太医署的建立，明代李时珍的《本草纲目》的写成，清代温病学说的发展，无不展现出中医学是集各家之智慧的伟大科学。

继续前行，位于大厅正前方的“精气神”浮雕映入眼帘。精气神、阴阳、五行等中国古代哲学概念渗入了中医学的方方面面，成为了核心内容。“铜毯”在阴阳五行雕塑后又出现了，这里的画面显示中医学前景广阔，从远古走向未来。

现在从左手边拾级而上，到反映各个时期中医药发展的展区去看一看吧。

这儿展出了各种珍贵的医史文物，包括医疗器械、医药著作等等，还有古代著名医学家的介绍，图文并茂，翔实生动。

早期医药展区反映的是古代哲学思想对中医学的影响。绕过屏风式的展板来到的是医学基础理论的确立展区，还记得扁鹊见蔡桓公的故事吗？扁鹊，精通望闻问切，是先秦时期影响最大的医学家。

在展现中医学全面发展阶段的展区，让我们来认识更多的伟大医学家，如发明了《五禽戏》的东汉医学家华佗，东晋的炼丹家兼医学家葛洪，和隋唐时人称“药王”、102岁高龄的孙思邈。东晋时期，君王们渴望长生不老，炼丹十分盛行，葛洪著有炼丹专著《抱朴子》，虽不是医学著作，却在客观上促进了制药化学的开端。孙思邈则因著有《千金方》而闻名于世，他的名言“大医精诚”更是教育后世医家不但要医技高超，而且也要医德高尚。

馆中还有形象逼真的唐太医署场景。正对太医署的是仿制清代的一尊针灸铜人，在古代，

铜人是教学用具，教授学生掌握人体的经络走向和穴位。铜人体内可以灌入水或水银，体外封上一层石蜡，如果针进水出，则说明取穴正确。

在宋金元时期医药展区你可以认识到金元四大家，这个时期是中国医学史上继往开来的重要阶段。在明清展时期医药展区你则可以了解到温病学说的发展。现在对照一下学习单，看看还有什么需要了解的？

休息一会儿，我们带你到二楼的医史博物馆—专题馆看一看。

二楼 5 个专题展馆为针灸推拿馆、中医文化馆、康复养生馆、中药方剂馆和中医科教馆。位于你左手边的是针灸推拿馆。进入该馆，你可以看到 1744 年铸造的老妇人形象的针灸铜人。这是清代乾隆皇帝赐与编著《医宗金鉴》官员的一批铜人之一，体表铸有经络穴位，但未铸经穴名，现国内仅见此一件，十分珍贵。其余展品还有晋代医家皇甫谧的《针灸甲乙经》、明代医家杨继洲的《针灸大成》等等。关于针灸还有个小故事，美国总统尼克松访问中国时，一名随行记者突患阑尾炎，正是应用了针灸疗法消除了术后疼痛。这位记者回国后在《纽约时报》发表消息，在美国引起轰动。你听了这个故事是否也觉得中医药挺神奇的呢？

再往前走，就到了中医文化馆，这里主要展示的是中医名家的书法、绘画作品和历代医家的处方手迹，反映了中医药深厚的文化底蕴。在文化馆的尽头有高科技的电子触摸屏，通过它，你可以了解各种针灸的器具，常见疾病的针灸治疗。你知道传统针灸文化和现代针灸文化的区别吗？点击触摸屏你就能解开谜底。同时，你点击“处方赏析”触摸屏，可以欣赏名医陈筱宝和恽铁樵的处方手迹，这些处方同时也是上乘的书法作品。

沿着顺时针方向前行就是中药方剂馆，这里集中展出了各个时期珍贵的制药器具和文物。中药方剂是中国传统医学极其重要的组成部分，中药包括植物药、动物药、矿物药和菌

藻药。因以植物药为主，故在古代称为“本草”。值得一提的是明代杰出的医药学家李时珍的名著《本草纲目》，达尔文称赞它是“中国古代的百科全书”。

位于二楼正中央的是康复养生馆，展示了与日常生活有关的文物，古代的卫生环境，古代劳动人民日常保健的主要方法，这些对我们现在的生活仍有深刻的启迪。

由中药方剂馆的边门出，千万不要遗漏中医科教馆。在这里，你可以像模像样地当一回中医，把把脉，仔细地观察一下舌苔，深入地了解人体的穴位。进门后沿右走你会看到中医脉象模型。脉搏是人体内状况的集中外在表现，脉象模型模拟了平、滑、长、短脉等 16 种常见脉象。可别小看了这些脉象，其中有着不少学问。同样一个“滑”脉，对于已婚妇女意味着她可能有了身孕；对于一个三岁左右的孩子预示着 he 可能得了哮喘；而对于二十来岁的小伙子，它却是血气方刚的表现。模拟的手触感酷似真人，你是不是迫不及待地想自己尝试一下了呢？还有更多的互动等着你呢，包括舌诊多媒体软件，辨证论治触摸屏系统，针灸智能人、按摩点穴智能人等高科技互动展品，你都可以亲身体验一下。通过它们，你可以认识许多常用治疗和保健穴位，比如在小腿前外侧的足三里，主治胃痛、消化不良、便秘、痢疾等等。对照学习单，再去认识一下其他的穴位吧！

稍作休息，我们带你到三楼的中药标本陈列馆和校史陈列馆看一看。

走进中药标本陈列馆，通过位于你左手边的两台液晶显示器，可以观看海洋药用资源多媒体展示，也可以参与答题，检验一下自己参观得是否仔细，加油吧！这儿共有十三个展区，陈列着各式各样的动植物和矿石中药标本。你知道吗？牛黄原来是黄牛的胆结石，味甘苦，有清心开窍的功能。你恐怕还想问：冬虫夏草究竟是动物还是植物呢？这儿的电子触摸屏又可以帮助你答疑解惑啦，它原来是一种真菌寄生在蝙蝠蛾科昆虫幼虫上的子座和幼虫尸体的

复合体。要了解其他的中药如人参等以及它们的功效，都可以在电子触摸屏上完成。

第二展区的四个展柜则分别陈列着一些道地药材的规格等级和真伪对照。仔细辨别，你一定能看出其中的区别。第三展区是中药命名方法标本展示区。第五展区陈列着全国中药材道地产区分布图和标本。其余展区还有中成药展区等等。现在对照学习单，仔细观看展牌，没有什么漏了的吧？

走出标本馆，步入与之相邻的校史陈列馆

这里有详尽的文字和照片，展示上海中医药大学 1956 年建校以来的发展历程。这所大学是新中国成立后首批创建的四所高等中医院校之一，在海内外享有声誉，培育了“人民健康好卫士”陈海新等一大批中医药人才。

走出博物馆，沿着左边的合欢路行走就是百草园了。

它占地约 8600 平方米，由暖房、灌木园、芳草园等等组成，种植 300 多种常用植物。暖房里也种植着许多中药植物，现在我们向你简单地介绍几种吧。丹参是唇形科的，根及根茎可以入药，可以活血通经、清心除烦。可以用来观赏的吊兰也是一种中药，它是百合科的，带根全草可以入药，甜、淡，可以润肺止咳、消肿解毒。你一定有些眼花缭乱，但这些只是百草园的一部分，更多的中药植物，还有待你自己去仔细学习！

今天参观了这么多，对照学习单，真是收获不小，回家别忘了巩固哦！

上海中医药博物馆地址：上海市浦东新区蔡伦路 1200 号（上海中医药大学内）。邮编：

201203

开放时间：9：00-16：00（周一馆休，国庆节，“五一”劳动节，春节期间，周一照常开放）。

票价：参观券每人每张为 15 元，团体（10 人以上；提前两至三天预约）每人每张为 12 元 /10 元。

免票和优惠的情况为：1.离休干部、现役军人、残疾人、本市 70 周岁（含 70 周岁）以上老人凭相关证件免费参观；2.成年人可以免费携带一名未成年人参观；3.青少年团体票价 7 折优惠，其它团体 8 折优惠；4.每月第二个星期六为免费开放日；5.每年 5 月 15 日~6 月 15 日为免费开放月。

公交车辆：

线路 1.乘大桥六线、大桥五线到上海中医药大学站（西门）。

线路 2.乘地铁二号线到张江地铁站，转乘大桥六线，大桥五线到上海中医药大学站（西门）。

线路 3.乘塘川线到张江地铁站，转乘张南线，张川线到科苑路站，从上海中医药大学西门进入。

线路 4.乘徐川线、申江线到钓鱼桥站（金科路），从上海中医药大学东门进入。

线路 5.乘 609 路到蔡伦路华佗路站（上海中医药大学南门）。

联系电话：51322710、51322712、51322721。

官方网站：www.stcmm.org