

某, 男性, 55 岁, 患 II 型糖尿病 15 年, 调治得法, 病情稳定。但觉身体耐力欠佳, 有医诊断为肾阴不足。李某听说甲鱼大补肾阴, 自购甲鱼三个, 10 天吃完, 自觉身体耐力明显增强。此后经常食用, 半年吃甲鱼 60 多个。以后出现胸脘痞闷, 四肢沉重逆冷, 腰腿痿软, 纳谷不香, 疲乏渐渐加重。来诊时舌胖、苔腻, 脉滑。嘱停食甲鱼, 加香砂养胃丸, 每次 2 克, 一日 3 次口服, 配人参健脾丸, 早中晚各服一丸, 半月后精神体力复常。

从以上诸例可以看出, 虚者补之得益, 补之过胜, 则由益变损。在临床诊治疾病中应仔细了解, 多加注意。

补偏救弊 注意阴阳平衡

新疆石河子医学院附院 袁 今 奇

“久而增气, 物化之常, 气增而久, 夭之由也”, 我的理解是, 文中之“久”字, 承句首“夫五味入胃”而言, 系指长期服用或长久偏食。“增气”, 即产生偏亢之气。“物化”, 乃物质之变化。“常”, 为一般规律或必然现象。“夭”, 夭折、短命, 此处指疾病形成, 失却健康。全句说明, 食之以味, 贵在平和, 用之得当, 促进生化, 用之过偏, 疾病乃生。总之, 本条之精神, 主要是强调长期服用同一性味的药物或食物, 对人体健康的危害性, 也是对病机十九条的重要补充, 是中医学整体恒动观在临床实践中的具体应用。

笔者体会: (一) 防病选食, 贵在冲和。所谓贵在冲和, 即不过补、不过通, 不过寒, 不过热; 嗜食者应防其偏, 厌食者应避其缺; 机体暂不需要者勿予食。六十年代初, 我发现有些家庭经济条件较好的小孩, 常服用蜂王浆, 久久服之, 每引起发育过早。男孩未满二八则满面胡须, 女孩未及二六即月事以下, 体态发育超常, 学习时注意力不够集中。此乃“久而增气, 物化之常也”, 嘱停服王浆。延至八十年代, 人参蜂王浆作为补品、大量充斥市场, 不问男女老幼, 有病无病, 何种病情, 均皆服

之。其服久者, 面赤火升者有之, 牙龈肿痛鼻衄者有之, 烦躁不寐者有之, 胁肋胀痛者有之, 月经紊乱及脱发者更有之。此皆无虚而乱投补品, 失却冲和之德故也。(二) 补偏救弊, 应注意阴阳平衡。药物之功用, 在于补偏救弊, 调整阴阳之偏盛偏衰, 使其恢复动态平衡。因此, 在长期用药的过程中, 应注意观察阴阳的变化, 以平为期。余治慢性虚寒性病证, 投以温补, 必少佐寒凉, 使补而不偏, 温而勿燥, 理其虚应防其变。如对长期服金匱肾气丸、右归丸的患者, 每兼服绿豆汤, 以缓解其温燥。慢性肾炎、血小板减少性紫癜、多种胶原性疾病等, 目前相当多的病人还离不开激素治疗。然长期使用激素, 可造成阴虚火旺或阴虚阳亢之现象, 常见面赤火升, 烦躁易怒, 头痛耳鸣, 口干咽燥, 五心烦热等症, 笔者常配以知柏地黄丸予服之, 收效尚佳。(三) 慢病守方, 仍须三因制宜。诸多慢性病证, 在其病机稳定, 症状变化不大的情况下, 治疗应有方有守, 然守方不等同于用死方, 为防于偏, 或伤于凿, 其间药味之增减, 药量之进退, 仍必须考虑三因制宜, 方不致气机偏盛, 确保疗效而免生变端。麻桂为本方主药, 春夏各用 6 克, 秋冬皆以 9 克, 在西北地区用之无不良反应。每当我返故探亲于江南家乡一带, 仍用本方治鼻渊, 麻桂 9 克常致头痛鼻衄, 病人不服其药。为确保方中各药效能, 于原方不变, 但减麻桂量为 3 克, 如西北、江南之鼻渊, 皆可以本方守方治疗而一旦霍然。此乃慢病守方, 又依据地理气候, 以至结合患者体质特点用药而取效, 即所谓“不偏者, 尚须结合三因制宜也”。

纠正偏食 防止“气增而久”

大连大学医学专科学校副教授 汪 俊 著

近年来, 人们生活普遍提高, 膳食结构、质量均发生了变化, 无疑对增强体质、提高抗病能力均起到了作用。但膳食不当, 又将出现一系列疾病, 如肥胖症、高脂血症、糖尿病等。这不能说不是“气增而久”的原因。因为

“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