

丰泽区第三实验小学城东校区小记者走进泉州医学高等专科学校药学院 搓艾绒卷艾条 小小药师初长成



黄幼霞院长指导小记者搓艾绒



胡建萍老师手把手教小记者们卷艾条



胡建萍老师向小记者们介绍艾条的用途



融媒体记者 林婷瑜 刘静梅 文/图

近日，丰泽区第三实验小学城东校区的小记者们分批走进泉州医学高等专科学校药学院，参加了一场依托泉州市2025年社科活动资助项目“承岐黄之韵，启本草之慧——中医药文化科普行动”开展的中医药科普活动。

在该校药学院院长黄幼霞、中药学教研室副主任胡建萍的带领下，小记者们参观了泉州本草馆，在沉浸式体验中触摸中医药文化的厚重底蕴。随后，大家变身小小中医师，动手体验搓艾绒、卷艾条、制香囊等环节。在一系列实操中，小记者们打开了一扇探索中医药智慧的大门，也在心底播下了热爱传统中医药文化的种子。

★触摸中医药文化脉搏

□小记者 张则深(丰泽区第三实验小学城东校区二年级)

一走进泉州本草馆，我们就看到各式标本静静地陈列着。寻常可见的花草在福尔马林溶液中舒展着，展翅的鸣蝉停驻在枯枝旁……琳琅满目的展品，让我眼花缭乱。参观过程中，黄幼霞院长细致地为我们介绍中草药的特性与功效，让我们由衷地发出惊叹：原来每一种药材都藏着这般神奇的功效。

在香囊制作环节，我们动手将事先调配好的驱蚊配方装进香囊袋中，有艾草草木的质朴气息，也有薄荷裹着的清冽的凉意……将袋口系紧时，我放在鼻尖轻轻一嗅，淡淡的药香让人心旷神怡。想来这个夏天，它定会成为守护我安睡的好帮手。

(指导老师：翁心如)

★有趣的搓艾绒

□小记者 范胜超(丰泽区第三实验小学城东校区三年级)

我觉得搓艾绒最有趣。将晒干后的艾草放进形似搓衣板的凹槽工具里，双手按住艾草来回用力按压、摩擦。干枯的草叶在力道作用下渐渐碎裂，粗糙的茎秆与细软的叶绒分离开来，随着动作加快，指尖沾满细碎的草屑，空气中也飘起淡淡的草木清香，不一会儿，一堆蓬松如棉絮的艾绒就慢慢显现出来了。艾绒可以用于制作艾条，也可以制作成艾草包、艾草锤，在日常生活中运

用可广泛呢！ (指导老师：林鑫兰)

慢慢透出来呀。” (指导老师：郑玉洁)

★辨识药材不容马虎

□小记者 王珂(丰泽区第三实验小学城东校区四年级)

我们首先认识了几十种中草药材，像苍术、红萝卜、葎草、侧柏、车前草等，了解它们各自的药用功效，还接触到了动物类珍贵药材，比如鹿茸、羚羊角、犀角，感受中医药取材的广博。

胡建萍老师还教我们学习如何辨别极易混淆的药材，如莽草与八角，虽然它们外观相似，药效却天差地别，认错可能引发危险，这让我深知辨识药材容不得半点马虎。在聆听讲解的过程中，我们逐渐地知晓了“治未病”理念，这是中医“未病先防、既病防变、愈后防复”的智慧，也是中医药文化独特的健康观。

(指导老师：吴婷窈)

★药包要塞“八分饱”

□小记者 肖析涵(丰泽区第三实验小学城东校区二年级)

最令人兴奋的是动手制作艾条的环节。我们学着老师的样子做，可是卷艾条的时候艾绒时不时从纸缝里钻出来，我屏住呼吸一点点收紧艾绒，终于成功卷成一根圆滚滚的“魔法棒”，握在手里满是欢喜。

我们还制作了香囊。我拿起适量的药材往布袋里塞，碎叶却总像调皮的小精灵，顺着袋口往外“逃”，我一边用手指按住袋口，一边往里添加药材，忙得不亦乐乎。胡老师在一旁笑着说：“药包塞八分饱就好，像吃饭留余地，这样香味才能

(指导老师：刘巧悦)

(指导老师：吴婷窈)

★自制驱蚊香囊

□小记者 黄星涵(丰泽区第三实验小学城东校区四年级)

胡老师给我们每人分发了一个精致的香囊袋和一盘捣碎的药材。我凑近仔细一看，里面有薄荷、艾草等。我轻轻抓了一把药材放进香囊袋里，一股清冽的药香瞬间弥漫开来，沁人心脾，让人神清气爽。装好草药后，我将绳子轻轻一拉，一个小巧玲珑的香囊就完成了。香囊虽小，却是我与中医药文化亲密接触的见证，它激起了我对中医药文化的好奇与热爱。

★卷艾条初体验

□小记者 范轩怡(丰泽区第三实验小学城东校区五年级)

我们把搓好的艾绒均匀地铺在一张棉纸上，将纸放到机器上，慢慢转动滚轴，艾绒便随着纸张的卷动聚合成紧实的一卷，一根艾条就做好了。艾条点燃后，既能通过艾灸作用于人体穴位，发挥活血通络、安神助眠的功效，也可直接借其散发的特有香气净化空气、驱散蚊虫，让人身心安宁。我们还制作了驱蚊香囊，将配置好的中药放进香囊袋里，拉紧绳口，一个香囊便完成了。它能驱蚊防虫、提神醒脑，借助药材自然挥发的气味形成天然驱蚊屏障，实在是太实用了！

★神奇的中医药

□小记者 林钰恒(丰泽区第三实验小学城东校区二年级)

我原以为卷艾条是件简单的事，可实际操作起来才发现困难重重：铺艾绒时稍不注意就会厚薄不均，卷纸时力道没控制好，里面的艾绒就会从缝隙里簌簌往下掉，得一边卷一边用手指小心往里塞，忙活半天才能勉强卷出个像样的形状。

胡建萍老师告诉我们，艾条能驱蚊。回家后我点燃了亲手制作的艾条，果不其然，中医药文化真是太神奇了！

(指导老师：黄惠芬)

★当回小小中医师

□小记者 林钰敏(丰泽区第三实验小学城东校区四年级)

泉州本草馆里陈列着几百种草药标本，如栀子、苦杏仁、云芝、蒲公英等，都能入药治病，它们以腊叶标本和浸制标本的形式陈列着。

活动中，我们还当了一回“小小中医师”，制作了香囊和艾条。制作香囊时，老师事先已经将药材比例搭配好，我们负责把药材装进香囊袋里。卷艾条可是一项技术活呢，得把艾绒均匀铺开，仔细地卷起来，稍不留神就会弄散，得从头再来。

这次活动让我对中医药有了全新的认识，我期待未来能有更多机会去探索博大精深的中医药文化。