



张锡纯与食疗

对中西医学术的沟通曾作过大胆尝试的张锡纯先生(1860~1933),在中药学方面也颇多创新,特别是在推崇食疗治顽疾方面独具风格。现将他在其代表著《医学衷中参西录》中所介绍的食疗经验,并结合您刊近年来报道,整理成文,以资参考。

张氏注重食疗,应用广泛,如山药、核桃、芝麻、鸡子黄、大葱、萝卜等三十余种食物,经常用于临床,其中又以山药为最常用。他认为山药“色白入肺,味甘归脾,液浓益肾。能滋润血脉,固摄气化,宁咳定喘,强志育神,性平可以常服多服”。用其轧末煮粥名薯蓣粥,治虚损劳伤。加味变化方剂很多,如:合鸡子黄名薯蓣鸡子黄粥,治泄泻日久,肠滑不固;合车前子末名薯蓣车前粥,治阴虚肾燥,小便不利,大便滑泄;合半夏名薯蓣半夏粥,治胃气上逆,呕吐不止;合苡米、柿霜饼名珠玉二宝粥,治脾肺阴亏,食少劳嗽;送服三七、鸦胆子名三宝粥,治久痢等。有的方剂已被近人临床证实效果可靠(参见您刊1975年8期23页盛淦新文)。

代点心的饼类有:期颐饼(芡实、鸡内金、白面、沙糖),治气虚痰盛;益脾饼(白术、干姜、内金、枣肉)治脾胃寒湿、完谷不化;水晶桃(核桃仁、柿霜饼)治脾肾两虚,咳嗽喘逆。代茶的饮类有一味薯蓣饮治劳瘵;宁嗽定喘饮(山药、甘蔗自然汁、酸石榴自然汁、生鸡子黄)治体弱喘嗽;还有治痢疾的“冲剂”(山楂、茶叶、红白糖)等。笔者经验,上述“冲剂”对湿热痢初起效果较佳,证重者则嫌药力单薄,可配用其他药物。又如治身体瘦弱,大便燥结不通的硝菴通结汤(鲜莱菔、朴硝),有人加味用于治疗肠梗阻病人(见您刊1963年10期20页蔡中慧文)。除内服之外,他还制订了一些外用方,如贴治肢体受凉疼痛,凝寒阻遏血脉的姜胶膏(鲜姜自然汁、明亮水胶);治大便燥结的通结用葱白熨法(大葱白、干米醋)等。后者亦被近人用于治疗肠梗阻,配合中药内服而获良效(见您刊1965年5期马玉静文)。

有些饮食可以祛除疾病,有些饮食对病人康复有助益,而有些不但无益,甚至反而有害。张氏对此颇

为重视。如在论肺病患者的饮食时曾说:“饮食宜淡薄,不可过食炮炙厚味及过咸之物,宜多食菜蔬,若藕、鲜笋、白菜、莱菔、冬瓜,果品若西瓜、梨、桑椹、苹果、荸荠、甘蔗皆宜,不宜桃、杏。忌烟酒及一切辛辣之物。又忌一切变味若糟鱼、松花蛋、卤虾油、酱豆腐、臭豆腐之类”。以上都说明先生对食物疗法有较深的研究。

河北省衡水县人民医院 孙彦章

张锡纯以寻常药治危证拾零

近代著名医家张锡纯,在药物学的研究上多有独到见解,以寻常药饵治危难险证,别具特色。现择其要,介绍于次。

张氏用药,匠心独运。往往某方中用药一味至数两,或仅取一、二药为方,力取其专,常能挽回人命于顷刻,而所用之药,皆为寻常之品。如一产妇,产后十余日,忽大喘大汗。前医用黄芪、熟地、白芍等药,汗出愈多,脉数至七至。先生审证论脉,似已不治,急用生山药180克煮汁,徐徐饮之,饮完添水重煮。如此煮饮3日,诸病皆愈。又一人,年四十,得温病,十余日后大便忽然滑泻,喘逆迫促,脉甚虚,两尺微按即无,也急用生山药180克,煎汁两大碗,徐徐温饮下,饮完煎渣再服,两日共服用山药540克而诸病亦愈。先生谓山药为救险之大药,其人或阳气上越,或阴气下脱,皆可先重用山药以收敛之,然后再图缓治。先生用山药皆为生品,他认为炒焦以后,其效力顿减,甚至分毫无效。

先生救脱最喜用山萸肉。他认为人之元气将脱,皆先脱在肝,故人极虚者其肝风必先动,为元气将脱之先兆。山萸肉味极酸而温,是以治肝虚极而元气将脱者颇效。如一人于孟冬得伤寒,调治十余日,表里皆解,忽遍身发热,顿饭顷,汗出淋漓,若是者两昼夜。及至,见汗出如洗,目上窜不露黑睛,左脉微细模糊,按之即无。此肝胆虚极、元气将脱之候,急用净山萸肉60克煎服,热与汗均愈其半,调治三日痊愈。先生认为,山萸肉救脱之功,较参术芪之类更胜,该药不独补肝,凡人身之阴阳气血将散者皆能敛之,故“救脱之药,当以山萸肉为第一”。实为先生亲身经历