

外,痰瘀内阻,郁而化火,蕴毒成脓,发为疮疖、痈疽;痰湿化热,湿热阻滞,蕴结肝胆,则并发肝炎而为腹胀胁痛;湿热下注,则多发泌尿系感染、外阴瘙痒等。

总之,痰湿瘀血是糖尿病的重要病机,是形成并发症的原因所在,瘀血痰浊为本,并发症为标,故祛瘀化痰是治疗糖尿病并发症的有效方法。

承德医学院中医系(067000) 梁广和

张景岳中年修身4法

明代医家张景岳根据《内经》人生四十,脏腑经脉其盛已定,腠理始疏的生理规律,提出“人于中年左右,当大为修理一番”(《景岳全书》,下同)的观点,目的是在“再振根基”,有可能使后半生得到强健。此种主张,对于今天中年人修养身心,亦有现实意义。

1 养元神

张景岳云:“在人曰神志,故曰事其神者神去之,休其神者神居之,知生气之主在乎心,此元神之不可不养也。”就是说,神志为心所主,用心过度,可以伤神,平衡心理,可以养神。其实,神志虽为心主,但包涵精神活动的两个方面。神系心的部分功能,即心神,亦系大脑的功能,即元神;志系志向,或由意念积累所形成的认识。神与志,不过是内脏功能的外在表现,如脉搏、目光、言语、思维、肌肉、气息、大小便等的动态变化,并可由此察其有神或无神。张景岳亦认为,神乃无形,变幻倏忽,体认较难,若神全去,则表明人体机能亦止息矣。从而可以说明两点:一是神在人体的重要性,二是神病治疗较难。从现今临床常见的某些神经症久治不愈、症多反复,亦得到证实。由于人在40岁之前,恃其神旺,非苦读而求功求名,即冥思成家立业,继之俸亲抚子,惓惓使其神疲而不知为然,故此时“元神不可不养”。养元神无非是养心脑,一要调整心态,二要适当用些养神药物,可选用肉苁蓉、何首乌、黄精、灵芝、核桃仁之类,以填精养脑、补髓益智,既可保持脑血流量的恒定,又可起到间接保护脑细胞的作用。若伴有头昏、失眠、记忆力减退等症,还可酌加菟丝子、补骨脂(女性用)、五味子、酸枣仁、柏子仁、石菖蒲、远志之属。

2 惜血气

张景岳说:“在人曰血气,气为阳,阳主神也,血为阴,阴主形也。血气若衰,则形神俱败,此营卫之毫厘当惜也。”此处讲爱惜血气的重要性,意思是血为形体,气为功能,形体赖血以养,功能以气为支撑,二者既不可分离,也不可衰败,相互依赖,又相互影响。然而,血气乃与营卫同类,皆为人体的精微物质,由食谷所化生。卫气本于命门,达于三焦,以温肌肉、筋骨、皮肤,慄悍滑疾,无所约束;营气出于脾胃,以濡筋骨、肌肉,充满推移于血脉之中而动缓。卫气为热气,其作用既能温肌肉,又能化水谷;营气为湿气,其功能既可滑利经隧,又可充润发肤。故卫气虚则病寒,实则病热;营气虚则皱揭稿涩,实则淖泽附肿,光浮于外(《读医随笔》)。相对血气,营卫虽为外围,但二者不谐或俱虚,均可影响人生之根本。人至四十,脏腑经脉虽盛,但腠理已疏,现代医学亦认为中年人大多有合成性代谢和分解性代谢的相对平衡状态,渐至分解性代谢大于合成性代谢,由于中年“每恃血气之强”而“奔趋竭力”,必益使营卫俱损,不仅体重渐趋减轻,体力精神渐见衰退,而且易感邪气而多病,故爱惜营卫丝毫不能马虎,爱惜营卫就是爱惜血气。爱惜血气之法,一要平时加

强体质锻炼,二要适当选用一些相应药物,如黄芪、人参、甘草、山药、白扁豆、大枣、当归、枸杞子、龙眼肉、阿胶浆之类。参、芪、豆、枣、草、山药益气固卫,以增强网状内皮系统的吞噬能力,提高抗病能力;归、杞、桂圆、阿胶养血和营,并可增加冠状动脉血流量,降低心脑血管细胞的耗氧量,于中年固腠理最宜。

3 慎克伐

张景岳曰:“在人曰克伐,……克伐者危事也,未有日加剝削,而不致残伤元气者,此消耗之不可不慎也。”这里是说人因好胜而损伤体力的危险性和当心无谓消耗体能的重要性。一般在40岁之前,“恃其少壮,何所不为”,志向上昂扬,性格上好胜,生活上不注意饮食起居,最易损害健康。如在志向上,困于名利者有之,困于名者,每有“飞腾”之念,焦思切心,劳筋伤骨;困于利者,“止知财能养命”,奔波不已,不知竭尽精力,“浩气受抑”。在性格上,好胜者有之,“只喜人不负我,非骄矜则好胜”,争端遂起,事无大小,怨恨醉心,不知最损肝脾。在生活上,困于酒色者有之,困于酒者,“但知米汁之味甘”,不知“曲孽之性烈”,潜移其咎,殃及精血;困于色者,但图“娇艳可爱”,不知“伐命之说”,非成劳损,即“染秽恶”,更有“相思之失心”而成“郁结”。既至四十,原已“阴气自半”,再加克伐,元气必愈残伤。元气包括元阴、元阳之气,乃先天之精所化生,后天摄入营养以滋生,为人体生化动力之源泉,元气一伤,则生命根基即已动摇,故张景岳认为,“在人总在元气,但使元气无伤,何虞衰败?元气既损,贵在复之而已。”何以复之?笔者以为,一要节制食欲及酒色,二要借以药物适当滋补。气血虚,可选服五福饮(人参、熟地黄、当归、白术、炙甘草),若伴失眠,加酸枣仁、远志;肾阳虚,出现神疲气短,阳痿遗精,选用右归丸,若血压高减鹿角胶;肾阴虚,症见头晕眼花,自汗盗汗,舌干舌燥,腰酸腿软,可选用左归丸;肾阴肾阳虚而不明显,且见憔悴瘦弱、精神疲困者,可用六味地黄丸,并可随症加减。

4 断疑贰

张景岳说:“在人曰疑贰,今日云姑且,明日云将就,……然致坐失机宜,变生倏忽,又焉知耽阁之大害,此当机之不可不断也。”这就是说,人在自身正气不足或生理机能减退的时候,往往不自知或者半信半疑,不是姑置勿论,就是勉强应付,孰知失去调理的良机而能酿成大病。因此,即使衰减证候一时难于确定,也要见微知著,当机立断,采取相应防范措施以阻止其发展。正如张景岳所说,“损其一,浅犹肤也,损其二,深犹经络也,损其三四,则连脏腑矣。”而脏腑之虚,又有虚的相应征象,如心情抑郁,或精神萎靡属于神病,神主于心脑,必由于心脑之虚;呼吸短少,属于气病,气主于肺,乃由于肺虚;筋力之疲困,属于血病,血主于肝,是因肝虚;腰膝酸软,不耐久立,属于骨病,骨主于肾,乃由于肾虚;四肢之软弱,属于肌肉病,肌肉主于脾,是为脾虚。辨其所虚,适其所用,庶几“亡羊补牢,犹有未晚”。若“当其微也,使不知徒薪爨户,则将为江河,将寻斧柯,恐无及于事矣”,此亦张景岳“有病早治,无病早防”的修身思想。对于脏腑之虚的相应具体措施,张景岳虽未明提,但笔者认为,应当平素注意摄生,如心脑之虚,必须戒烦恼,调节心理承受能力,“宠辱不惊,心脑自宁”;肺虚当戒烟,因烟辛能耗散肺津肺气,吸入于肺不利,再者勿急躁怒语,“调息寡言,肺金自全”;肝虚宜戒酒,酒气伤肝,“杯酒无顾,肝木自舒”;脾虚少食糖、盐,甘主脾,过食甘则壅,脾恶湿,盐多则生湿,“少糖淡盐,脾土不蚀”;肾虚

戒色欲,劳欲伤肾,“恬淡无欲,肾水自足”。总之,人生之常度有限,切勿纵情于无穷;人身精气之生息有限,切勿耗损于无穷;以不戕其先天,而保全我之常度,是为张景岳修身的整体理念。

安徽省天长市中医院(239300) 雍履平

温胆汤服药反应经验谈

温胆汤是临床常用方剂,被广泛使用。笔者从医 20 年来,深叹此方之妙,唯服此方常见一些反应,可能引起患者误解,以致自行停药,影响疗效。今欲以此文就教于同道中喜用善用此方者,庶几使此方使用更臻完善。

1 药后胃脘气机走窜、胀闷疼痛

患者服药后,胃脘即觉气机走窜,胀闷疼痛,一般持续数分钟至 1 小时。有以下 3 个特点:(1)服药后自觉脘腹部气机走窜、胀闷、疼痛,之后胃脘气机较前顺畅,原有的胃脘不适症状减轻。(2)大多数患者开始的第 1~3 剂反应明显。(3)走窜、胀闷、疼痛的部位以胃脘最为常见,亦可见于胸腹部。

处理方法:(1)可原方再进,多数患者在连续服用 3~7 剂之后,诸症可自解。(2)如果反应强烈,可以减少枳实、陈皮、半夏的药量,将枳实、陈皮的药量减至 3g,半夏的药量减至 6g。

2 药后口干

温胆汤所治的证候原有口苦口干的症候,通常的情况是服药后口苦口干的症候减轻或消失。但是也有个别的患者原来无口干或口干不甚,药后反而口干较甚。这是方中的理气化痰药温燥津液所致。

处理方法:(1)温胆汤证的口干主要是痰湿阻络,津液不能上承所致。一般不须处理,连服 1~3 剂后,痰湿渐化,津液输布畅通,口干逐渐减轻。个别口干较甚者,可以嘱其少量多次饮温水,以润其口咽。切忌改弦更张,投之大队的滋阴药物,腻滞痰湿。(2)对于舌苔腻而干,津液确实受伤者,可在方中加天花粉、淡竹叶、芦根、白茅根等既可生津,又不助湿的药物,或以天花粉易半夏。

3 食欲改变

有些患者服药后食量增加。温胆汤证患者多数存在不同程度的脾胃运化失常,可能由于症状不严重,患者不以为苦。温胆汤有较强的理气健脾和胃之功,患者服药之后,胃腑受纳水谷和脾脏运化水谷的功能趋于正常,大多食欲和食量恢复正常,以致食欲大开,此反应实属佳象。病理性肥胖患者服用温胆汤之后,可出现痰湿渐除,身轻体健的效果。温胆汤加泽泻、荷叶等药是治疗痰湿型肥胖的良方。

4 睡眠时间延长

临床上可见一些患者睡眠时间偏少,如每天只睡 5~6 小时,且多梦,但是由于症状不严重,不为所苦。当这类患者因其他症状而服用温胆汤之后,睡眠时间延长。这是病情好转的表现之一,由于温胆汤有理气化痰作用,服用之后,气顺痰消,心神安宁,因而睡眠质量较佳,睡眠时间延长。只要辨证无误,并无嗜睡之虑。由于其有行气化痰的作用,对痰湿蒙蔽清窍导致的头目不清、昏昏欲睡者,有较好的治疗作用。

5 大便变溏、次数增多

有些患者服用温胆汤之后,大便质地稀溏或不成型,次数增多。这种情况以服第 1 剂后最为常见,通常 3~7 剂后,大便可恢复正常。温胆汤方中的枳实具有理气消积、化痰除痞的作

用,其理气作用具有促进气机下降的特点。导致大便溏、次数增多是温胆汤诸药协同作用的结果,但是枳实增强肠胃蠕动、下气消积的作用是主要原因。减少枳实的用量或不用,此反应则明显减少。此反应是一种正反应,对畅通气机和祛除痰湿病邪有利。有此反应的患者之后多感觉到胃肠气机畅通、舒服,舌苔也明显变薄。

处理方法:(1)枳实易枳壳,且只用少量(3g)。(2)减枳实。

厦门大学海外教育学院中医系(361005) 王彦晖

对 6 种清热凉血药的归经测定

笔者运用量子共振检测仪与脏象全息诊断系统结合,对全国高等医药院校统编教材《中药学》所载的 6 种清热凉血药材进行归经测定,现将结果报告如下。

1 测定的药材

测定的药材是用全国高等中医院校统编教材《中药学》(凌一揆主编)所载清热凉血药一节中的 6 种中药,分别是犀角、生地、玄参、牡丹皮、赤芍、紫草。犀角禁用改测水牛角,所测药材经鉴定属《中药学》所载品种,符合《中华人民共和国药典》质量标准。

2 测定设备与方法

仪器:J-1 型量子共振检测仪,日本株式会社量子医学研究所生产。

方法:量子共振软件嵌合脏象全息软件,将所测药材进行预处理,按程序要求予以检测,本设备能对生物体或物质中 5 毫高斯(mG)以下极微弱磁场进行准确检测,所以能测出药材归何经及归经值。

3 6 种药材归经的测定结果

《中药学》所载归经情况:生地黄归心、肝、肾经;玄参归肺、胃、肾经;牡丹皮归心、肝、肾经;赤芍归肝经;紫草归心、肝经。

笔者检测的归经情况:生地黄归心经(肝经、肾经);玄参归肺经;牡丹皮归肝经;赤芍归肝经;紫草归胃经(脾经、胃经)。括号内归经,是我院不同批次购入生地黄与紫草所表现的归经趋向不一样,因为无法考证产地与采集季节,所以无法说明归经趋向与产地或采集季节的关系,只能如实列出。水牛角《中药学》及《中药大辞典》均未收载,笔者所测归心经、胃经是根据测出的值排序的,首归心经,次归胃经。

4 讨论

归经是中药学的重要内容,笔者认为,古代对中药归经的认识是对某中药治愈某病后进行经验的总结结果。笔者运用量子共振测定仪对中药归经检定是直观的,对合理指导临床用药和建立标准规范的药材基地将有积极意义。

湖北省罗田县万密斋医院(438600) 闫群

寻求合作

本人经过 20 余年的努力,研究成功治疗小儿痒痒症(湿疹、丘疹性寻麻疹)及多种顽癣、皮炎的方药。具有很高的开发价值和经济效益,希望与有关单位、专家及治疗皮肤病感兴趣的朋友合作。本着共同开发,共同受益,不需对方任何投资的合作方式。

联系地址:湖南省桂东县沙田镇上周江康民诊所,联系人:郭承中,电话:(0735)78681133、13135052811,邮编:423501。