

(《本草纲目》)。

《野菜谱》一卷,嘉靖中高邮王盘著(《本草纲目》)。

《救荒野谱》一卷,《救荒野谱补遗》一卷,(聿修堂书目)明·姚可成。

《食物本草》二卷,明·汪颖著(李时珍说:正德时,九江知府江陵汪颖撰,东阳卢和字兼夫,曾取本草之系于食品者,编次此书,颖得其稿,厘为二卷,分为水、谷、菜果、禽兽、鱼、味八类云)。

《食物本草》四卷,吴文炳撰(《医籍考》)。

《食鉴本草》二卷,明·嘉靖间,京口宁原编(《本草纲目》)。

《食物辑要》八卷,穆世锡(《医藏书目》)。

《食物本草》二十二卷,明·李时珍。(《医籍考》说:“此书为明季姚可成编辑,托名李时珍耳。”)《日食本草》“益府长史著”(古今医统)。

《食说》一卷(《菰竹堂书目》)。

《食物辨真总释》岳甫嘉(《医学正印》)。

《山公医旨食物类》五卷(《聿修堂书目》)。

六、清朝

《食物本草会纂》十二卷,沈云将著(《中医书目》)。

《食物本草集要》(同上)。

《日用药物》一卷,汪昂著(《清史稿》)。

《食物本草》三卷,夷白堂主人(《医籍考》)。

《食鉴本草》二卷,尤乘(《寿世青编》)。

《食宪鸿秘》二卷,年希尧编(《续中医书目》)。

《本草医旨食物类》五卷,施永图编(《医籍考》)。

《随息居饮食谱》一卷,王士雄(《续中医书目》)。

《食鉴本草》一卷,费伯雄著(同上)。

《饮食须知》一卷,朱本中著(同上)。

《饮食书》六卷,宋公至(《医籍考》)。

《增补食物秘书》一卷(《中医书目》)。

综上所述,可以看出我国研究食疗历史之悠久,内容之丰富,乃居世界之首位。就以上所列举的文献中,隋以前,33种,340卷;唐五代,18种,56卷;宋朝,34种,58卷;金元时代4种,40卷;明朝,12种,56卷;清朝,12种,36卷;共计113种,586卷。这些还不能说包括中医食疗的全部文献,还应继续进一步收集。

食疗,是中医防治疾病的方法之一。众所周知,食物是人们赖以生存的重要物质基础,它不仅为人体在发育、生长、成熟等生命过程中提供必需的“原料”和“能源”,而且在各种食物代谢中,相互起着重要的协调作用,以促使人体生理活动的正常进行。但是食物与疾病的关系更是引人注目,一些食物不仅在病时可以治病,而且可以更广泛地用在平时防病。许多日常生活中的实例,就可以清楚地看出一些食物的质与量以及摄取的方法与许多疾病的发生与防治,就有着极为密切的关系。如食物中缺少碘,就可能引起“单纯性甲状腺肿”(大脖子病)。这种病可以用含碘的海藻一类食物进行治疗。如果在平时就注意到含碘食物的摄取,那就完全可以预防这种病的发生。又如人体缺少钙或铁质的时候,吃了含钙的或含铁的食物,就可以预防软骨病和缺铁性贫血。与此类似的例子还可以举出许多。食疗,就是运用食物种类的巧妙调配,摄入量的适当控制,烹调方法的合理运用,以达到保健、防治疾病的目的,又可以避免一般药物治病的副作用,是一种非常自然而安全的方法。

通过考证中医食疗史,使我们认识到:中医食疗在我国起源早,历史长,内容丰富多采,并且向我们启示,今后要更好地从祖国医学这个伟大宝库中,发掘出宝贵的食疗经验,进一步地深入研究,为人类的健康事业作出更大的贡献。

中药灌肠治愈小儿便血1例

安徽省淮南市疗养院中医科 倪平佛

黄××,男,3岁。1981年3月29日就诊。其父代诉,患儿大便带血持续三月余,每日排便1~2次,粪便表面附有鲜红血液,便后续下鲜血数滴,无腹痛。患儿面黄,体消瘦。某医院诊为“多发性直肠息肉(无蒂)”。因不适于外科手术,遂赴我院就诊。

处方:地肤子30克,鸦胆子9粒,明矾9克。水煎至100毫升,每次取50毫升保留灌肠,一日二次。

灌肠二次后症状减轻,10日后停药,大便正常,一月后患儿面红体胖,恢复健康。随访三年未见复发。疗效满意。

方中地肤子味甘苦、性寒,有清利湿热之功;鸦胆子味苦,性寒,张锡纯谓其能凉血止血,化瘀生新,又善治疣;明矾味酸涩、性寒,有收敛止血治痢之功。三药合用,故能取效。(曲云飞 整理)