

编者按

近日，国家中医药管理局揭晓 2025 年青年岐黄学者培养项目入选名单，湖南再添新彩，6 位才俊榜上有名，分别为中南大学湘雅医院王杨，湖南中医药大学李玲、李亮，湖南中医药大学第一附属医院张稳、周兴、姚小磊。其中，李玲、张稳两位湘妹子凭借深厚的专业功底与卓越的传承创新能力在层层遴选中脱颖而出，为湖湘医疗增添一抹巾帼亮色。

青年岐黄学者培养项目作为国家中医药管理局“中医药岐黄人才计划”的核心组成部分，是中医药青年拔尖人才的培育高地。为展现湘女中医风采，今日女报 / 凤网特别专访两位获奖者，听她们讲述岐黄追梦路上的动人故事。



扫码看更多精彩内容

“跨界”女中医的“靶向”破壁之路：巧解肺部急症

今日女报 / 凤网记者 江昌法
实习生 邵艳云

在本次入选青年岐黄学者的 6 位学者中，湖南中医药大学教授、中医药科学院科教部主任李玲的探索之路显得格外“跨界”——她将目光投向古老药典中的经典药材，却用最前沿的纳米生物技术进行破译。



李玲经常带学生做实验。

在纳米世界里破译本草密码

李玲的学术地图聚焦于“天然药物抗感染与免疫调节”。这一方向的选定，深受导师卢芳国教授和何清湖教授的启发：“中医药的优势在于临床，我们要始终扎根经典，更要用现代科学的语言，深入阐释其优势背后的内涵。”

然而这并非坦途。2020 年前后，李玲的团队研究常用中药桔梗——中医理论称其为“舟楫”，能引药上行入肺，对呼吸

道感染性疾病有独特效果。他们试图用现代科学解释这种看似“靶向”肺部的特性，避免药物作用于其他部位增加肝脏负担。而在传统思路下，实验推进困难。

转机出现在一场交叉学科学术会议上。听到学者讨论“囊泡”（一种细胞分泌的纳米级微小结构），李玲灵光乍现。她联想到，中药里或许也有自己的“微型工厂”。如同显微镜的发明让人看到了微观世界，植

物体内是否也存在天然形成的纳米级活性物质？她立刻行动，从新鲜桔梗中直接提取“纳米级囊泡”。

这在当时是一个全新领域，校内的实验平台存在局限。为此，李玲和团队带着实验材料和小白鼠，往返于湖南中医药大学、湘雅医院和长沙理工大学，借用多平台开展实验。

历经五年攻坚，研究终获突破。2025 年 4 月，李玲团队在国际纳米生物技术顶级期刊

《Journal of Nanobiotechnology》上发表了原创性成果。他们首次从新鲜桔梗中成功分离出天然纳米颗粒，并揭示了其通过调节免疫细胞代谢与功能，有效缓解了肺部急性损伤。论文迅速获得广泛关注，浏览量近万次。

实验室的创新链条

李玲在科研之路上一路铭记着导师的教导，并将科研的精神传递给了团队和学生。

因材施教是李玲融进骨子里的育人观念。她鼓励学生接手难度高、需要极强韧性的课题，最终帮助学生作为项目负责人，获得挑战杯主赛道全国一等奖。

探索不止于实验室。李玲也

将心血倾注于知识梳理与文化传播。她参编 10 余部教材和著作，致力于将前沿研究成果融入教学，改变中医特色在综合性医学教材中不够突出的现状。

回顾过往成长，李玲常常感念学校。在她科研起步阶段，学校的“青年骨干人才计划”提供了关键的启动支持，让她能将脑海中的构想初步落地。而学校与多家附属医院、药企构建的产学研合作平台，更是为她的研究打通了“基础研究—临床验证—产业化”的创新链条。

如今，李玲主持国家自然科学基金等课题 16 项，发表学术论文 52 篇，主编 / 参编教材著作 12 部，授权国家发明专利 9 项，并荣获中国中西医结合学会科技进步二等奖、中华中医药学会科学技术三等奖等 22 项奖励。

“我将从研究者进一步转变为深度参与者和实践者，努力将那些在实验室里初见成效的科学研究，一步步推向临床验证，最终实现产业化，惠及更多患者。”李玲说。

“五心”女中医的“慢慢”传承之路：守护夕阳美好

今日女报 / 凤网记者 周雅婷 实习生 邹领

1 月 21 日，湖南中医药大学第一附属医院门诊楼渐归宁静。刚看完最后一个病人的湖南中医药大学第一附属医院副院长张稳向今日女报 / 凤网记者谈起入选 2025 年青年岐黄学者的感受：“这个荣誉对我个人而言，更重要的是对过去工作的肯定和对未来的鞭策。”

作为湖南省 6 名入选者中的女性代表之一，张稳将最富活力的年华献给了老年医学这片曾经冷清、如今却愈发重要的领域。她以细致的观察、耐心的倾听和专业的判断为老年人的健康保驾护航，也以师者之心将医学智慧传递给后来者。



张稳给患者把脉看诊。

深耕老年病学二十年

诊室的门又一次被推开，一位头发花白的老人被家属搀扶着缓缓走进。张稳放下手中的笔，目光迎了上去。这样的场景，在门诊上要重复无数次，一天下来，张稳几乎连喘口气的时间都没有。

今年 44 岁的张稳已在老年病科工作了 20 年。在她看来，老年病诊室是观察生命厚度的一扇窗。

“老人们的表达往往含蓄，症状常常隐蔽。”张稳说。她曾接诊一位仅主诉“胃口不好”

的老人，经检查发现是严重感染；另一位只说“最近容易出汗”，心电图却显示急性心梗前兆。在老年病科，表象与本质之间，总隔着需要医者细心洞察的薄纱。

在老年病科工作多年，张稳形成了一套系统化的接诊方法——她总是先对老年患者进行整体评估，在全面把握其健康状况的基础上，为其制定最适宜的个体化方案。“和老年人沟通，节奏要放慢，语速太快容易造成理解困难。如果遇到听力不佳的

老人，还需要适当提高音量，确保每句嘱咐都能清晰传达。”

一次，张稳遇到了一位心梗治疗后需要卧床休息的老人，沟通后老人却执意起身走动，并激动地表示：“如果我不走，就说明我活不了了，那我也不想活了。”面对这种情况，张稳并未强行制止，而是一边扶着老人在病房内缓慢行走几步，一边温和地解释卧床的必要性，随后顺势引导老人回到病床休息。“为老年人看病远不止于诊断疾病本身，医生必须怀有更深层的关切：如何真

正理解并尊重患者，如何在医疗之外给予他们切实的支持。”

湖南省卫生健康委员会数据显示，截至 2024 年底，全省人均预期寿命提升至 79 岁。老龄化趋势上升，曾经冷门的老年病科也变得越来越常见。这些年来，张稳带领团队聚焦老年患者需求，将中医整体观与现代医学结合，创新个性化诊疗方案，倡导的“五心”服务原则——“彰显爱心、保持耐心、确保细心、秉持恒心、赋予信心”，显著提升了老年患者就医体验，科室年服务患者超万人次，获社会各界广泛赞誉。

让医学的温度代代相传

作为学科带头人，张稳肩上有另一副重担：培养后来者。

下午，诊室里来了一位特殊的“学生”——张稳带教的年轻医生，他正小心翼翼地记录着老人琐碎的主诉。老人说得慢，年轻医生写得急，张稳轻轻按住了学生的手腕。

“慢慢听。”张稳说，“他们需要时间来叙述。”

这份“慢慢”的智慧，是张稳最想传递给年轻医生的。在

她构建的培养体系里，理论、跟师、临床三条线交织并行。她常把学生带到老专家诊室，看那些白发医者如何用三句话让焦虑的老人舒展眉头，又如何从一堆杂乱症状中理出关键线索。

“这个行业就像长跑，不在于瞬间爆发，而在于持续而平稳的呼吸。”张稳说。在她看来，一位好的老年病科医生手中要有温度，眼中要看得见人，而不仅仅是病。

在这个“慢慢”的领域里，张稳继续走着，一步一个脚印，踏实而坚定。她积极投身科普宣传教育，通过多种渠道普及中医养生、老年病防治知识。她主编的《中医药防治感冒百问百答》获省级科普双料奖项，通过“线上+线下”融媒体矩阵开展健康讲座 200 余场，覆盖社区、学校及主流媒体平台，惠及群众超 10 万人次，两度入选湖南省健康科普专家库。

如今，张稳正积极推动院内特色制剂走向更广阔的应用场景，让更多经过临床验证的有效方剂惠及寻常百姓，“中医的独特优势，始终在于解决人的实际问题”。