

解读传统中医为世界贡献中国智慧

讲师：周皆言

课程对象：适合国企党员干部员工素养培训、政治形式理论教育培训、党风廉政教育培训、企业基层青干综合培训、中医传统文化大众科普培训、金融保险公司客户回馈活动、“世界卫生日”主题活动、各级中（西）医院主题活动等。

课程推送：独立或组合推送均可。

课程时间：180分钟版；360分钟版（360版含艾灸实操互动、小儿推拿手法互动、现场病例咨询等内容）

课程内容概述：

习近平总书记在十九大报告做出“坚持中西医并重，传承发展中医药事业”的重要部署。没有全民健康，就没有全面小康。要把人民健康放在优先发展的战略地位。保障全民健康，要树立大卫生、大健康的观念，把以治病为中心转变为以人民健康为中心。预防是最经济最有效的健康策略！

课程从习近平同志治国理政中运用的中医学术词语入手，解读习总书记在国家治理和促进世界秩序、经济发展的战略思想。从“四个自信”中解读传承和发扬祖国传统医学体现了中国人民的“文化自信”！结合学员生活实际展开互动，让大家从“望闻问切”中的望诊中了解疾病在爆发前发出的各种预警信号，强调疾病重在预防的重要性，感悟祖国传统中医经络学的精妙与博大精深。中医无创养生保健内容是本课程的重点版块，内容涉及到传统艾灸和小儿推拿生活实际应用及病例讲解。通过讲解及学员互动，不仅仅能让大家学习到祖国传

统医学绿色调理在日常养生、防病保健上实用的方法，更能指导大家走出养生保健的误区。本次课程确保中医知识零基础人员能听得懂，学得会，做得到！

课程大纲：

一、习近平用中医理论把脉世界

1.1 习总书记在治国理政中运用的中医词汇

播放视频：《习近平总书记在 G20 峰会的一天》4 分 30 秒

1.2 习总书记在国际性会议中提到的中医理念

二、传统中医体现中国文化自信

2.1 解读习总书记提出的“四个自信”

2.2 “文化自信”包含的三个层次

2.3 以高度文化自信推动中医药振兴发展

三、中医望诊学隐含的中国智慧

3.1 看眼袋判脾胃

3.2 看牙龈判气血

3.3 看腿窝判腰背

3.4 看大椎判循环

3.5 看泡沫判代谢

四、无创中医疗法守护家人健康

播放科普视频：《妈妈，我怕，我的世界太安静了》4分30秒

4.1 从《扁鹊心书》看中国传统艾灸理论

4.2 职场人群保健艾灸六大养生穴位

4.3 艾灸养生注意事项

4.4 养生艾灸实操互动（全天课程版块）

4.5 中国张汉臣派儿推消积退烧手法

4.6 小儿推拿手法互动（全天课程版块）

五、走出日常养生保健的五大误区

5.1 误区一：常年服用西药或中药养生

播放科普视频：《可是，你没有》3分50秒

5.2 误区二：体检报告正常身体就很健康

5.3 误区三：只要经常运动身体就会好

5.4 误区四：重视用药救命，忽视用饭养命

5.5 误区五：相信非专业人士的建议

六、现场养生答疑（全天课程版块）