

专 题 笔 谈

何首乌降脂瘦身祛病延年

安徽省含山县人民医院(238100)

沈 开 金

何首乌古人谓其“黑须发、悦颜色”，久服之又能“延年不老”。其说虽难以考证，但从现代角度看，其能降低血中胆固醇、防止血管硬化、抑制肥胖，从而达到祛病延年，临床上屡屡可证。

对于体型过胖的高血压、胆固醇高的患者。笔者临床每以何首乌为主(20~30g)，配以草决明、泽泻、山楂各15g，荷叶5g。长期坚持煎水代茶饮，有降脂瘦身，使部分患者血压有稳步下降之效。如治张某，女，32岁。形体过胖，舒张压长期在110mmHg左右徘徊。用西药心痛定、倍他乐克、尼群地平，服药初期有效，后又上升。用中药平肝降逆化痰之药，效果亦不巩固。后根据患者体形胖(体重81kg)、血脂高(甘油三酯3.6mmol/L，总胆固醇8.2mmol/L)的情况，除用一般降压药维持外，经用何首乌30g，草决明、泽泻、山楂、枸杞子各15g，菊花12g，干荷叶5g。每日1剂，煎水代茶饮。1月后患者体形开始渐瘦，头晕乏力等症有好转，血压145/95mmHg。继用上法治疗1月，体重减为72kg，血压降至130/88mmHg。查血脂：甘油三酯2.0mmol/L，总胆固醇6.2mmol/L。嘱每日早晨服心痛定1粒，继用何首乌等药泡茶，隔日1剂，观察1年，患者的血压、血脂均控制在正常范围之内。

对于血压稍偏高患者，笔者用何首乌、丹参各等分，研末，每日2次，每次6g，温开水冲服。开始可配合少量温和的降压药，迨血压稳定后，可停用降压药，单纯用首乌丹参粉治疗。每日1~2次，每次6g，一般有持续稳定血压之效，避免长期服用降压药之害。特别是对老年高血压伴有冠心病患者，长期服此，不仅对血压有益，亦可预防冠心病发作，达到祛病延年之效。

何首乌善治坐骨神经痛

新疆维吾尔自治区尉犁县人民医院(841500)

车运祥 吴宝娟 艾沙·艾克毛拉

我们在临床实践中以何首乌为主药治疗坐骨神经痛，前后经治217例患者，收效满意，介绍如下。

本组217例患者中，男153例，女64例，年龄18

~72岁，病程2周~数月不等。其症状表现为一侧上肢或下肢疼痛，连及腰部，曲伸时疼痛加重，行动极为不便，以臀部连及下肢后侧腘窝处疼痛或过电样痛，严重者连及足后跟和脚底足趾痛，重者不能翻身伸曲等。下肢神经抬腿试验均为阳性。

治疗方法：何首乌30g，狗脊30g，五味子30g，党参30g，熟地黄30g，巴戟天30g，水煎服，每日1剂，温水煎4次，取药液750ml，每次口服250ml，每日3次。会饮酒者，上方取1剂打碎泡酒1500ml，浸泡6天后取药酒30ml，每日3次服。

讨论：何首乌入肝经，是滋补肝血的要药；加五味子、枸杞子酸性入肝滋补肝力更强；熟地黄补肾水；巴戟天温补肾阳通经脉，其性补脑善走下肢筋脉；加党参扶正补气。诸药共成补而不腻、温而不燥的补肝血、滋肝肾、温阳补水通经脉之剂，以达到通络止痛的作用。

何首乌治心绞痛效佳

河北省霸州市妇幼保健院(065700)

庞 德 立

何首乌苦、甘、涩、微温，归肝肾经，功能补肝肾、益精血、截疟、解毒、通便。笔者从临床实践中体会到，何首乌尚能养心和血，通利血脉，用治冠心病疗效确切。用量30~50g，根据临床不同证型，灵活配伍应用，每获良效。现举2例如下。

例1：吴某某，男，57岁，1999年11月10日初诊。自述患冠心病8年，心绞痛时有发作，近2周发作频繁，每日3~4次，舌下含服硝酸甘油可以缓解。屡服中西药，疗效欠佳。刻诊：心前区憋闷，心绞痛发作则痛及肩背、汗出、乏力，伴心慌、气短、便干，面色萎黄，舌质紫暗、少苔，脉稍数而沉细，左寸尤甚。心电图示：S-T段压低，T波倒置。血脂：总胆固醇8.9mmol/L；甘油三酯4.7mmol/L。予益气养阴、活血化瘀之品7剂。11月17日复诊，疗效不著。此证以阴血亏虚为本，气滞血瘀为标。遂于原方加制何首乌50g。处方：制何首乌50g，黄芪20g，当归10g，川芎15g，生地黄15g，麦冬10g，桃仁15g，丹参30g，延胡索15g，枳壳10g，香附15g，甘草10g，水煎，分2次温服。上方进14剂，心绞痛消失，心慌、气短、便干亦愈，心电图正常。再予本方出入，重用何首乌制散剂，以善其后。处方：制何首乌

150g,黄芪 100g,当归 20g,川芎 30g,生地黄 30g,麦冬 30g,丹参 30g,共为细末,装胶囊,每粒 0.5g,每次服 10 粒,每日 2 次。按此方服用 2 月,心绞痛及余症未发作,心电图、血脂正常。随访 1 年未见复发。

例 2:朱某某,女,52 岁,2000 年 1 月 3 日初诊。患者 1997 年患冠心病,心绞痛时有发作,血脂偏高:总胆固醇 8.0mmol/L;甘油三酯 4.8mmol/L,心电图示:T 波倒置。常用复方丹参片、消心痛、藻酸双酯钠等中西药,疗效不佳,转请中医治疗。症见面色不华,口唇稍暗,左胸憋闷,时疼痛,兼见眩晕、呕恶、纳差,舌紫暗、苔稍腻,脉左细,右关稍滑。处方:制何首乌 30g,当归 15g,川芎 15g,赤芍 15g,半夏 10g,竹茹 10g,丹参 20g,瓜蒌 30g,麦冬 10g,枸杞子 15g,白术 15g,甘草 10g。继续按此方出入共服 21 剂,诸症消失,心电图正常,总胆固醇 4.9mmol/L,甘油三酯 2.5mmol/L。随访半年未复发。

应用单味何首乌可疗痔疮

云南省楚雄彝族自治州中医院(675000)

饶文举

临床应用单味何首乌治疗痔疮,源于我祖父饶玉庭的用药经验,祖父擅长应用单方验方治病,常获满意疗效。笔者随其学医,曾以单味何首乌大剂量内服外洗治愈多例痔疮患者。今介绍如下,供同道参考。

1 方法:痔疮发作期,以鲜何首乌 200g 切片,装入约 20cm 长之猪大肠内,以线扎紧两端,入锅内,加水 1500ml,文火缓缓炖至猪大肠熟透(如水炖干可酌加开水),然后取出猪肠放凉,切片,1 日内分 3~4 次同锅内药汁空腹服完。如无鲜何首乌,可改用干何首乌 100g,研粗末装猪肠,如上法炖服。同时外用鲜何首乌 100g 或干何首乌 50g,食盐 6g,冷水适量煎取药液反复外用熏洗肛门,日洗 3~4 次。连续内服外洗 20~30 天,病情即可控制。此后无须再用上法,可改变给药方式,用干何首乌适量炒黄,研细末,每次冷开水送服 3g,日服 3~4 次,坚持长期服用,直至症状消失,肛门镜检痔疮消退,病情痊愈,方可停药。

2 典型病例:冯某,女,41 岁。大便秘结,肛内坠胀疼痛,大便带鲜血 6 年。肛门镜检确诊为混合痔。痔疮发作时肛内异常坠胀疼痛,大便或劳累时尤甚,常 3~4 日大便 1 次,秘结难解,夹带 1~2ml 鲜血,排便时痛苦难堪,呻吟不止。平时阵发眩晕,乏力,面色苍白无华,舌质红苔薄黄,脉沉细。血常规检查伴有轻度贫血。诊断:混合痔并贫血。证属:毒热壅滞,气血亏虚。遂嘱患者服猪大肠炖何首乌方 1 月,肛内疼痛、便秘、便血

等主要症状消失。续服何首乌研细末方 3 月,眩晕乏力伴随症状消失,贫血纠正,面色及精神好转,体重增加,肛门镜检痔疮消散而痊愈。

3 体会:痔疮多见于习惯性便秘或大便秘结的患者,以毒热壅滞型为主,热迫血行,反复出血可致失血性贫血而兼气血亏虚证候。何首乌为痢症要药,有清热解毒,调补肝肾之功。现代研究发现何首乌所含大黄酚、大黄素等成分能缓泻通便,含多量鞣酸能止血。其清热解毒、通便止血、扶正祛邪功效,适为痔疮对症良药。故痔疮无论虚实,均可施用。

何首乌治疗男性少精不育有良效

甘肃省定西地区医院(743000)

马翠萍

笔者于 1998~2001 年,以制何首乌为主治疗男性少精不育症患者 15 例,取得较好疗效,报告如下。

1 一般资料:15 例均为原发性不育少精症患者,均伴有不同程度的头晕、耳鸣、腰腿酸软等症状。年龄 23~25 岁 3 例;26~35 岁 12 例。病程 2~3 年 10 例,3~5 年 5 例。

2 治疗方法:制何首乌 100g,菟丝子 60g,鹿角胶 60g,枸杞子 60g,海龙 20 条,山药 60g,太子参 60g,将上药研成细末,每次 10g,温开水冲服,每日 2 次,1 个月为 1 个疗程。

3 治疗结果:服药 1 个疗程,精液化验检查成活率为 60%者 3 例。服药 2 个疗程精子成活率 70%者 12 例。

4 典型病例:李某,男,28 岁,1998 年 12 月 14 日初诊。主因婚后 3 年未育。自述腰酸腿软,神疲乏力,体力不健。曾在本院泌尿科检查,生殖器无异常。配偶无妇科疾病。男方精液常规化验结果:灰白色,量约 1.5ml,液化时间 20 分钟,粘稠度 I 级,pH8.0,精子存活率 30%,精子活动力较差,精子计数 $29 \times 10^9/L$ 。给予上方服 1 个疗程。1999 年 1 月 14 日复诊,精液化验结果:灰白色,量约 2.0ml,粘稠度 I 级,液化时间 30 分钟,pH7.5,精子存活率 68%,精子活动力观察尚好,精子计数 $74 \times 10^9/L$ 。上述诸症消除。1999 年 6 月随访,其妻怀孕 3 月。

5 讨论:何首乌苦涩,微温,归肝肾经。制熟能补肝肾益精血,生用能通便解毒。《本草求真》记载:何首乌气温苦涩,阴不甚滞,阳不甚燥,功在地黄天冬之上。能养血益肝,固精益肾。男性精少不育多为肾气衰,精气清冷所致。制何首乌入肝肾经,肝肾同治,精血并补,使肾气盛,真阴充足,从而达到治疗的目的。