

岁末年初的南湖，暖意与安心交织，正能量在民生一线持续涌动。无论是守护公共安全的坚定行动，还是丰富精神生活、赋能民生服务的暖心举措，南湖区始终以人为本、多维发力。

从文化惠民的精彩活动到家政服务的温情升级，从筑牢安全防线到守护消费公平，南湖区用一件件实事、一个个行动，勾勒出和谐宜居的城市图景，让市民在平安、舒心、便捷的环境中，感受城市温度，静待新春到来。

■文字整理 记者 冯思家 图片来源：读嘉资料图库

800余枚！南湖区对非法烟花爆竹说不



今年初以来，南湖区持续强化烟花爆竹“双禁”工作，通过宣传引导、源头管控和严格执法，累计查处非法经营案件20起，行政拘留20人，全力保障公共安全。

【读友有话说】
里德谢波德：岁末迎新安全至上，少燃烟火更护环境，力挺！
读友_WPYVR9：零容忍的态度，严查严防！



临近春节，南湖区应急管理局联合多部门开展突击检查，在一小区车库内查获非法储存的烟花爆竹65箱及大型礼花弹800余枚，及时消除重大安全隐患。嫌疑人张某从外省购入这批烟花爆竹，意图销售牟利，目前物品已被扣押，案件正在侦办。

整治“生鲜灯”，“马大嫂”点赞！



行动，剑指违规照明误导消费的市场乱象，让生鲜产品卸下“灯光伪装”以“素颜”亮相，切实守护市民“菜篮子”里的安全与公平。

【读友有话说】
135****910：现在老百姓买菜的确踏实多了！没有了花哨的灯光，果蔬的新鲜度能看得明明白白，再也不用担心“货不对板”了。
钛裳老菌：真的“良心菜”就该经得起看，支持回归本色。



“以前买的鲜肉在店里红亮新鲜，拎回家就没那股水灵劲；草莓在灯光下看着很诱人，实际颜色淡了一大截。”说起“生鲜灯”的“美颜套路”，南湖区市民王阿姨的吐槽道出了不少消费者的心声。

连日来，南湖区开展“生鲜灯”专项整治



中医肿瘤专家孙彩珍：中医抗癌的攻守之道，打赢抗癌这场攻坚战、持久战



图片由受访者提供

孙彩珍：

杭州种福堂中医医院院长
杭州艾克中医肿瘤门诊部主任
杭州市民间中医药发展促进会副会长
世中联肿瘤外治法专业委员会常务理事
全国名中医、中国中医科学院资深研究员
周超凡弟子

■撰文 吴文

当“肿瘤君”突然造访，大多人没了主意，常常摇摆不定，到底是选择中医还是西医？对于肿瘤的治疗，大家都知道“西医三招”，即手术、放化疗和靶向药。但事实是，很多人一发现就是晚期，或者因年龄、身体状况等原因，与“西医三招”失之交臂，还有的是治疗后效果并不理想，这时他们往往会得到这样的建议：“吃点中药试试吧。”

面对中医，有些人也不乏疑虑，中医能帮助治疗肿瘤吗？中医只是辅助治疗，能作为保守治疗吗？

“中医药一直在肿瘤治疗方面发挥着重要作用，但是，很多人往往把中医当做‘最后的救命稻草’，或者是没办法的办法，其实这种想法是不对的，应尽早让中医药参与肿瘤治疗的全过程。”杭州种福堂中医医院院长、杭州艾克中医肿瘤门诊部主任孙彩珍说，“目前，中西医综合治疗是较为有效的治疗方式，肿瘤是难治之症，但绝非不治之症，西医有三招，中医对付肿瘤也有‘两把刷子’，通过不同中药材的配伍，‘攻邪气’与‘守正气’齐下，也能打赢抗癌这场攻坚战、持久战。”

患胆结石数十年，13年前查出胆囊癌的92岁的陈奶奶如今笑着说“我要再活几十年”

在孙彩珍众多肿瘤病人中，92岁的陈奶奶就是打赢13年抗癌硬仗的胜利者之一。

如今的陈奶奶身体匀称、面色红润，一头白发显得格外精神。说起自己的抗癌经历，她从容淡定；讲到抗癌成功后的幸福晚年生活，她笑着说：“我要再活几十年。”这里看得出她曾是位晚期胆囊癌患者！

陈奶奶年轻时便肩负服装厂厂长的重任，有时候厂里忙，她常来不及吃早饭就匆匆赶往工厂。久而久之，她患上了胆结石，一痛就是大半天。

那一代的人能吃苦，陈奶奶自己又很强，很多时候胆结石发作，她忍一忍就熬过去了。有时候盐水挂好，拔掉针管，照样去上班。1993年，陈奶奶年满60岁从厂里退休了，本可以安享天年，可没闲下多久，外贸局成立的服装厂一开，她又被聘请做管理，整个厂有1000多人，陈奶奶每天的工作压力不小。

经过3年的筹备，厂子有了起色也上了正轨。这时，陈奶奶的儿子下岗了，为了扶持儿子创业，她又着手帮儿子办厂，里里外外忙碌操心着，这一忙，忙到了79岁。那年，陈奶奶出现了反复上腹部疼痛，肝胆的位置痛得她不敢大口呼吸，还持续发烧，有一次痛得实在受不了，黄疸都发作了，还吐下泻，她还只当是感冒。

一天凌晨，陈奶奶睡觉睡到四五点钟，她往身上一摸，发现瘦得没有肉了，这才紧张起来。

陈奶奶的孙子在余杭一家医院当外科医生，赶紧把奶奶带到杭州主城区的三甲医院检查，这时奶奶的体重已经从122斤一下子掉到了100斤。挂了盐水，疼痛依然无法缓解，热度也退不下去，整个人发烧难受得不行。做CT检查后才发现，陈奶奶的胆囊已经一塌糊涂，连着肝、肠都受到了牵连黏在一起。医生建议立刻手术，否则陈奶奶有生命危险。

第二天早上7点，陈奶奶被推进了手术室接受胆囊切除术，直到下午4点才出手术室。术后，医生把切下来的胆囊和边上的东西让家属看，整个胆囊恶臭发黑，病理结果证实是胆囊癌。术后，陈奶奶还插了好几个月的引流管，身体虚弱无力，一直缓不过来。

这样的体质和年纪，陈奶奶显然无法

接受后续化疗。儿子担心母亲的身体，到处打听。得知厂里职工的母亲患上肝癌一直在杭州艾克中医门诊部孙彩珍处接受中医治疗，而且身体恢复得不错，儿子马上要来门诊部的地址，带母亲找到了孙彩珍。

深受病痛折磨，陈奶奶面色发黑，毫无精气神。孙彩珍四诊后，语气坚定地对她说：“我有信心，你也要有信心，比你更严重的病人我接诊过不少，通过‘解郁、通络、软坚、排毒’中医疗法，许多肿瘤病人都度过了5年、10年，甚至20年的生存期！”

孙彩珍的话如同魔法般注入了陈奶奶的身体，而经孙彩珍深思熟虑辩证开出的中药方更是发挥了功效。服用中药一个多月后，陈奶奶逐渐打开胃口，慢慢有了精气神。

就这样，一年又一年，陈奶奶跟着孙彩珍喝了5年中药。第3年时，孙彩珍给陈奶奶复查，发现她小腿静脉曲张已发黑，脚踝上方溃烂流黑水，一并进行了医治，加上金丝吊葫芦、地龙、水蛭等组成的金丝地甲粉口服。一年后，溃烂收口了，原来发黑的地方变淡了。

“解郁、通络、软坚、排毒”

总结八字孙氏中医肿瘤特色疗法

对于陈奶奶的抗癌经历，有人也许会问，一个晚期癌症病人术后情况并不乐观，中医药是如何把她再拉起来，中医药在此期间又起了什么作用呢？

“中医绝非是在西医无计可施时才去寻求的‘最后的救命稻草’，一旦确诊就可看中医、用中药，而且是‘攻’与‘守’相辅相成，贯穿整个治疗过程。”经过30多年的临床实践，孙彩珍多年前就总结出“解郁、通络、软坚、排毒”孙氏中医肿瘤特色疗法，临床得到了很好的验证。

孙彩珍解释，中医认为，肿瘤是气、血、痰、毒相互交结的有形肿块。这里面的“气”，简单地说是指“气郁”，“血”是“血瘀”，“痰”是“痰凝”，“毒”是“肿瘤毒素”。而“解郁、通络、软坚、排毒”这几个字正直击癌症的本质。

第一步，解郁。解郁就是解除患者郁闷的心情，调理患者的气机。中药里面，像海藻、昆布、香附、合欢皮、郁金等有疏肝解郁的作用。用药上孙氏中医疗法重用这些解郁药物来调理患者的气机。

第二步，通络。通络就是活血通络。肿瘤源于气滞、血瘀、痰凝、毒聚。没有通络，邪气排不出，就达不到治疗的目的。肿瘤总是一对一对矛盾交织在一起，很典型

的一对矛盾是血不太畅行，又容易出血。孙氏中医历经大量实践，找到了既破瘀活血，又防止出血的解决办法。

第三步，软坚。治疗从始至终，软化的药贯穿其中。有的肿块坚硬如石，最厉害的破瘀药三棱、梨头霜、水蛭也根本破散不了这么坚硬的肿块，这些药运用过早导致出现反倒有可能，而把肿瘤全部攻散消掉不可能。那怎么办？软化肿块是有可能的。运用牡蛎、海蛤、昆布、海藻、鳖甲等软坚散结药物，且这些药（除鳖甲）还具有化痰祛瘀的功效。有的病人经过几个月的治疗，如长在颈部等体表的肿块手摸上去会有明显的变软，这离治好的时间就不远了。在变软过程中，肿块稍为广大一点，是正常的，如果相反，这肿块没有怎么大起来，反而越来越硬，就必须加重软坚药。

最后一步，排毒。排毒就是将患者的癌毒排出体外。汉代华佗认为：肿瘤的发生非独因荣卫壅塞而发，更有五脏六腑蓄毒不流的原因。这一论断已准确阐明了肿瘤的病因病机，也就是说为什么局部的肿块切得干干净净了，有一部分患者在若干时间后又复发甚至在别的部位又长出来了呢？根本的一条，就是五脏六腑的毒没有排出体外。在排毒上，孙氏中医疗法重用白花蛇舌草、金丝吊葫芦等解毒药。

中医对抗肿瘤“攻”“守”有度 因人、因病均有所区别

有了对付肿瘤的方法，怎么具体在临床运用发挥最大效应呢？

“对抗肿瘤，我们的总原则是攻守并进，既要对肿瘤主动发起进攻，在潜移默化中破坏肿瘤的生长环境，降低其恶性程度；同时要适当扶正，提高免疫力以防止复发。”孙彩珍解释，在肿瘤不同阶段，“攻”和“守”的方式和程度都有所不同。

孙彩珍说，肿瘤是癌细胞高度集中之处，就像是一座顽固的堡垒，堡垒不能攻破，就谈不上治疗肿瘤，更谈不上清扫体内的癌毒。如果是因为肿瘤本身导致的体虚，临床常常采取进攻手段来祛除病人体内的邪气。比如，肺、肝、胃、大肠、妇科等肿瘤，多与气滞有关。气滞致病，就要解郁。肿瘤病人体内有癌毒，有瘀血、毒火、痰湿、食积停滞，就要立法治邪为主，祛邪后正气自然就慢慢恢复。

依托30年的肿瘤治疗经验，孙彩珍认为，谨慎评估并掌握好分寸，大剂攻下法可能就把病人拉回来了。当然，中药讲究因人而异，不是所有的肿瘤、不是所有病人都适合大剂攻下法，临床根据患者个体有区别。比如，人为（比如放化疗）导致的体虚，孙彩珍提出要适当扶正，把遭到肿瘤破坏的“土壤”重新改造好，提高免疫力。另外，针对年纪比较大的肿瘤病人，或肿瘤已经溃破，或化疗后身体虚弱的，也不能一味攻，要攻守结合。

“一般认为癌症是身体免疫细胞自我修复过程因各种原因导致失控，过度地异常增生导致。就好比一个地方有坏人作恶，本想派纠察队去抓住坏人，如果纠察队的人没有练就火眼金睛本领，分不清好人坏人，还不分清红皂白的乱打一通，再加上坏人到处煽风点火，不明真相的人一起出来闹事，导致这个地方交通瘫痪、人们自相残杀，民不聊生！这时我们该怎么办？把这个地方的人抓起来杀了吗？答案是否定的！首先我们应该教会纠察队的人分清哪些是好人、哪些是坏人，尽快把坏人抓走；第二，政令及时下达，教育不明真相的人，讲清楚事情的真相，让民众不与坏人为伍，与坏人划清界线，拔乱反正；第三，及时疏通道路，让大家各司其职；第四，给困难的民众一定的物质帮助，让他们尽快恢复正常的生活状态。这里面提高纠察队的人监督能力，就好比提高我们身体的防癌力，是防癌第一要务；提高普通百姓的觉悟就好比改变我们身体的内环境，提高免疫力。只有改变体内环境提高免疫力，才能切断肿瘤赖以生存的土壤；给困难的民众物质帮助就好比扶正，给受损细胞修复的过程。”对于扶正，孙彩珍提出切不可妄补，如果要补也选用龟板、野生紫灵芝等，让肿瘤补而不滞。

她认为，有肿瘤的地方就有伏火，肉桂、鹿茸助火，阿胶过于滋腻，一般不会用

于肿瘤病人，除非病人贫血很严重，会适当用点阿胶。又比如铁皮枫斗，舌头厚腻、舌胖大的肿瘤病人不适合服用，否则反而引起湿重。

“哪些中药材能抑制癌细胞，哪些会引起肿瘤扩散，各种中药材的习性都要了然于心。要攻，也要防止肿瘤扩散，用药就非常有讲究。比如胆囊癌，容易发生肝转移，太活血的药就要慎用。总之，治疗肿瘤要辨病辨证相结合，攻守中一定要知己知彼，才能百战不殆。”这30年来，孙彩珍一步一步脚印，累计看诊肿瘤、肝硬化等患者40万人次，以独特的孙氏中医肿瘤特色疗法帮助了众多肿瘤患者和家庭，以她的真诚与耐心，牢牢建立起了医患信任。

南湖畔翼时空戏剧生活节来了



展演、主题论坛等多元形式，让戏剧融入市民日常，为市民游客带来了一场丰盛的文化狂欢。

【读友有话说】

白水鉴心～：哎呦，改造后看起来真不错，可以去遛娃了！还有这么多小剧场，听起来有点洋气，要去感受一下。

读友_Y3DY92：和孩子去玩过一遍，确实氛围很好。



南湖家政女性有温暖“娘家”了！



目前，全区家政行业女性从业者占比超80%，联合会将作为温暖“娘家”，推动家政服务规范化、专业化，助力基层治理与民生服务。

【读友有话说】

桃夭：家政服务惠及千家万户。
Linna：南湖区家政女性终于有了温暖“娘家”啦！

