

乐佚游，乐宴乐，损矣。”孔子认为凡是行为举止符合礼乐的节制，即行之适度，好称人之善，多与贤人为友，则有益身心；倘若恃尊贵以自恣，无节制的出入，沉溺荒淫之中，则有害身心。

《子罕第九》说“仁者不忧”，《雍也第六》讲“仁者静”、“仁者寿”。这其实是一脉相承的思想。仁厚的人无欲无求，清静无为，少思、少忧、少动，故可长寿。这说明保持心理卫生对健康的积极影响。

二、孔子在疾病产生问题上的天命论

《述而第七》谓：“子疾病，子路请祷。子曰：有诸。子路对曰：有之。诹曰：祷尔于上下神祇。子曰：丘之祷久矣。”

孔子认为死生有命，病安在天。不想以祈祷的方式来消灾祛病，并对子路的做法不以为然，认定自己平素行为端正，符合天理人伦，可身体仍会生病，岂非天命？

《雍也第六》称：“伯牛有疾。子问之。自牖执其手曰：亡之命矣夫。斯人也而有斯疾，斯人也而有斯疾。”

孔子对自己贤慧的弟子伯牛患不治之症既无奈又哀怨，觉得伯牛行善而居然遭遇凶疾，固非人招，抑或是不可违之天命。

三、孔子倡导人生三戒慎说

《季氏第十六》载：“孔子曰：君子有三戒。少之时，血气未定，戒之在色；及其壮也，血气方刚，戒之在斗；及其老也，戒之在得。”

孔子针对人生三个不同的生理阶段及其心理需求的趋向，有的放矢地提出了相应的三种戒慎：即在少年青春之际，要戒色欲；中年血气方刚、身强力壮之时，要戒争斗；年老体虚，血气两亏的暮岁，要戒贪欲。这些精辟见解很值得人们认真记取。

南京中医学院基础部 徐建云

几种常用代茶剂

不少急慢性疾患必须频频服药，使药物持久而缓和地起治疗作用。选择恰当的药物作为“代茶剂”频服，以开水泡冲，不必煎煮，实为方便有效的办法。现介绍余临床上常用数方，以供参考。

1. 银甘茶：银花 10~15 克，生甘草 3 克，泡茶频服。具有清热解毒作用。适用于夏季，可防治痄腮、皮炎、口腔溃疡、咽喉炎症、原因不明的低热、胃热口臭等。

2. 甘桔茶：生甘草 3~5 克，桔梗 5~10 克。泡茶含漱、饮服。具有利咽、祛痰和清热的功用。适用于咽喉急慢性炎症，咽中不适、隐痛、有痰不易咯

出，或声音不扬等症。

3. 麦蝶茶：麦冬 10~15 克，木蝴蝶 3 克，泡茶含漱、饮服。具有养阴润肺、利咽行气的功用。适用于阴虚肺热所致干咳无痰、舌干咽燥、咽中不适，或甲状腺摘切术后声音嘶哑等症。

4. 朴佛茶：厚朴花 2 朵，佛手片 10 克（鲜品最好），泡茶频服。具理气疏肝作用。适用于梅核气之咽中如有物阻，或嗝气频繁，甚则伴有食物返流等症。

5. 青蒿茶：青蒿 10~20 克，泡茶频服。可清暑解毒。适用于夏季低热、疟疾，并可作为消暑饮料。

6. 决明子茶：决明子 10 克（习惯便秘者可酌量增加），泡茶饮服。具有清肝、明目、降脂的作用。可防治中老年人高血压、动脉硬化、高脂血症。利于保持大便通畅。夏季泡服，兼有清暑之功。

7. 薏陈茶：炒薏仁 15~20 克，炒陈皮 5 克，泡茶频服。具有化湿理气的作用。适用于舌苔白腻或黄灰腻，食后胃脘痞胀，慢性浅表性胃炎、胃粘膜息肉等。亦适于困倦乏力，食欲不振，属于湿阻证者。

其他如鲜车前草 30~60 克，洗净后泡服，可防治尿路感染。鲜佩兰叶 30 克，洗净泡服，可治胃炎、消化不良。莲子芯 5~10 克，泡茶频服，可以清心除烦安神，可治顽固性口腔溃疡、失眠等病症。蚕豆花 15~20 克，泡茶频服，可以清热凉血、平降血压。以上均属常用简易之方，兹不一一列述。至于泡服的时间长短，当随病情、时令而异。

江苏省中医院徐景藩口述 徐丹华整理

“惊泻”非“肝泻”

《中医儿科学》（王伯岳、江育仁主编）第 437 页指出：“惊泻”亦曰“肝泻”。笔者认为，此议不妥。“惊泻”乃是婴幼儿泄泻中的一种特殊类型，多发于周岁以内的婴儿（张桂英：益脾镇惊散加减治疗小儿惊泻 52 例，江苏中医杂志 1987 年第 10 期）。临床以大便色青，稠粘不化，胆怯易惊为特征。多见于婴儿维生素 D 缺乏症和维生素 B₁₂ 缺乏症等。病因为小儿脏腑娇嫩，形气未充，“肝常有余”，“脾常不足”，若卒受惊恐，伤及心神，惹动肝风，肝气横逆，木乘土位，则“贼脾泄泻”。治宜平肝补脾，镇惊安神。先用益脾镇惊散（人参、白术、茯苓、朱砂、钩藤、甘草、灯心）定惊，再用养脾丸（人参、白术、当归、川芎、青皮、木香、黄连、陈皮、神曲、山楂、砂仁、麦芽）理脾调中。正如《医宗金鉴·幼科心法要诀》云：“惊泻因惊成泄泻，夜卧不安惕惕惊，粪稠若胶带青色，镇惊益脾服通灵。”本病是导致小儿惊证与泄泻变证的主要

原因,且时作时止,缠绵难愈(姜玉梅:试论小儿惊泻,山东中医杂志1984年第1期)。而“肝泻”可发生于任何年龄,尤多见于成人。临床以腹痛即泻,泻后痛减,挟有矢气,脉弦苔薄,每因情志不和症状加剧或反复发作为特征。多见于现代医学中的肠功能紊乱,慢性肠炎,过敏性结肠炎,肠结核等病(汤叔良等:顾丕荣用换肠丸治肝泄,江苏中医杂志1987年第10期)。肝主疏泄,其性条达。脾气素虚,横逆乘脾,气机失调,脾失健运,清气不升,即发《内经》中“肝所生病为泄”。诚如张景岳云:“凡遇怒气便泄泻者,必先怒时挟食,致伤脾胃,故但有所犯,即遂触而发,此肝脾二脏之病也。盖以肝木克土,脾气受伤而然”。吴鹤皋云:“泻责之脾,痛责之肝,肝责之实,脾责之虚,脾虚肝实,故令痛泻。”治宜抑木扶土,首用痛泻要方(白芍、防风、陈皮、白术)加味。若木土不和久利,寒热错杂,则用乌梅丸(乌梅、细辛、干姜、当归、熟附子、蜀椒、桂枝、黄柏、黄连、党参)止之。本病多迁延不已,调治颇难。

综上所述,由于“惊泻”与“肝泻”在发病年龄、主证、病因病机、治法、方药、预后转归方面迥异,故“惊泻”非“肝泻”。

江苏省邳县中医院 胡义保

脱敏煎治疗肠道激惹综合征2例

祝谌予教授之脱敏煎,用以治疗过敏性疾病,疗效肯定。文献报道多用于治疗支气管哮喘、荨麻疹、过敏性鼻炎等。笔者在临床用以治疗肠道激惹综合征疗效满意,说明该方适应症颇广,兹举两例如下:

例一:李×,男,47岁,教师,1988年4月1日初诊。反复发作腹痛伴大便不调5年。起病无明显诱因,下腹部隐痛,两侧尤甚,腹泻便秘交替出现。腹泻时每日1~3次,无脓血,有少量粘液及不消化食物。西医诊为“肠道激惹综合征”,曾服阿托品、普鲁苯辛等药不效,始转中医治疗。就诊时,除上述外尚伴全身乏力,精力不济。舌淡红,苔薄白,脉弦细。以脱敏煎加味治之。处方:银柴胡10克,防风15克,乌梅15克,五味子10克,生甘草10克,蝉衣6克,黄芪20克,广郁金12克,白芍10克。

服药3剂,腹痛减轻,大便仍稀,每日1次。继续服药12剂,腹痛消失,大便正常,精力大增。半年后随访,情况良好,未复发。

例二:孙×,男,38岁,工人,1987年6月7日初

诊。反复发作腹痛腹泻6年,加重3个月。病起于饮食不洁,而后每年均有发作,多以劳累、饮食生冷、饮酒、情志不调为诱因。病发时大便稀,有白色胶冻样物,无脓血,每日1~3次,伴脐下腹痛,腰痠乏力,食欲不振,睡眠差。曾服吡哌酸、痢特灵、苯乙哌啶等药不效。查大便常规正常,大便培养阴性,始转中医治疗。舌淡红稍胖,苔薄白,脉左弦细右滑。诊为肠道激惹综合征,治以脱敏煎合痛泻要方。处方:银柴胡10克,五味子10克,乌梅15克,防风15克,生甘草10克,蝉衣6克,白术15克,白芍10克,陈皮10克,广郁金12克,党参30克。

上方服6剂,腹痛腹泻明显减轻,继服15剂,腹痛消失,大便正常,纳食正常,睡眠好转,体力倍增。随访1年,无复发。

体会:肠道激惹综合征临床并不少见,其特点是反复发作腹痛,腹泻,稀便,大便无脓血。饮食生冷及情志不调时则加重或诱发,大便化验检查大都正常,有时反而便秘,一般病史较长。舌淡红,苔薄白。本病属中医之泄泻,辨证无明显寒热虚实,以脾胃虚弱及肝脾不和型居多。笔者在临床治疗本病应用脱敏煎时常加蝉衣;腹泻既久,脾气不足,可加党参或黄芪以扶正;加广郁金、白芍,以疏肝柔肝,增强肝之疏泄功能,助脾胃之运化;如果情志诱因明显,则与痛泻要方合方治之。笔者以此法治10余例,效果很好。

山东省淄博市中心医院 孙立亭

清心止遗汤治疗小儿遗尿

笔者自拟清心止遗汤治疗小儿遗尿,效果很好。现举验案一例,介绍于同道。

患者张×,男,8岁,学生。遗尿三年余,多梦。面色红润,发育正常,智力一般,饮食、大便正常,舌苔黄腻,脉小滑。此乃心经痰热,予清心止遗汤。即黄连、甘草、竹叶各4克,连翘、石菖蒲、茯苓、远志、枣仁、陈皮、陈胆星各8克。服五剂后,仅遗尿一次。再服半月,随访半年未复发。

按:小儿遗尿古今皆有,但该病病机古今有别,古以禀赋不足为多,今以心经痰热为多。随着生活水平的提高和儿童保健工作的普遍开展,儿童体质的增强,小儿遗尿以痰湿积热病机为多。

该方用黄连苦寒入心经,直折心经之热;竹叶、连翘清心除烦;陈皮、茯苓化痰利湿;石菖蒲、胆南星化痰热,开窍辟浊;远志、枣仁安神宁心。诸药相伍,使痰化热清,心神安宁,遗尿自除。

浙江省嘉兴市王店人民医院 沈敏南