

杏林夜话

以平常心 选平常药

□毛德西

有人把中医学称为传统医学。和“创新”比起来,“传统”似乎不那么光鲜亮丽。传统医学究竟怎么样,我们来看看它的形成过程就知道了。

那么,什么是传统医学呢?传统医学就是要传承前人的经验。有文字记载的中医学,已经有几千年的历史了。也就是说,中医学历经几千年反复实践、锤炼,经过历代医学家不断创新,就是现在的模样。我们不仅要学习前人的经验,还要在实践中不断探索、创新。今天,我们所有的经验都是在继承与学习前人的基础上,从临床实践中摸索出来的,不可能没有前人的基础,就凭空想出

一个方子。

我今天要介绍的方子金鱼汤,就是这么来的。南方有一个专家在书上写他治疗呼吸系统疾病的“三板斧”(金荞麦根、鱼腥草、黄芩)。我根据他的经验,再结合中医药理论和自己的临床经验,在临床上反复实践,拟定了金鱼汤这个方子。这个方子拟出来以后,我介绍给不少同行和学生,很多人都给我反馈:这个方子在临床上的效果非常好。因此,传统医学好不好,全靠实践说疗效!

金鱼汤由以下几种药物组成:君药,金荞麦根、鱼腥草、生麻黄、炙麻黄;臣药,炒葶苈子、炒白芥子、炒苏子、炒莱菔子;

佐药,百部、黄芩;使药,南沙参、北沙参、麦冬、天冬。我给金鱼汤编了一个方歌:“金鱼汤用两麻黄,四子百部黄芩良;阴虚沙参二冬取,培土生金保安康。”

这个方子主要用于痰涎壅盛,但是又不容易咯出来。患者就诊的时候,你能听到患者喉咙里有痰的声音,但是很难咯出来,这是痰饮的实证,兼有阴虚。金鱼汤治疗虚中挟实、实中见虚的痰饮,效果非常好。

方中北沙参偏于滋阴润肺,南沙参偏于止咳平喘;南北沙参都用,若阴虚重,北沙参的剂量就多一点儿。麦冬、天冬都滋阴,因为阴虚也会有痰核,所以天冬又可以散结。如果患

者舌苔白、厚腻、黄腻,黄芩可以多用一点儿;如果患者不想吃饭,可以配点儿焦四仙或焦五仙(焦神曲、焦山楂、焦麦芽、焦槟榔为焦四仙,加焦鸡内金为焦五仙),这是培土生金的方法,也就是健脾养胃而治疗呼吸系统疾病。

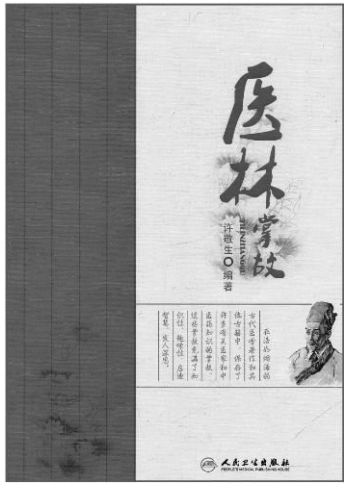
对于轻症的呼吸系统疾病患者,可以用金荞麦根和鱼腥草煎水代茶饮,对呼吸系统炎症效果非常好。有的人可能不喜欢鱼腥草的腥味儿。鱼腥草在水里确实有鱼腥味儿,但是离开水,比如药房的干品,就没有鱼腥味儿了。我体验过这个药,喝着什么味儿呢?我感觉像熟普洱茶的味道,没有苦味儿。

坚持用金荞麦根和鱼腥草煎水代茶饮,可以把支气管里面的痰、炎症都祛除。因此,呼吸系统有炎症了,不要光吃抗生素,虽然抗生素有效,还有起效快的优势,但是它无法全面照顾人体体质的改变。又比如说生理盐水,虽然是水,但是它起不到滋阴的作用。沙参、麦冬、天冬、石斛的滋阴效果都特别好。

金鱼汤中的药是平常的药。我们临证的时候,也要以平常的心态,选用平常的药,把几千年的传统经验,探索以平常的方式奉献给患者。

(本文由全国名中医毛德西讲述,文字由康万营、王举静整理)

读书时间



《医林掌故》是由河南中医药大学教授许敬生编著、人民卫生出版社出版的一部中医学著作。全书共包含385则与中医学相关的掌故。书中每则掌故都按照白话文叙述、原文列示、简明注释和作者评按4个方面进行表述,整体排列以文选年代为序,条理清晰,便于读者查阅。每则掌故短小精悍,寓医于文,寓教于乐,体现了中医学与中国传统文化水乳交融的特色。

《医林掌故》是一部集学术性、科普性和教育性于一体的中医学佳作,不仅可以作为研究中医药文化的参考用书,还可以作为学习古代汉语的辅助读物。该书对于传承和弘扬中医药文化具有重要意义。

主要内容

内容丰富 《医林掌故》全书包罗与医学相关的掌故385则,内容涵盖了中医学的各个方面,分为医史记闻、大医精诚、养生健身、名医轶事、名句箴言、医鉴医戒、辨证论治、奇方异案、情志之疾、杂说趣谈、本草拾萃、讽喻世情、成语寻幽、传说故事、破除迷信。

编排合理 这些掌故按类编排,使读者可以根据自己的兴趣和需要,有针对性地查阅和阅读相关内容。同时,书末附有汉语拼音索引,方便读者快速查找所需要的信息。

语言简练 每则掌故都先有白话文叙述,再附原文和出处,并对原文中的疑难词语作简要注释,最后以按语的形式作简要提示或必要考证。这种编排方式既保证了内容的专业性,又兼顾了可读性,使读者能够轻松理解中医药文化的内涵。

寓教于乐 《医林掌故》在传播中医学知识的同时,还注重趣味性和教育性的结合。书中讲述的生动、有趣的中医药典故,激发了读者对中医药学的兴趣和热爱,从而达到寓教于乐的效果。

价值影响

学术价值 《医林掌故》作为一部研究中医药文化的参考书,为中医学研究提供了丰富的素材和资料。该书不仅有助于深入挖掘和传承中医学的精髓,还有助于中医学与其他学科的交流 and 融合。

科普价值 《医林掌故》作为中医学的科普读物,以通俗易懂的语言和生动有趣的故事,向广大读者普及中医学的知识和理念。这有助于提高公众对中医学的认识和了解,增强公众对中医学的认同感和信任感。

教育意义 《医林掌故》还可当作学习古代汉语的辅助读物。阅读该书,读者可以了解古代汉语的表达方式和文化背景,提高阅读能力和理解能力。

《医林掌故》以独特的特点和深远的影响,成为中医学领域的一部重要著作。该书不仅为中医学的研究提供了宝贵的资料和参考,还为普及中医学知识、弘扬中医药文化发挥了重要作用。

(作者供职于河南省开封市中医院)

养生堂

春季怎样预防花粉过敏

□李武强

姹紫嫣红,花香扑鼻,我们徜徉在和煦的春风里,享受春天的美好。然而,对于花粉过敏的人来说,春天就是一场“春劫”。他们在春季十分痛苦,容易出现周身瘙痒、鼻塞、掉眼泪、流鼻涕等症状,严重时还会引发咳嗽、哮喘。

西医认为,春季花粉过敏是因为花粉作为过敏原,触发了人体的过敏反应。预防措施主要包括:做好自身防护,外出佩戴口罩、眼镜,穿着长袖衣物,关闭房间门窗,必要时可以提前使用抗过敏药物进行预防等。虽然这些办法很管用,但是辜负了大好春光。

中医认为,出现这种过敏反应的患者,主要是防护屏障不够牢固,不能很好地起到防御作用,以至于花粉里的一些刺激性物质侵入机体,出现一种正邪相争的免疫反应。身体内“打仗”,处于“前线”直接接触花粉的比较脆弱的眼睛、鼻子、气管黏膜、皮肤就会出现反应。中医认为,这是卫表不固、邪毒入侵、正邪相争。这里的“正”是指我们身体的固护和抗邪能力,离开致敏环境后,正气相对旺盛,“斗争”结束得快,身体恢复得较快;如果正气不足,则身体恢复得较慢。

决定人体抗邪能力强弱的是肺脏和脾脏。健脾益肺的食物,包括山药、百合、芡实、薏苡仁、杏仁等。薏苡仁粥、杏仁茶、百合芡实粥、蒸山药等,适合在春季食用。经典方子玉屏风散,由补肺气的黄芪、健脾胃的白术和祛风湿的防风组成,效果不错。

应对花粉过敏最好的方法,莫过于锻炼身体,提升正气,让身体强壮起来。此外,我们还应注意区别过敏与感冒。感冒不会出现瘙痒症状,过敏则与所处的环境关系密切。

(作者供职于河南省三门峡武强中医院)

药食同源

餐桌上的中药之二十一

薤白

□许改红

药食养生

薤白煎鸡蛋

材料:薤白35克,鸡蛋1枚,

食盐、食用油适量。

做法:将薤白洗净,切成丝;鸡蛋去壳,用筷子打散,放入薤白和食盐;平底锅烧热,放入食用油,油热后放入鸡蛋薤白液,煎至金黄即可。

用法:煎熟即可食用,可以根据个人习惯当菜吃。冠心病患者可以长期食用本品。

功效:薤白能宽胸理气,促进气血运行,畅达心脉。鸡蛋能补虚扶正。二者合用,可以改善心脏供血,促进血液循环、散瘀滞,适用于冠心病、心绞痛、胸闷气短、胸膈闷等患者的辅助调养。

葱白薤白粳米粥

材料:葱白10克,薤白10克,

粳米100克。

做法:将葱白、薤白、粳米洗净,备用;将葱白、薤白、粳米放入锅中,加入适量清水,大火煮沸后改小火,煮至米熟即可。

用法:早晚温服。

功效:薤白能理气通阳,改善腹泻引起的菌群失调。葱白能宣通上下阳气,调节胃肠道功能。

葱白中的黏液,还可以保护胃黏膜。粳米能补脾胃。三者合用,可以改善腹泻症状,修复胃肠道黏膜,适用于痢疾、腹泻不止的患者。

三七薤白鸡汤

材料:三七10克,薤白20克,

鸡1只(约1000克),食盐适量。

做法:将鸡洗净,去掉内脏,备用;三七、薤白用纱布包好,放入鸡腹内;鸡放入锅内,加入适量清水和食盐;大火煮20分钟,换小火慢炖40分钟,关火后再焖10分钟即可。

用法:根据个人情况,分几次食肉喝汤。

功效:三七能补血活血,薤白能通阳散结、开胸理气,鸡肉能养血补虚。三者合用,可以治疗血脉不通所致的胸闷胸痛、气短乏力、面色发黄等症状。本品适用于心脉闭阻引起的冠心病、心绞痛、胸闷胸痛、心悸气短等症状。

注意事项

气虚者使用薤白时,应合理配伍。

发热患者禁服薤白。

薤白为滑利之品,无气滞者勿用。

(作者供职于河南省兰考县中医院)

杏林撷萃

慈禧太后与定坤丹

□尚学瑞

定坤丹是一款传承百年的妇科良药,也是传统中药之瑰宝。多年来,定坤丹以选料珍奇、制作考究、配伍精确、疗效可靠等优势,赢得了良好的口碑。

那么,定坤丹是如何得来的?它的组方有什么奥妙?它调治疾病的优势在哪里?男性能用此药吗?下面,我就来揭开它的神秘面纱。

据记载,清朝乾隆四年,太医院召集全国名医编撰《医宗金鉴》,皇帝下令将妃子“瘀血病”列入研究内容。以吴谦为首的众多御医奉旨后,广泛征集历代医籍,历时数月,最后根据多首古方,删减增补出一个方药。

这个方药在后宫屡有效验。皇帝大喜过望,赐名“定坤丹”。“坤”指女子,“定坤”即“坤宫得以安定”之意。同时,皇帝下旨将该药列为“宫闱圣药”,专供内廷皇族使用,不许载入《医宗金鉴》。

当时的监察御史叫孙廷,乃山西太谷县人。孙廷的母亲患

妇科病多年,久治不愈。孙廷设法从太医院将定坤丹的秘方抄了一份,偷偷连夜送到家乡,交给其家庭药铺“保元堂”配制。孙廷的母亲服药后,疗效明显。此后,定坤丹便在太谷县流传开来,后来又辗转落入同地的“广盛号”药铺。

1900年8月,八国联军攻陷北京城,慈禧太后因避乱西逃,一路跋山涉水,颇受颠沛之苦。当行至山西太谷县时,慈禧太后患了妇科病,腹痛难耐。当地县令连忙进奉了2粒“广盛号”的定坤丹,慈禧太后服后果然药到病除。

慈禧太后感叹此药的不凡功力,一时兴起,提笔亲题“平安富贵”4个大字,不仅提升了“广盛号”的品牌,还使定坤丹名扬四海,渐渐走入寻常百姓家。

中华人民共和国成立后,定坤丹也在国家的支持下步入生产“快车道”。1980年,定坤丹获国家质量银质奖;1985年,定坤丹获国家质量金质奖,并被有

关部门认定为国家保密处方和工艺技术;2011年,定坤丹被列入“国家级非物质文化遗产”名录。

现在,我们看看定坤丹的“真容”。定坤丹由人参、鹿茸、当归、熟地、砂仁、红花、西红花、三七、香附、阿胶、五灵脂、元胡、益母草、枸杞子、杜仲、白术、茯苓、柴胡、乌药、干姜、细辛、川牛膝、肉桂、炙甘草、白芍、鸡血藤膏、黄芩、茺蔚子、川芎、鹿角霜组成,全方以张仲景所言“妇人”之病,因虚、积冷、结气”而立,集四物汤、四君子汤、理中汤、逍遥散、当归芍药散、八珍益母汤、肾着汤、芍药甘草汤等八大名方于一炉,具有补血敛血、调经安胎、解郁散寒、缓中止痛、行瘀理气、和胃醒脾等功效。

定坤丹的治疗范围广泛,凡妇女气血两亏、气滞血瘀导致的行经腹胀腹痛,经期提前或错后,经量太多或太少,经色或淡或紫黑,以及骨蒸潮热、血崩、血晕、血脱、闭经等,不论年龄和季

节,均可应用。

现在,定坤丹在临床上也用于痛经、月经不调、不孕症、更年期综合征、子宫内膜异位症、乳腺增生、贫血、脱发、黄褐斑等。定坤丹还可以作为备孕者、产妇、气色不佳者的调理之品。社会上甚至有“妇女经血不正常,或迟或早或不畅,只要服下定坤丹,月经期间保无恙”的歌诀流传。

有关定坤丹,还有4点补充说明。

一是许多文献认为,定坤丹是由清代《竹林女科》(后名《叶氏女科证治》)中的补经汤化裁而来,其实不然。补经汤有人参、鹿茸、当归、香附等药材,主治因“血海虚冷,经脉不调”所致的月经病、带下病,这与定坤丹有一定相似度。但是,《竹林女科》的成书年代较晚,定坤丹诞生时这本书尚未面世。

二是人参与五灵脂配伍问题。人参与五灵脂属中药“十九畏”配伍禁忌,一般不能同用。

但是,随着临床经验和认识的积累,二者配伍并不鲜见。清代《张氏医通》云:“人参与五灵脂同用,善于浚血。”近代名医李可也认可这一观点。从定坤丹组方到临床实践都证明,人参与五灵脂合用,一补一通,益气摄血而不留瘀,活血化瘀而不伤正,还能醒脾消食、化瘀定痛、化积消痞,尤其适用于瘀血日久、正气已虚者服用。

三是关于鸡血藤膏。鸡血藤膏是以鸡血藤的藤茎为原料,经煎煮、浓缩等工艺,并酌加红糖、蜂蜜、阿胶、黄酒等辅料而制成的药膏。定坤丹中的鸡血藤膏,主要起补血活血、通经止痛、舒筋络的作用。

四是男性使用问题。从中医角度讲,如果男性存在气血两虚、气滞血瘀,以及身体虚弱、面色萎黄、全身疼痛等症状,就可以在专科医师的指导下辨证使用定坤丹。

(作者供职于河南省辉县市中医院)

征 稿

您可以发表自己的看法,说说您与中医药的那些事,或者写一写身边的中医药故事,推荐您喜爱的中医药书籍。

《读名著·品中医》《读书时间》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《药食同源》《杏林夜话》等栏目期待您的来稿!

联系人:李歌

投稿邮箱:

258504310@qq.com

邮编:450046

地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委8楼医药卫生报社编辑部

本版图片由李歌制作