

针透古今 情暖银发

——记太原康养集团纺织医院中医科申浩楠

在太原康养集团纺织医院中医科，副主任医师申浩楠的诊室总是暖意融融：银针轻捻间，是千年中医技艺的传承；耐心问诊时，是对老年患者的赤诚关怀。作为山西省非物质文化遗产项目“九针疗法”代表性传承人，他深耕古法、融汇现代，用一根银针破解无数银发族的疼痛困扰，让古老针术在当代焕发新生，也用专业与温柔，诠释着中医人的初心与担当。

守正传承 银针解痛暖人心

70岁的李奶奶，曾被严重的肩周炎折磨得手臂难以抬起，日常穿衣、梳头都需家人帮助，夜间疼痛更是时常让她难以入眠。尝试过多种治疗后，效果反复，她逐渐失去了信心。

经人推荐，李奶奶找到申浩楠。接诊后，申浩楠细致倾听，全面检查。他深知，老年患者的痛楚，既是身体上的，也牵动着心理。

凭借对“九针疗法”的深厚功底，申浩楠为李奶奶量身定制治疗方案。他灵活运用“新九针”中的锋钩针，轻柔精准地松解肩部粘连组织，再以圆利针远道取穴，疏通经络、调和气血。几次治疗后，李奶奶的肩部疼痛明显改善，基本生活能自理了。“没想到老祖宗的针法这么管用，申医生这么耐心专业，让我又能舒舒服服过日子了！”李奶奶感激

退休之后，时间真正属于了自己。不用再惦记上班打卡，不必再操心工作琐事，可以安心陪着妻子，实现那些攒了半辈子的旅行愿望。这三年来，在妻子的精心安排下，我们走过不少地方，也用脚步丈量了许多未曾抵达的风景。

我们登上雁门关、娘子关，感受雄关的险峻与沧桑；漫步忻州、大同古城，触摸时代赋予的新貌。偏关老牛湾的黄河壮阔，太行溶洞的自然奇观，隰县小西天悬塑的精致生动，皇城相府的巍峨气象，碛口古镇的黄河风情，还有武乡、娄烦那片红色土地上的记忆……一路走，一路看，仿佛把半生未曾细看的家乡，重新装进了心里。

再远些，我们去了西藏、江苏、浙江和东北三省。尤其是西藏之行，是这辈子难忘的旅程。那里不只是风景震撼——布达拉宫的庄严、扎什伦布寺的宁静、大昭寺门前虔诚的身影，更是一段心灵的洗礼。站在纳木错湖边，感觉自己离天空那么近。最幸运的是，我们竟一眼望见了素有“隐匿的明珠”之称的南迦巴瓦峰从云中显



图为申浩楠正在为患者做检查。（图片由受访者提供）

的话语里，满是欣慰。

创新融合 “透视”施针更精准

申浩楠认为：“传承古法，不是墨守成规；守护健康，更要与时俱进。”他积极探索将现代医疗技术融入传统针法，其中肌骨超声与“九针疗法”的结合，便是他实践的“老手艺新用法”。

赵阿姨右手拇指患狭窄性腱鞘

炎半年，拇指僵硬疼痛，晨起时常“卡住”，并伴有弹响，连日常端碗拿筷都困难。

申浩楠接诊后，首先为她进行肌骨超声检查。屏幕上，肌腱鞘增厚、滑动受阻的情况一目了然。“超声就像给了我一双‘透视眼’，让病痛‘眼见为实’，对老年患者施针更需这份精准，容不得半点失误。”他向赵阿姨耐心解释道。

随后，在超声实时引导下，他运用刀钩针，精准避开血管神经，对增厚狭窄的腱鞘进行松解。操作娴熟

利落，最大限度减少损伤。治疗网结束，赵阿姨拇指的紧绷卡顿感便瞬间消失，活动恢复如常。

医者仁心 以针传情护银发

在申浩楠看来，“针术”是根基，“仁心”是底色。他精研源自《灵枢》的九针体系，恪守“病不同针，针不同法”的要义，同时主动学习现代解剖学等知识，优化手法与精准度，专注于老年颈腰椎病、关节痛等常见疼痛的诊疗。

他明白，面对体质复杂的老年群体，精湛技术之外，尤需耐心、细心与爱心。无论患者病情如何、情绪怎样，他总是温和以待，认真倾听，细致制订方案。他常说，老人的疼痛常伴着孤独与焦虑，医者既要治身，也需暖心。

诊室里，他常主动搀扶行动不便的老人，细心询问起居，反复叮嘱注意事项；施针时，时刻关注老人反应，轻柔调整；治疗后，仍主动跟进其恢复情况。他用一言一行，传递着医者的温度。

从古法传承到现代融合，从精准施术到暖心陪伴，申浩楠用一根银针，串联起千年智慧与当代匠心；用一份仁心，守护着银发族的健康与安宁。作为非遗传承者与健康守护人，他始终步履不停，以针传情、以术济世，为无数长者的幸福晚年默默护航。

记者 张慧

跟随老妻去旅游

露真容，那一刻，所有颠簸疲惫都值得了。

南京是我们反复抵达的城市。老妻就出生在这里，63年前，她在当时的华东军区空军医院（现东部战区空军医院）呱呱坠地。如今重访，更像是一场寻根之旅。我们一次次走过明城墙、中山陵、夫子庙，也走进博物院、老门东，在时光的缝隙里寻找熟悉的痕迹。以南京为“据点”，我们还去了扬州、乌镇，看运河悠悠，穿行水乡巷弄，在朱自清、茅盾的故居前静立片刻，仿佛听见文字在岁月里低语。

在杭州，我们住在西湖边的老宾馆，每天沿着湖岸散步。断桥、苏堤、三潭印月……这些从前只在书里读到的景致，如今真切地铺展在眼前。我们去拜谒秋瑾墓、岳王庙，在楼外楼尝一口西湖醋鱼；专程赶到绍兴，排长队走进鲁迅故

居，从百草园到三味书屋，一步步丈量先生的童年。中午在咸亨酒店温一壶太雕酒，配一碟茴香豆，相视而笑——我们也成了旅途故事里的人物。

在东北，站在松花江大桥上，风声里依稀传来岁月的回响；在丹东，走过鸭绿江断桥，凝视彭德怀元帅与英雄们的雕像，心中涌起难以言说的敬重。那段历史对我们这代人来说，从来不是课本里的铅字，而是父辈口述的血与火。

这三年的行走，让我们在退休后的时光里，重新认识了世界，也更懂得了彼此。旅行开阔了眼界，也柔软了心境。身体虽偶有疲惫，精神却始终明亮。更让我感慨的是，有了老妻在身边，旅途一切都变得从容——车票、预约、住宿，她轻轻一点手机就安排妥当。我呢，只需放心跟着，做个“专职旅伴”，偶尔帮

她拍张照片，或是在她找路时，耐心陪在身边。

我常想，退休后的日子，最好的状态大概就是这样：有时间，有陪伴，有向往，还有能力走向远方。只要脚步还稳当，只要她还愿意规划下一程，我就会一直跟着她，慢慢走，慢慢看，把余生走成一篇长长的、温暖的游记。

解延忠 口述
记者 张慧 整理

