中医养生文化在俄罗斯传播的现状、问题及对策

索强[1*]，李梦瑶[2]
1.德州学院，山东 德州 253023
2.德州天衢新区大韩小学，山东 德州 253023
DOI:10.61369/HASS.2026060015

摘　　要： 中医养生文化作为中华文明中极为珍贵且成熟完备的文化遗产，其理念根植于“治未病”，蕴含着极具前瞻性的中国健康智慧。“一带一路”倡议为中俄人文交流搭建了强大平台，也为中医养生文化在俄罗斯的传播创造了历史性契机。本文梳理中医养生文化在俄罗斯的传播现状，涵盖从核心示范平台到民间实践等各类传播载体。剖析当前传播过程中面临的诸多瓶颈，包括俄罗斯对相关政策及法律缺乏明确认可，文化核心概念翻译存在显著偏差，专业传播渠道尚不完善，产业发展基础不够坚实。基于此，文章提出“政府引导、平台深耕、学术支撑、产教融合、数字赋能”协同推进框架，最终实现中医养生文化在俄罗斯的深度、可持续传播，为“健康丝绸之路”建设提供兼具理论深度与实践价值的可行路径。

关 键 词： 一带一路；中医养生文化；俄罗斯；跨文化传播；现状与对策

The Dissemination of Traditional Chinese Medicine Health Preservation Culture in Russia: Current Status, Challenges, and Countermeasures

Suo Qiang[1*], Li Mengyao[2]
1.Dezhou University, Dezhou, Shandong 253023
2.Dahan Primary School, Tianqu New Area, Dezhou, Shandong 253023

Abstract: As an extremely precious, mature and complete cultural heritage of Chinese civilization, Traditional Chinese Medicine (TCM) health preservation culture is rooted in the concept of “preventive treatment of disease” and embodies highly forward-looking Chinese health wisdom. The Belt and Road Initiative has built a robust platform for China-Russia people-to-people and cultural exchanges, and created a historic opportunity for the dissemination of TCM health preservation culture in Russia. This paper sorts out the current dissemination status of TCM health preservation culture in Russia, covering various dissemination carriers ranging from core demonstration platforms to grassroots practices. It analyzes multiple bottlenecks encountered in the current dissemination process, including the lack of clear recognition in relevant Russian policies and laws, prominent deviations in the translation of core cultural concepts, imperfect professional dissemination channels, and an insufficiently solid foundation for industrial development. Based on this, the paper proposes a collaborative promotion framework featuring “government guidance, in-depth platform operation, academic support, industry-education integration, and digital empowerment”, so as to finally realize the in-depth and sustainable dissemination of TCM health preservation culture in Russia, and provide a feasible path with both theoretical depth and practical value for the construction of the “Healthy Silk Road”.

Keywords: **the Belt and Road; traditional chinese medicine health preservation culture; Russia; cross-cultural communication; current status and sountermeasures**

中医养生文化本质上是中医学“天人合一”整体观念以及“阴阳平衡”健康观念在日常生活中的自然且恰当的应用。其顺应自然、形神兼养、食疗药膳、导引按跷等理念，均蕴含着中华民族对生命与健康的独特且成熟的思考。在“一带一路”合作稳步推进的背景下，中医药已成为中外文明交流中的一张显著且具有影响力的名片。俄罗斯作为共建“一带一路”的重要合作伙伴，与中国有着悠久的交往历史，当前两国关系处于历史最佳时期。尤为值得一提的是，中医所倡导的“简便验廉”的养生保健方法，在应对现代快节奏生活所引发的普遍性亚健康问题时具有极高的应用价值，且其倡导的与自然和谐共生的思想，恰好与众多俄罗斯民众崇尚自然的生活态度高度吻合。因此，中医养生文化在俄罗斯的传播具备了坚实的社会心理基础。

基金项目：本文系2025年德州市哲学社会科学研究课题（立项编号2025DZZS041）的研究成果。2025年山东省艺术科学重点课题（立项编号：L2025Z05160393）的研究成果。

 | Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

然而，鉴于中医养生文化的深度传播存在较大难度，目前中医养生文化在俄罗斯的推广仍处于初步探索阶段，必然会面临诸多系统性问题。为此，本文首先对现有传播实践进行总结，梳理现状，进而据此剖析问题，最终提出切实可行、具有针对性的传播策略，以推动中医养生文化在俄罗斯更充分、更顺畅地传播。

一、中医养生文化在俄罗斯传播的现状

1.2016年，国务院印发《中医药发展战略规划纲要（2016—2030年）》，明确提出要加大政策扶持，健全中医药人才队伍，推进中医药信息化发展[5]。2021年，国家中医药管理局推进“一带一路”建设工作领导小组办公室印发《推进中医药高质量融入共建“一带一路”发展规划（2021—2025年）》，该文件提出，要围绕共建“一带一路”高质量发展要求，以中医药传承创新发展为主线，以推动中医药现代化、产业化并走向世界为目标，聚焦重点区域、国别与国际组织，坚持传承精华、守正创新，发挥中医药在疾病预防治疗领域的优势作用，服务共建“一带一路”沿线国家民众健康需求，为构建人类卫生健康共同体贡献力量[4]。2016年1月，圣彼得堡中医中心以全科医院形式完成注册登记，该中心设有中医内科、针灸科、推拿科、运动治疗科、神经内科和心血管科等9个科室[7]。作为中俄卫生合作的重要成果，圣彼得堡中医中心是俄罗斯首所获得法律认可的中医院，其设立标志着中医药在俄罗斯官方认可层面实现重大突破。该中心集医疗、教学、科研与文化传播等功能于一身，不仅提供临床诊疗服务，还自然而然地成为展示中医养生方法以及“治未病”理念的重要窗口。该中心通过开展社区义诊、在大学开设《针灸学》课程等方式，凭借确切的治疗效果赢得了部分医生和患者的信任，为养生文化的实践验证提供了具有权威性的平台。

2.文化与教育途径：孔子学院与高等教育合作的现状及问题。俄罗斯当下设有24所孔子学院[6]及若干教学点，其作为极为重要的文化传播平台，莫斯科的孔子学院均曾举办太极拳等传统养生功法体验活动以及相关文化讲座[1]。然而，不可否认的是，现有的各类活动尚未实现系统化与课程化，因而其实质影响力仍有提升空间。究其根本原因，合作院校以综合性大学为主，致使中方派遣的教师大多具备语言专业背景，缺乏中医药专业资质。在高等教育领域，目前主要通过“引进来”与“走出去”两种方式推动合作，但当前合作规模较小。更为严峻的是，俄罗斯尚未认可中医药学历，这对俄罗斯正规教育体系的建设形成了直接限制[10]。

3.知识文本传播：经典著作俄译。中医养生理论的文本传播属于基础性工作。当前，相关工作主要由俄罗斯汉学家牵头开展。中医理论中的“阴阳五行学说”在俄语里缺乏可替换的对应词汇，这构成了汉译俄过程中的翻译难题之一[11]。然而，像《伤寒论》《金匮要略》等蕴含丰富养生治疗理念的典籍，尚未构建起系统且精确的俄译体系[2]。术语翻译缺乏一致性，诸如“气血”“阴阳”等文化核心概念的传达存在失真情况，这是阻碍养生理念被精准认知的关键要素[9]。

4.民间商业与产业实践方面。在莫斯科及其他地区，存在由华人与俄方人士开设的若干中医诊所、推拿馆，开展养生保健服务。中俄中医药贸易已呈现出中药饮片、成药、中医旅游等多种明确业态，大连、三亚均推出了针对俄罗斯游客的中医药健康旅游项目。然而，不可否认的是，中药产品在俄罗斯注册过程中面临标准缺失、程序繁杂等诸多难题，且当前市场上部分养生旅游服务过度商业化，质量良莠不齐，这两者均对中医养生文化的正面形象产生了直接的负面影响[8]。

二、中医养生文化在俄罗斯传播面临的主要问题

1.鉴于政策与法律层面均存在根本性的制约因素，俄罗斯医疗体系在法律层面尚未正式认可中医养生的独立地位及执业资格[3]。故而，中医养生服务长期处于法律边缘地带，专业人才无法合法执业，其规范化与规模化发展亦面临重重困难。

2.文化翻译与理解之间存在显著隔阂，中医养生理论作为中国哲学的成果，其基本概念具有高度的文化独创性。然而，不可否认的是，当前俄语翻译工作呈现零散、碎片化特征，且以俄方为主要主导，缺乏中方学者的实际参与以及统一、规范的术语体系。因此，“阴阳五行”“气血津液”“天人相应”等概念在传播过程中极易被误解、误译，进而对文化接受的深度产生不利影响。

3.传播载体功能呈现出极为显著的单一性，且缺乏必要的深度，当前传播渠道的实效性亟待提升。具体而言，圣彼得堡中医中心作为主要传播平台，数量相对匮乏，派驻专家面临语言、文化适应等诸多难题；孔子学院所组织的养生文化活动仍停留在浅层次体验阶段，尚未开展系统、扎实的养生理论教学，致使普通民众难以获取真正权威的养生知识。

4.由于专业人才与复合型人才均极为匮乏，由此可以合理且清晰地发现：俄罗斯本土系统掌握中医养生理论与技能的专业人员数量稀少，而同时精通中医养生、俄语以及中俄文化的“复合型”传播人才、翻译人才和教育人才更是极度稀缺，故而这成为中医养生传播深化的最大阻碍。

5.产业化发展基础相对薄弱[8]。中医养生相关产品在俄罗斯缺乏市场准入标准与快速通道，养生服务尚未构建起品牌化、标准化与产业链化相衔接的发展模式，导致市场秩序紊乱，市场影响力亦颇为有限。

三、推动中医养生文化在俄罗斯传播的对策建议

为突破上述瓶颈，需采取多维度、系统化的策略，推动中医

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

养生文化实现从“知识输入”到“生活融入”的转变。

1.通过强化政府间顶层设计与政策交流，依托“一带一路”框架下既有的中俄人文合作机制，将中医养生以正式且系统的方式纳入双边卫生合作备忘录，进而自然且恰当地推动俄方对中医养生教育体系与职业标准的认知和认可，同时为中医养生服务合法化奠定法律基础。

2.以扎实推进核心平台建设为切入点，系统且有层次地激活“六位一体”的各项功能，进而自然且妥帖地推广“圣彼得堡中医中心”模式，将其打造成为集医疗、保健、科研、教育、产业、文化等多方面完备融合的综合性示范基地。具体而言，在保障医疗服务供给的基础上，于保健领域设立“治未病”中心或养生保健部门，提供体质辨识、四季调养、药膳指导以及太极拳、八段锦等传统功法教学服务；在教育领域，与俄罗斯当地医学院校合作开设中医养生选修课程或继续教育课程；在科研领域，开展中医生效机理以及适合俄罗斯人群的养生方案研究；文化与产业两方面相互促进，具体表现为举办养生文化展览、讲座，开发养生旅游线路。如此，更有助于在叶卡捷琳堡、新西伯利亚等区域中心城市拓展相似合作项目。

3.构建精准的俄译体系并创新教育模式。组建中俄联合专家委员会，对《黄帝内经》（包括《素问》《灵枢》）、《养生类纂》等经典养生著作的精准俄译工程进行系统性规划与实施，构建统一的中医术语俄译标准数据库，以确保文化核心概念传递的准确性。推动在俄罗斯开展具有中医养生特色的孔子学院或课堂试点建设，系统地开发养生文化课程。大力推进在线教育与远程培训工作，依托国内中医药高校，开发面向俄罗斯医师、健康从业者及公众的俄语在线课程，突破时间与空间的限制。推动中俄高校间开展“中医＋俄语”双学位或联合培养项目，培养复合型人才。

4.以推动产业融合、加速市场化进程为总体目标，于产品市场积极推动国内企业与俄罗斯企业开展合作。针对俄罗斯市场需求，开展符合当地法规的养生食品、保健用品及家用理疗设备的研发与申报工作。在服务环节，系统且有层次地规范中医药养生旅游质量，开发集中医体检、药膳体验、养生功法研习为一体的高端康养产品。进而促使中医养生服务与俄罗斯当地的SPA中心、健身俱乐部、疗养院等业态实现联动，从而顺利进入当地健康消费市场。在数字传播领域，借助社交媒体、健康APP等平台，制作俄语养生短视频与科普文章，构建线上养生社群，实现精准传播与良性互动。

四、结论

推动中医养生文化于俄罗斯的传播，不仅是中医药迈向全球的关键一步，更是中俄两国文明互鉴、民心相通的柔性纽带。目前，该传播工作已取得一定进展，但不可否认的是，要使中医养生文化真正被俄罗斯社会广泛接纳并深度融合，仍存在显著差距。因此，成功的关键在于从单纯的技术与产品输出模式，转变为体系化建设与文化适应性转化。基于此，明确了未来的战略方向，即“政府引导、平台示范、学术支撑、产业驱动、数字助力”的多维协同。具体而言，应促使俄罗斯民众不仅将中医养生文化视为“补充疗法”，更将其作为一种追求身心和谐、顺应自然节律的健康生活模式主动接纳并付诸实践。如此，既能为俄罗斯民众的健康带来“中国智慧”的切实效益，也必将为“一带一路”框架下的人文交流以及人类卫生健康共同体建设注入积极且可行的动力。

参考文献

[1]CUI J, SHI H, SONG X, et al. Molecular Engineering of D-A Type Conjugated Polymers Consisting of Thiophene and Anthrarufin Moieties for Efficient Electrochromism and Energy Storage[J]. Polymer, 2026, 353: 129933.

[2]Виногродский Б. Б. Трактат Жёлтого императора о внутреннем[M].Москва: Профит Стайл, 2007.

[3]俄罗斯联邦公民健康保护的基础（法律号：Federal Law of 21.11.2011N323 – FZ，修订版于26. 03. 2022) http://www.pravo.gov.ru/

[4]关于印发《推进中医药高质量融入共建“一带一路”发展规划（2021—2025年）》的通知 https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2022-01/15/content_5668349.htm

[5]国务院印发《中医药发展战略规划纲要（2016 – 2030年）》https://www.nhc.gov.cn/xcs/wzbd/201602/2d89bc8c61a14e658daab4f62a441f05.shtml

[6]孔子学院 https://www.ci.cn/qqwl

[7]兰昊，熊淋宵，陈锋．“一带一路”倡议下中医药文化在俄罗斯传播的现状、问题及对策[J]. 世界中医药，2023, 18(14): 2098-2102.

[8]李和伟，王晶，刘师嘉，等．“一带一路”背景下中俄中医药贸易发展思考[J].国际中医中药杂志，2016,38(4):289-291.

[9]李玮，熊悠竹．中华文化符号更受俄罗斯精英群体喜爱———中华文化国际影响力问卷调查之三[J].对外传播，2018(4):36-38，54.

[10]宋嘉诺. 基于数据库的俄罗斯孔子学院研究[D]. 北京：中央民族大学，2021：27.

[11]杨子童．“一带一路”背景下中医文化在俄罗斯的传播策略研究[J].文化创新比较研究，2021,5(23):178-181.

 | Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.