

Exploration on the Integration and Cultivation of Forest Health and Traditional Chinese Medicine Cultural Industry in Nanyang City

Zhongzhou Zhao Xuewei Bi Yang Wang Dandan Ma Huayan Fan

Nanyang Forestry Development Service Center, Nanyang, Henan, 474500, China

Abstract

Nanyang City, as an important ecological barrier in China and the hometown of “medical saint” Zhang Zhongjing, has abundant forest resources and profound traditional Chinese medicine cultural heritage. Under the promotion of the national “Healthy China” strategy and the revitalization policy of traditional Chinese medicine, the integration and development of forest health care industry and traditional Chinese medicine culture has become an important path for Nanyang’s economic transformation and ecological value transformation. This article analyzes the complementarity between forest health and traditional Chinese medicine cultural resources in Nanyang, proposes a three in one integration model of “forest health+traditional Chinese medicine culture+industry”, explores product innovation, industry chain extension, and policy coordination mechanisms, aiming to provide theoretical basis and practical reference for the upgrading of regional forest health industry.

Keywords

forest health and wellness; Traditional Chinese Medicine Culture; industrial convergence

南阳市森林康养与中医文化产业融合培育探究

赵中洲 毕学伟 汪洋 马丹丹 樊花妍

河南省南阳市林业发展服务中心, 中国·河南 南阳 474500

摘要

南阳市作为中国重要的生态屏障与“医圣”张仲景故里, 兼具丰富的森林资源与深厚的中医文化底蕴。在国家“健康中国”战略与中医药振兴政策推动下, 森林康养产业与中医文化的融合发展已成为南阳经济转型与生态价值转化的重要路径。本文通过分析南阳森林康养与中医文化资源的互补性, 提出“森林康养+中医文化+产业”三位一体的融合模式, 探讨产品创新、产业链延伸与政策协同机制, 旨在为区域森林康养产业升级提供理论依据与实践参考。

关键词

森林康养; 中医文化; 产业融合

1 引言

随着经济社会的快速发展, 人们的生活节奏加快, 工作压力增大, 亚健康和心理亚健康问题日益突出, 中国亚健康人群的比例超过 70%, 其中 73.6% 的城镇居民处于心理亚健康状态^[1]。自然界中含有的正气性基因和负氧离子的森林环境, 可以有效的缓解压力, 其中正气性基因不仅可以提高人们的适应性, 还可以提高人们的免疫系统, 调节中枢神经系统^[2]。南阳市地处伏牛山南麓, 森林覆盖率超过 40%, 属北亚热带季风型大陆性气候, 气候温和湿润, 然而, 当前南阳森林康养产业存在资源利用和产品类型的缺陷, 亟需通过“森林康养+中医文化”融合实现差异化竞争与高质量发展。

【作者简介】樊花妍(1975-), 中国河南南阳人, 本科, 工程师, 从事林业产业、林业良种选育研究。

2 森林康养产业发展国内外现状分析

2.1 国外森林康养发展历程

该产业最先起源于德国。德国在 19 世纪初率先提出并大力倡导“森林多功能利用”, 即探索森林除木材以外的功能。德国森林康养开发措施包括建立森林浴基地、推出“森林地形疗法”和“自然健康疗法”。苏联科学家托金于 1930 年发现植物能散发“芬多精科学”。20 世纪 80 年代, 日本首度提出“森林浴”的理念, 并在 2003 年确定“森林疗法”。随后, 日本和韩国也提出, 森林疗法基地和相关制度。

2.2 中国的森林康养发展历程

2012 年, 中国首次提出了“森林康养”的概念, 并将其作为推动生态文明建设的重要手段。2016 年“十三五”规划将其列为重点产业, 强调“发展集旅游、医疗、康养、文化、扶贫于一体的林业综合型森林康养旅游”^[3], 国家林

业和草原局、民政部、国家卫生健康委员会、国家中医药管理局发布的《关于促进森林康养产业发展的意见》(林改发〔2019〕20号)中指出,森林康养是“以森林生态环境为基础,以促进大众健康为目的,利用森林生态资源、景观资源、食药资源和文化资源并与医学、养生学有机融合,开展保健养生、康复疗养、健康养老的服务活动。”^[4]由此可见,政策对康养产业的定位已经由针对老年人扩展到面向大众。

3 南阳市森林康养资源基础和发展现状

3.1 森林康养资源禀赋

区位优势、交通便利。南阳,地处豫鄂陕三省交界,总面积 2.66 万平方公里,自古为水陆交通枢纽,现已形成铁路、公路、航运、航空立体交通体系,同时拥有国家通讯光缆枢纽和 5G 网络,是国家智慧城市试点,信息化建设为森林康养产业赋能。生态优良,植物资源丰富。地处北亚热带与暖温带过渡区,属季风性大陆半湿润气候,四季分明,兼具华北、华中双重植物区系特征。至 2023 年,森林面积达 1468 万亩,覆盖率 41%,林地占全省 1/4,水资源总量 70.35 亿立方米。

3.2 森林康养发展现状

南阳依托自身丰富的资源禀赋,采用“政府引导、企业主体、市场运作、社会参与”的发展模式,实现了快速崛起。目前,已建成 18 个国家和省级森林康养基地,像西峡老界岭、内乡宝天曼等,还打造了山地运动等 12 个主题园区。截至目前,全市已创建国家级森林乡村 65 个,省级森林乡村 67 个,市级森林乡村 275 个。

融合深入,产业形态丰富多元。南阳森林康养产业与林下经济、基础设施建设等深度融合。南召、桐柏等县依托国储林项目,打造集森林康养、生态旅游和产业发展于一体的多功能生态景区,极大提升了森林康养旅游的吸引力和竞争力。

要素完备,政府支持保障有力。在 2025 年南阳市打造高效生态经济引领区的工作布局中,完善“吃、住、行、游、购、娱”全要素全链条服务体系,持续叫响“南阳·一个值得三顾的地方”城市品牌。2024 年,全市森林康养基地综合收入达到 72.3 亿,南阳“好山好水好生态”的城市品牌已成功塑造。

3.3 森林康养发展存在的不足

森林康养产业仍存在明显短板。产业链浅层化,项目同质化突出(集中于观景、徒步、民宿),缺乏精准医疗、智慧健康管理等高附加值服务项目;特色资源(如艾草)开发以初级加工销售为主,与森林康养产业黏合度不高;科技应用滞后,负氧离子监测、健康大数据等智慧康养技术未普及应用,较先进地区存在差距;区域失衡且缺乏特色项目,资源开发和利用深度不够;森林康养专业人才短缺,观念落后,产业协同机制不完善。

4 南阳中医文化的特色资源及发展现状

中药材种植资源丰富:南阳素有“天然药库”美誉,是全国重要中药材产区,历史记载天然药物达 2436 种,其中“八大宛药”等道地药材 40 余种,是全国知名的艾草、辛夷、山茱萸之乡。现拥有中药材类国家地理标志产品 6 个、证明商标 5 件,形成 83 个规模化种植品种,建成规范化种植基地 22 个、产业扶贫基地 28 个、生态种植基地 8 个。全市中药材种植面积近 166 万亩,标准化 GAP 示范基地与大规模野生/人工种植区为康养产业奠定基础,配套建成康养旅游基地 10 个、示范村 25 个,市级基地 19 个、示范村 25 个,种植规模及产值稳居河南省首位^[5]。

中药深加工产业规模领先:围绕中医药强省建设“五个高地”,深入实施“宛药振兴”“艾产业倍增”“中医药+”三大计划,重点发展山茱萸、辛夷、艾草等深加工产业),持续深化国家中医药传承创新发展试验区建设,培育仲景宛西制药等 55 家现代中医药企业(规上 42 家),艾草产业占据全国 70% 市场份额,2024 年全产业链产值达 450 亿元,实现从药材种植到康养旅游、电商销售的全业态融合发展,成功打造“世界艾乡”产业体系^[6]。

5 南阳森林康养与中医药产业融合发展的现实需求

5.1 政策驱动深化

2022 年 8 月,河南省林业局河南省民政厅河南省卫生健康委员会联合发文《关于加快推进森林康养产业发展的意见》,指出“要培育发展森林康养市场主体,支持医疗机构、养老机构、国有林场、森林公园、旅游开发公司等相关行业经营主体参与森林康养项目建设和经营,建立健康体检中心、理疗护理中心、休闲健身中心、养老中心等产业联盟,提升养身实效。”同年河南省出台《关于支持南阳以高效生态经济为引领建设副中心城市的若干意见》,明确了南阳市“三区一中心一高地”的鲜明定位,包括聚焦打造高效生态经济引领区、中医药文化传承发展中心两项举措。且河南省文化和旅游厅印发意见,从 8 个方面对南阳推进文旅融合加快建设副中心城市提出政策支持,包括推动多领域融合发展,盘活整合南阳伏牛山、大别山等山水林药旅居资源,建设“仲景名城”等^[7]。综上,强有力的政策支持为南阳市森林康养+中医药产业融合发展提供了良好的外部环境。

5.2 市场潜力释放,空间巨大

随着“60 后”新老年群体崛起,康养需求已从“基础养老”升级为“品质生活”,但供给端严重滞后,据《2023 中国康养消费白皮书》显示,80% 的康养消费者愿为“中医特色森林疗养”支付 30% 以上溢价。2024 年 1 月 15 日,《康养蓝皮书:中国康养产业发展报告(2023)》在安徽省黄山市发布,称“2022—2023 年中国康养产业发展态势继续抬升。将养老、旅游纳入康养市场范畴内,其国内康养产业市场规

模超十万亿元,康养需求持续上升且多元化趋势显著;康养产业走向体系化,主要业态消费客群和产品服务趋于成熟;康养产业外延,以医养康养相结合的养老服务体系正加快建设,其发展前景被多方看好,该报告发布的康养产业可持续发展能力二十强市(地级市)名单和康养产业可持续发展能力百强县(县级市、区)名单”^[7] 南阳及南阳各县均不在列,上升空间还很大。

6 融合发展路径探究

6.1 强化顶层设计

构建“三带四区N站”空间格局:构建南阳市伏牛山中医药文化体验带、桐柏山森林疗养带、丹江口生态康养带,配套建设艾草产业集聚区、仲景文化传承区、(温泉)理疗示范区、药膳食疗体验区,在各个森林康养基地设置不同属性的森林康养疗养服务中心(站)。

构建以南阳18家省森林康养基地为主,文旅、工会、中医药部门、京宛合作部门、参与建立的“云养南阳”跨行业数字平台,提供线上问诊+线下疗养的O2O服务;打造“仲景森林疗愈”IP,举办国际、国内森林医学论坛,搭载线上线下中医森林调养问诊程序,借助我市各类赛事、展会,组织各类推介宣传活动。

构建完整的森林康养医养结合的行业准入机制和办法,从制度和行业标准上,统一基地配置,管理标准,不断完善规范基地管理办法,和康养从业人员的行为规范,配备人才,提升能力。

6.2 产品体系创新

科技赋能升级:借鉴四川康养疗愈案例,开发属于南阳特色的,通过场景再造,将传统“望闻问切”代入升级为五感诊疗系统,舌苔AI分析仪、经络热成像等技术让养生可视化,发挥万名中医技师的人才资源优势,进林区,进治疗区,动态调整,针灸、推拿等“数据驱动型康养”的可行性干预方案,开发“宛药护照”打卡系统,串联22个中药材GAP种植基地与林养、水养(温泉)、药养、花养(月季、玉兰花园式康养)的各类康养线路。开发附合大多亚健康人群的体质筛查、动态调理、终身健康档案管理的个性配套康养方案。

推广康养疗养服务中心(站):结合南阳已成熟的避暑度假旅居景区,因地制宜,因山设院,在各个森林康养基地设置不同属性的森林康养疗养服务中心(站)建立设置“中医养生径”、瑜伽空地,森养接待酒店、药浴针灸艾灸等疗愈措施,和康养师提供的个性疗愈林、芳香疗法、运动康养、

心里疏导技术服务等促进身心健康的疗养活动,为每年20万来南阳旅居的中老年人提供增值服务。《2025中医药康养白皮书》揭示,具备文化沉浸体验的产品溢价能力达传统项目的3.2倍。

开发五感疗愈系统:利用南阳宝天曼林区、老界岭林区、南召千年野生望春玉兰等特有的连香树、香果树、红豆杉、辛夷药用植物群落,释放的萜烯类物质,与八段锦等传统导引术形成生物-心理-社会医学模式的完整闭环,为周边或者本地以周末短途为主放松调理的家庭游提供低端产品。

康养产品创新:打造“节气康养”产品线:清明艾灸祛湿、夏至佩兰香囊、秋分黄精药浴、冬至阿胶膏方等时序化服务体系等等。运用GIS技术绘制“南阳药用植物康养地图”,实现87种道地药材基地溯源可视化。

7 结语

中医康养与森林康养以“治未病”与森林医学理论互补,通过体质辨识、药膳食疗实现个体化调理,以负氧离子、芬多精等生态要素,体验以林相为主的视觉、以自然界声景为主听觉、以药用植物挥发物为主的嗅觉、以草本SPA为主的触觉、以药食同源植物为主的味觉(森林五感),调节神经,降低焦虑、增强免疫力,协同中医辨证施治,构建自然疗愈体系,激活自愈力,形成“环境-服务-产品”全链康养模式,为亚健康管理人群提供系统性解决方案。

参考文献

- [1] 韦婧怡.面向心理亚健康人群的康复性景观设计研究[D].天津大学,2019.
- [2] 李济任(导师:许东);沈阳师范大学,硕士(专业:旅游管理).森林康养旅游开发潜力评估研究--以辽宁省三县(市)为例.2019
- [3] 刘照.国内外森林康养研究进展.[J] 湖北林业科技 2017.16(10):21-25)
- [4] 国家林业和草原局、民政部、国家卫生健康委员会、国家中医药管理局.《关于促进森林康养产业发展的意见》.林改发[2019]第20号;2019-03-06)
- [5] 来自《河南省首届药膳技能大赛启动仪式、第十二届仲景论坛暨第八届艾产业发展大会》中南阳市中医药基本情况篇章节选
- [6] 全媒体记者 杨万里.南阳市去年中医药产业产值达450亿元 大力振兴宛药 打造健康南阳.南阳日报2025年03月25日
- [7] 余正道.银发经济视角下康养文旅产业发展影响因素及提升策略研究--以河南省南阳市为例.[J]产业经济.第2025年第5期总585期.61页