

“凡物之五味，以化生五气，食久则增气，气增则阴阳有偏盛偏衰之患。俗话说，“美味不可多用”，就是这个道理。

笔者曾注意这样一种现象，有些儿童会出现牙齿残黄，毛发枯槁，面黄晦滞，甚或睡眠不安、烦闷喘咳、抽搐等症。究其原因，多与过食甘甜有关。

曾治一名五岁男性患儿，因抽搐、呕吐就诊。追问病史，患儿平素喜食糖、奶等甘甜厚味之品，从不吃蔬菜，水果也很少入口。身体虽胖但较虚弱，时常感冒，易惊善恐，烦躁，睡眠不安。曾有两次抽搐，每次约一分钟，伴有呕吐，大便稀溏，日二三次。诊见患儿面黄晦滞，舌淡苔腻，毛发稀少，牙齿残黄。分析其病机，与过食甘甜有关。甘入脾，过食甘则脾气实，脾气实则制己所胜而侮所不胜，故见以上诸症。治疗以泻脾搜肝法，服药两周，诸症明显好转，随访半年，抽搐未发。

由上可知，药物与食物均有酸苦甘辛咸五味特征，五味入五脏则可增强脏气功能，然而，五味有所偏用，又可伤及五脏。五脏阴阳偏盛偏衰，又可用五味之偏予以纠正，这就是我们在生活及临床中应用五味增强正气，制服邪气的有效方法。

谨和五味 长有天命

江西中医学院副教授 黄海龙

“久而增气，物化以常，气增而久，天之由也”语出《素问·至真要大论》。意思是说：“五味对五脏各有其亲和作用，如其味久服或偏嗜就会引起某一脏气的偏胜，这是事物变化的必然规律。人体某一脏气由于五味偏嗜或长期服用而发生偏胜，导致五脏之间失去平衡，往往是产生疾病或早死的缘由。”这句话论述了五味在治疗中的作用，指出长期偏嗜某种食物或服用某种药物会引起脏气偏胜，导致不良后果。告诫人们要“谨和五味，骨正筋柔，气血以流，腠理以密，如是则骨气以精。谨道如法，长有天命”的科学道理。

我重温这句经文，大致有以下三点体会：一是用药如用兵。药都是治病的，有病才用。无病虽甘草、人参亦能致害。如长期服用甘草会引起水肿和高血压。前贤有谓“人参误用杀人”之训。喻嘉言在《医门法律》中说得好，“凡用药太过不及，皆非适中，而不及尚可加治，太过则病去药存，为害更烈，医之过也。”故我在临床用药均以“中病即止”为原则，即使用补药也是“适可而止”，从不过剂。二是饮食要得宜。不可偏嗜久服。孙思邈在《备急千金要方》中说对：“食能排邪而安脏腑，悦神爽志以资血气，若能用食平病，释情，遣疾者，可谓良工。”近贤秦伯未也指出：“病人饮食，藉以滋养胃气，宜行药力，故饮食得宜，足为药饵之助。”我在临床上赞赏王士雄的观点：“人以食为养，而饮食失宜，或以害身命”，主张“粥饭为世间第一补人之物”。三是药物疗法和饮食调摄要有机地结合好。《素问·藏气法时论》早有明旨：“毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补精益气。”孙思邈更为精辟地强调：“不知食宜者，不足以存生也。不明药忌者，不能以除病也”。我在临床上，特别是针对一些慢性病，常常主张药膳结合。如高血压病，力荐王士雄的“雪羹汤”，兼便秘者，嘱其饭后食香蕉一二只。又如糖尿病，尤其是上消症患者的早点，我常以“天花粉、淮山粥”为餐。将梗米一两洗净，入天花粉、淮山各10~20克于锅中加水一升，烧开煮糊，离火待温时加蜂蜜一匙，拌匀为食。如是这样，常能收到相得益彰之效。

把握病情 中病即止

河北省晋县中医院不育症专科 贾彦波

“久而增气，物化之常也，气增而久，天之由也”，是祖国医学对五味入五脏，少则补益，久用生变的概括。

笔者致力于中医男性疾病的临床研究有年，接诊一些不育症和性功能障碍患者，深感一些临床医师之孟浪，每遇此症不加辨证，滥

用误用温热壮阳之品,或久用过用清热利湿之剂,病不见愈,反变证丛生。如出现心烦躁扰,失眠纳呆,口干鼻衄,齿衄出血,阳痿早泄,或梦遗滑精等。如曾治一王姓患者,男,26岁。因婚后3年不育而求治。刻诊精检:精液量10 ml,精子计数0.6亿,活动率15%,活动力差,脓球(++)。追问病史,自述半年前曾求治于某医院,当时腰膝酸软,神疲乏力,精检示“死精子症”。前医给予中药治疗,服药百余剂,而未能嗣育,反见口干鼻衄,心烦失眠等症,精检持续见脓球(+~+++)。余检视其方,用药一派温热壮阳,如桂附、仙茅、仙灵脾、鹿茸、海马等,虽曾见一时之效,但久而变证丛生,此正合先贤所论“久而增气,物化之常,气增而久,天之所由也”。笔者据患者舌体胖大,边有齿痕,舌质红、苔厚腻根黄,脉沉滑,及茎中痒痛,尿有余沥,同房阴囊汗出等症,知系下焦湿热为患,遂用自拟方“一气汤”,药用:川草薢15克,羌活12克,柴胡12克,防己12克,薏米20克,黄柏12克,丹皮12克,泽泻15克,苍白术各12克,川朴花9克,露蜂房15克,木通15克,生草梢6克。加土茯苓30克,淡竹叶12克,调治半月,诸症缓解。精检报告:精子计数0.75亿,成活率60%,活动力良好,未见脓球。半年后告知其妻已有身孕。

又如治一早泄患者李某,24岁。因新婚阳痿,经温肾壮阳中药汤剂及成药“龟龄集”、“男宝”、“龙娥丸”等治疗近一年,阳痿得愈,但前医不知中病即止,仍予温热壮阳之剂久服之,反见勃起减弱,时或早泄,求治于余。刻诊:性欲亢强,但勃起不坚,同床即软,伴见早泄,腰膝痠软,头晕耳鸣,口干溲黄,舌红少苔,脉细数。显系温热之剂劫伤肾阳,致令阴虚火旺之证。给予自拟“二地三甲煎”加减治疗。药用:生熟地各15克,菟丝子15克,枸杞子12克,制首乌12克,炒杜仲12克,鸡血藤15克,玄参12克,麦冬9克,丹皮9克,知母12克,生鳖甲15克(先煎),炙龟板30克(先煎),煅牡蛎30克(先煎),猪殃子9克,生

甘草3克。滋阴降火,随证加减,逾旬而愈。后经随访,未见复发。

笔者体会,应用“久而增气,物化之常也,气增而久,天之所由也”理论指导男科临床,关键应把握病情,中病即止。温热壮阳之品,最易化燥伤阴;清热利湿之剂,又易伤阳败胃。因此,密切观察病情,做到法随证立,方随法变,注重守方而不拘泥,守中有变,变中有守,中病即止,是防止“气增而久”变生他证的重要环节。

从量变到质变的普遍规律

浙江安吉县孝丰人民医院 张 明

“久而增气,物化之常也,气增而久,天之所由也”,主要说明在治疗疾病过程中,五类不同性味的药物能相应地增强(或调整)五脏的功能,从而达到治愈疾病的目的,这是常理。但若过多过久地使用这些药物,则反而会扰乱五脏的正常生理功能而产生新的疾病,甚至发生死亡。临床上常见的久服寒凉损伤中气,过服补益而致中满等都属“气增而久”引起的结果。如能领会原文精神,在临证时便能避免出现过当伤和的情况,做到中病即止。

本人认为对该条经文的理解不应局限于上文所述。还可以整体观念为指导,对人体内外的各种致病因素进行探讨,从而更好地理解祖国医学的发病学原理。本段经文实际揭示了事物发展过程中从量变到质变的普遍规律。“久而增气”(久而减气亦同)是一种渐进性的、不显著的变化(物化之常)。“气增而久”则会引起事物根本性质的变化,是事物质的突变或飞跃,是超出事物“度”的范围的变化。因此“气增而久”对于前一种质的形态来说是“天之所由”。在量变到质变的过程中,量变是质变的必要准备,没有量变就没有质变。事物的发展总是从量变(久而增气)开始,量变达到一定的程度(气增而久)才能引起质变(天),没有一定量的变化就不能发生质变。

人与自然、人体内部都是一个有机的整