

2024海南东方“村BA”篮球超级联赛现场。(记者 李昊摄)



俄贤岭风光。(东方市旅文局供图)

(记者曾后三摄)
市民在公园跳舞。

中医黎药文化商业步行街效果图。(东方市卫健委供图)

从自然之“养”，到政策之“哺”，再到人文之“润” “康养东方”的进阶之路

如何“养成”一座城市？当我们带着问题将视线移至海南省东方市，会看到傍晚时分的文化广场，市民自发的广场舞联谊；看到俄贤岭雨林，徒步爱好者正沉醉于“森呼吸”；待到初冬的周末，火遍全网的“村BA”篮球赛场，文体旅活力映入眼帘……不同的场景，共同勾勒出东方以健康为底色的日常。当康养从政策文件走入街巷日常，当“候鸟”成为“归人”，当篮球赛事演变为全民嘉年华，东方，正以“健康”为笔墨，书写着一座城市被共同“养成”的生动故事。

□南国都市报记者 鲁启兰 姚传伟

自然“氧”与政策“土壤”

东方的康养故事，始于山海的慷慨馈赠。这里“临海不潮”，气候干爽宜人，年均气温舒适，冬无严寒，夏无酷暑，不仅体感舒爽，更能有效缓解风湿、呼吸系统慢性疾病的不适，成为许多“候鸟”老人和康养人群选择东方的首要原因。

除了得天独厚的气候，鱼鳞洲的壮丽滨海、俄贤岭富含负氧离子的雨林秘境、昌化江的丰沛水系，山、海、林、江在此交融，共同构成一个巨大的天然“氧吧”。这份优越的生态底蕴，早在2021年就为东方赢得了联合国老龄所认证的“世界长寿市”称号，这里生活着近百位百岁老人，成为这片土地最生动的健康广告。

优质的自然“氧”份，离不开顶层设计的政策“土壤”。随着人口老龄化程度加深，发展银发经济、繁荣康养产业已成为国家层面的重要战略。国务院相继发布《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》等文件，为产业发展指明了方向。2025年初，《海南省推动康养产业发展三年行动方案(2025—2027年)》出台，明确提出构建“东部医疗康养、南部中医药康养、中部气候和森林康养、北部社区康养、西部生态康养”的差异化格局。在此背景下，东方市精准锚定了“康养之城”的城市发展战略，以系统性政策“筑巢引凤”。

在招商引资方面，政府主动“走出去”对接企业需求，设立项目服务专员，为企业提供从政策解读到审批落地全流程咨询服务；在民生服务领域，医疗机构开设老年人绿色通道，推出“互联网+护理服务”，把专业照护送至家中；在社区配套方面，全市建成30余家旅居康养机构，构建起覆盖城乡的服务网络……这些扎实举措，让康养成果真正惠及于民，也吸引更多企业在这片沃土中扎根生长。

项目“养分”聚成康养矩阵

有了自然的底蕴与政策的支撑，东方的康养蓝图正通过一个个具体项目落地生根，逐渐聚合成一张充满生机的产业矩阵。东方市卫生健康委员会主任陈国纬表示：“我们正系统谋划中医院三甲医院创建、国际运动康复中心、中医药文化商业步行街等一批标杆项目，旨在构建覆盖全年龄段、满足多元需求的康养服务生态系统。”这一系统布局，为城市发展持续输送坚实的产业“养分”。

其中，东方市国际中医医养综合医院项目计划整合国际中医医院、黎族医药产业发展中心、康复疗养社区等五大功能板块，打造一个医疗、康复、科研、产业、文化“五位一体”的国际化中医医养综合体，旨在建成海南自贸港健康产业的标杆项目之一。

与此同时，更具创新性的探索正深入街巷。作为以商业步行街形式，集中展示中医药与黎族医药文化的创新尝试，东方市中医黎药文化商业步行街将打造沉浸式体验空间。项目投资方、和昌行(海南)投资控股有限公司董事长朱鹏介绍：“我们计划与黎药传承人合作，将黎族医药文化与旅游相融合。游客不仅可以在步行街体验黎医问诊，还能品尝药膳火锅、养生茶饮。”这条集“玩、展、食、购、康、养”于一体的街区，将成为连接本地居民、“新东方人”与游客的健康生活新场域。

而在专业细分领域，东方市康养抗衰老中心正推动“康养+科技”的深度融合。在这里，康养不再是传统的休憩调理，而是基于基因测序、大数据分析等尖端科技的精准健康管理。中心负责人、海南瀚玛思生命健康服务有限公司总经理杜炜介绍，中心正在进行“百岁老人长寿基因队列分析”“儿童孤独症治疗”等研究，旨在将科研成果转化为个性化的抗衰老方案与应用产品，为东方的健康品牌注入前沿、智慧的新内涵。

从宏大的医养综合体到具有烟火气的文化街区，从尖端的科研机构到便民的服务网络，这些项目的稳步推进，标志着东方的康养产业已从概念走向实体，从单一的健康服务向“康养+旅游”“康养+文化”“康养+科技”等多元业态拓展，一个充满活力的康养产业生态圈正在这里蓬勃生长。

从城市养人到人气“养”城

随着一个个康养项目从蓝图走向现实，东方的康养图景也因人的汇聚而愈发鲜活。每年秋冬，约30万“候鸟”老人如约而至，他们不仅为温暖的冬日而来，更为这片土地的“养生”环境所吸引。来自黑龙江的孙老先生表示，六年前他因脑梗来东方疗养，来时还坐着轮椅，经过几年的休养，如今已能自如行走，“这里的气候养人”，是他最真切的感受。这些“新东方人”的到来，悄然改变着城市的气质。他们并未止步于被动地休养，而是主动地融入这座城市。他们在社区开设东北菜馆，让南北风味在此交融；组建文艺团体，在“村BA”的舞台上绽放光彩；加入志愿服务队，清洁海滩、送文艺下乡。这种从“客人”到“主人”的转变，让东方的康养内涵从单纯的生理调养，升华为有价值、有温度的生命体验。

这股全民共建的暖流，在火遍全网的海南东方“村BA”中得到了生动体现。这场单届吸引超46万人次现场观赛的草根篮球盛宴，早已超越体育赛事，成为一个全民共创的嘉年华。赛场边的“好物好味”集市让本土特产走向全国，配套的文艺舞台成为文化融合的活力现场。连续三年带队登台的东方市老龄协会副会长杨晓君深有感触：“来到东方十年了，‘村BA’等活动的举办，让我们的爱好有了展现的舞台，还让我们从旁观者变成了为家乡加油助威的一分子。”这种深度参与，让“新东方人”找到了归属感和价值感。

这种由共同热爱孕育的集体荣誉感和乡土认同，为东方的康养注入了全新的活力内涵。康养不再是静态的休养，而是动态地参与、情感的交流和生命的绽放。当城市精心“养”育着每一位居民，而居民也用热情反哺着这座城市时，东方便真正实现了从“城市养人”到“人气养城”的完美升华。

从山海之间的自然之“养”，到政策产业的精心“哺育”，再到人文社群的活力“滋养”，东方正通过一场全民参与的“养城”实践，完成它的健康进阶。全民“养”城，终成“康养”东方。当健康成为一座城市的追求，当康养融入一座城市的气质，东方便不再仅仅是一个地理坐标，而成为一种健康生活的理想范式，吸引着更多心怀向往的人们，奔赴于此，安家于此，共同滋养这片充满生机与温情的土地。