

“服食”小议

《金匱要略·脏腑经络先后病脉证第一》篇中言：“若人能养慎，不令邪风干忤经络；适中经络，未流传脏腑，即医治之。四肢才觉重滞，即导引、吐纳、针灸、膏摩，勿令九窍闭塞；更能无犯王法，禽兽灾伤，房室勿令竭乏，服食节其冷热、苦、酸、辛、甘，不遗形体有衰，病则无由入其腠理”。对于文中的“服食”，成都中医学院主编的四版教材《金匱要略选读》和李克光主编的五版教材《金匱要略讲义》均注释为：“服食：即衣服、饮食。《灵枢·师传篇》：‘食饮衣服，亦欲适寒温’”。笔者通过学习古籍认为这种解释不甚妥当。不仅与古意不合，而且与文理亦欠通。

笔者认为，此处之“服食”是古代道家的一种养生法，指通过服食药物以求长寿的方法。如梁·昭明太子萧统《文选·古诗十九首》之十三中曰：“服食求神仙，多为药所误”。与张仲景为同代人的东汉思想家王充在《论衡·道虚篇》中多次说道：“道家或以服食药物，轻身益气，延年度世，此又虚也。夫服食药物，轻身益气，颇有其验。若夫延年度世，世无其效”。“服食良药，身气复故，非本气少身重，得药而乃气长身更轻也，禀受之时，本自有之矣。故夫服食药物除百病，令身轻气长，复其本性，安能延年至于度过？”由于中医学从一开始就受到了儒、释、道三者不同程度的影响和渗透。所以历代不少医籍中都载有“服食”法，吞食的药物也非常广泛。晋·葛洪《抱朴子内篇·仙药》记有丹砂、黄金、白银等20余种。《隋书·经籍志》专列神仙服食书一项，就有28种。唐代医家孙思邈《备急千金要方·卷第二十七·养性》篇中也记载有“服食法”，并收录了服食地黄、天冬、黄精、松脂、茯苓等24方。宋·陈直《养老奉亲书》中也有“食治老人养老，以药水饮牛，取乳服食方”的记述。元·忽思慧《饮膳正要》中也载有“神仙服食方”25首。同样，《金匱要略》所言“服食”，亦当指此。而且“服食节其冷热苦酸辛甘”，冷、热、苦、酸、辛、甘显然是指服食药物的性味，如果包含衣服，则从文理上也讲不通。笔者认为，这里的“服食”释为“服食药物以求养生的方法”，较为妥切。当然，从增减衣服，调节饮食等方面，来提示人们增强体质，养生防病，亦是极为广泛的临床指导意义的，故亦多有论及。如宋·沈括《良方自序》“而又调其衣服，理其饮食，异其居处，因其情变，或治以天，或治以人”。《饮膳正要·序》：“臣闻古之君子善修其身者，动息节宣以养生，饮食衣服以养体，威仪行义以养德。是故周公之制礼也，天子之起居、衣服、饮食，各有其官，皆统于冢宰，盖慎之至也”。

山西省大同市第二人民医院(037005) 张芙蓉

山西省大同市基建职工医院(037006) 周益新

《伤寒论》差后调治的用药特点

《辨阴阳易差后劳复病证并治》篇是《伤寒论》重要组成部分，其在差后病治疗用药方面，更具特色。

1. 新差体虚，以缓治为主

疾病初愈，体质虚弱，功能低下，余邪尚存。此时用药，若峻攻或骤补，必犯虚虚实实之戒。故仲景明查病机，以缓治图效。如第386条云：“大病差后，喜唾，久不了了，胸上有寒，当以丸药温之，宜理中丸”。为大病之后，脾胃阳虚，运化失权，水湿上聚致多涎喜唾，久不停止。而扶脾阳，摄津液，调升降，化痰饮，决非一朝可解决，必用丸药缓缓图效。笔者曾治一女患者，因亚急性细菌性心内膜炎住院治疗。出院后自觉心悸，气短，乏力，夜不安寐，五心烦热，饮食无味，食后腹胀。前医用重剂峻补，以求速效，反不应验。悟仲景差后缓图之法，用丹参、板蓝根、五味子、麦冬、孩儿参、炒麦芽、半夏、厚朴等（仿厚朴生姜半夏甘草人参汤法）缓图，并改丸服用，收效良好。

2. 培补正气，以甘为多

病有虚实寒热性，药有温凉补泻能。仲景用于新差调治方中，以人参、甘草、大枣为核心。如理中丸用人参、甘草；小柴胡汤用人参、甘草、大枣；竹叶石膏汤用人参、甘草、粳米；旋覆代赭汤用人参、甘草、大枣；桂枝汤用甘草、大枣。甘能补虚，甘能缓和。《内经》云：“阴阳形气俱不足者，调之以甘药。人参、甘草、大枣3味药物有调节阴阳气血之功，各自又有其特点。3药协同，滋阴扶阳，补气生血，坚筋壮骨，提神益智，确实起到了补益增效的作用。从各自方剂组成看，旋覆代赭汤、竹叶石膏汤中的半夏为辛温之品，用甘味药，则辛药走散、甘以缓之；小柴胡汤中含有黄芩，黄芩苦寒，苦寒易伤脾胃，用甘味药，则苦寒伤正，甘以护之。如此等等，加入甘味药，使方剂成为有机整体，发挥最大效益，正是仲景用甘味药的独到之处。

3. 正虚邪存，需双向调节

生物在进化过程中，逐渐形成了一种使机体内部各部分保持动态平衡的机制。《内经》概括为“阴平阳秘，精神乃治”。仲景将此机制用于差后病治疗用药而获良效。主要为：(1)散收相伍。如桂枝汤桂枝与芍药相伍，一辛一酸，一散一收，发汗中寓敛汗之意，是和营中有调卫之功。生姜助桂枝散邪，大枣佐芍药益营，甘草调血诸药，诸药协同，安内攘外。(2)升清降浊。如小柴胡汤，柴胡升少阳之清气，半夏降胃中之浊气，使人体气机升降得以调节，从而达到上焦得通、津液得下、胃气因和、身汗然汗出而解之效。(3)攻补兼施。如小柴胡汤，柴胡、黄芩祛邪，人参、甘草、大枣扶正。又如竹叶石膏汤，石膏清热，麦冬、粳米养阴。上述方剂中药物