

李可认为,保养阳气、固密阳气,首先要从养神做起,最重要的养神方法是“恬淡虚无”,慎忌五志过激,因五志过激最耗人体阳气。应谨记《黄帝内经》教诲:“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来。”因此,恬淡是最重要的修心方法,是防病的第一要旨。

起居方面,李可尤其强调“避风寒”。现代人过用空调,影响了人体与自然界的和谐统一,导致阳气的升浮降沉紊乱,造成无端的耗散,同时将寒气压入体内深层,长此以往则易形成多种疾病。因此,少用空调是疾病预防的重要途径之一。而熬夜与晚起的生活规律则违反了自然界的节奏,也即是违反一日里阳气升浮降沉的规律,这也是造成阳气耗损、寒湿内生的重要原因。因此,避免熬夜、规律合理的作息也是养护阳气的有效方法。此外,居处宜尽量选用向阳、冬暖夏凉的房子,衣物注重保暖。平时多晒太阳(炎夏除外),多接纳自然界之阳气亦是较好的保阳方法。

饮食方面,应注意避免寒凉冷冻饮食,忌辛辣肥甘厚味饮食。养生食物李可首推核桃与木耳。核桃仁为食疗妙品,味甘性温,入肾、肺、大肠经,补肾固精,温肺定喘,养血润燥。黑木耳是著名的山珍,可食、可药、可补;白木耳又名银耳,既是营养滋补佳品,又是扶正强壮之补药。木耳味甘、性平,归胃、大肠经;具有益气、润肺、补脑、轻身、凉血、止血、涩肠、活血、强志、养容等功效。核桃与木耳这两种食物性味温和、温固肺肾、补益气血、又营养丰富。而根据“圆运动”理论,木耳属胃、大肠经,即为“阳明燥金”;

核桃入肾、肺、大肠经,属金属水,皆具有“右降”之力^{[1]27},也即具有敛藏之性。因此李可认为常食令人容光焕发,是养生固阳佳品。

此外,在房事养生方面,主张应注意节欲。《素问·上古天真论》曰“不知持满,不时御神”。纵欲过度,就会过度消耗精力,进而真元耗竭,导致脏腑经络虚损,影响寿命。孙思邈在《备急千金要方》中也提到“六十者闭精勿泄”。所以李可认为房事应该适度限制,节欲是保存阳气阴精的养生措施之一。

在药养方面,对于阳虚体质之人的养生保健方法,尤其中老年人多阳虚寒湿瘀血体质,李可赞成药物养生,建议常服扶阳、固阳中药丸散,如培元固本散、附桂理中丸等。培元固本散符合“脾胃为后天之本,万物生化之母;补中土以灌溉四旁,健后天以助先天”之理。从健脾养胃、补气生血、补肺定喘、养心安神、添精益髓、强筋壮骨,而使先天肾气旺盛,从而有改善体质、重建人体免疫力、促进生长发育、健脑益智、延缓衰老、却病延年之效。建议体虚者选用。

阳气是人生立命的根本,是生存的根本,更是健康的根本。根据李可老中医“春夏养阳,秋冬固阳”的原则,一年四季,春夏秋冬,养生终不离固护阳气,因此,“养生之要,固阳为先”是李可养生的核心观点,也是他对《黄帝内经》养生精髓深刻理解后的凝炼。

参考文献

[1] 彭子益. 圆运动的古中医学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2007.

(收稿日期: 2010-11-03; 修回日期: 2011-02-18)

[编辑: 李 巍]

浅析中药药引在方剂配伍中的作用

张 雷

昆山市中医医院药剂科, 江苏省昆山市朝阳路 189 号, 215300)

* 通讯作者: zhl0320@163.com, 13912658972

[摘 要] 中药药引是中医遣方用药的特色, 使用得当可以扬长避短, 使药物更好地发挥作用。药引的应用广泛而悠久, 但面临逐渐下降的趋势, 还有待中医药人员不断继承和发扬, 根据临床实际需要巧妙使用。

[关键词] 中药药引; 配伍; 临床作用

“药引”又称“引药”, 是中医学中独特的配伍形式, 能引导诸药直达病所, 适应病情的需要, 以更好发挥临床疗效。人体经络是气血运行的通道, 内连脏腑, 外络肢节而成统一整体, 合适的药引可“引经

报使”, 具有引导药物发挥疗效, 扩大方药应用范围, 兼有减毒增效、调和脾胃及矫味等功效^[1]。

1 药引的使用传统

中医辨证立法精准, 但是能否收到预期效果, 还

要看方剂配伍是否妥当。张睿《医学阶梯》云：“汤之有引，如舟之有楫。古人用汤，必须置引。”尤在泾亦语：“药无引使则不通病所。”可见古对方剂中药引的应用十分重视，并积累了丰富的临床经验，其作用也逐步得以阐述并完善。宋代第一部成药典《太平惠民和剂局方》的颁布促进了成药的发展，同时也促进了药引的广泛使用^[1]，如八正散用灯心以导热下行；失笑散用醋调服，引药入肝经，同时对瘀血疼痛有效；凉膈散用白蜜，既可缓和硝黄之峻，又能存胃津，润燥结。对于不同治疗目的，明代龚廷贤指出：“汤剂治至高之分加酒煎，去湿加生姜煎，补元气加大枣煎，发散风寒加葱白煎，去膈病加蜜煎，止痛加醋煎”。

2 药引的临床作用

药引属于配伍法则中的使药，亦药亦食，不一而足。《资医经》全面总结了其作用：“酒入药为引者，取其活血行经；姜入药为引者，取其发表凝；小枣入药为引者，取其消散开胃；大枣入药为引者，取其补血健脾；灯心入药为引者，取其得睡神归；葱白入药为引者，取其发散诸邪勿住；莲实入药为引者，取其清心养胃和脾。”其主要作用如下。

引药归经：药引可使药物直达病所，充分发挥治疗作用。如参苓白术散用桔梗为引，似舟楫载药上达上焦以益肺；当归四逆加吴茱萸生姜汤中用吴茱萸、生姜为引，直走厥阴引诸药散陈寒；龙胆泻肝汤中以柴胡为引，引诸药入肝胆以增强条达肝气之功；失笑散中用醋调服为引，引药入肝以解肝经瘀血疼痛^{[2]151}；治疗肾阴虚的六味地黄丸、大补阴丸以淡盐水为引送服，乃取咸能引药入肾之意，直入下焦而发挥作用。

增强疗效：药引有时虽为辅药，却能提高主药疗效。如治疗风寒感冒的辛温解表方中，常以生姜或葱白为药引，增强发汗解表作用；又如八正散中用灯心草为引，既可导热下行而通关窍，又能增强通淋除湿的作用；炙甘草汤中用清酒煮煎为引，和姜、桂共增疏通气血、通利脉道之功^{[2]101}。

缓和药性或降低毒性：有些药物作用峻猛，加些药引可缓和药性，保护正气。如麻黄汤、桂枝汤中用炙甘草为引，以缓和麻、桂峻烈之性；凉膈散用白蜜为引，既能缓和硝、黄峻泻之功，又可助硝、黄以推导之力；十枣汤峻下逐水之力甚烈，易克伐正气，用大枣 10 枚煎汤取汁送服，以枣之甘缓解诸药峻烈之性及其毒性，使下不伤正^[3]。有

些生药有毒如川乌、草乌，在使用时加入生姜、饴糖等药引可降低毒性。

顾护脾胃：有些药物对脾胃有影响，易刺激胃肠道，使消化吸收功能下降或出现胃肠道反应，加些药引可保护脾胃。如清热解暑的白虎汤苦寒败胃，加入粳米为药引既能益胃护津，又可防止大寒伤中之偏；三黄石膏汤对胃有不良刺激，加生姜、大枣作药引，缓解其对胃的刺激。

矫味作用：有些药物味重难咽，可以红糖或冰糖为药引，以减轻异味。历代医家常以甘草为药引，因其既能调和诸药，又起矫味作用；酒亦是常用之引，如活血止痛散、跌打活血散二方中都含有土鳖虫等有不良气味的药材，采用黄酒为引可起到矫正气味的作^[3]。

但正如用桔梗为引上行以治咽喉病，用桑枝为引以治上肢病，用牛膝为引以治下肢病，用羌活为引以治足太阳膀胱经病，用生姜为引以发表，用灯心草为引以清心通淋等，使用药引也要有的放矢，需根据疾病表现、病变部位以及治疗目的、药性特点等因素而定。如《伤寒杂病论》中桂枝汤用生姜、大枣，既可辅助发挥汤剂的发汗功能，又可升腾脾胃生发之气而调和营卫，堪称使用药引的典范；而归脾汤也用生姜、大枣，却不是为了发汗，乃是有助补脾益气之功，可见一定要辨证使用药引。总之，药引虽仅是处方中的配角，正确应用却能引药入经、提高疗效、矫正药味、利于服用，有着画龙点睛之妙，实当辨证配伍，从而提高疗效。但是当前在方剂配伍中药引的应用少有进展，甚至有渐被忽略的趋势，亟待继承和发扬，使药引理论得以深化和实践，促进中药临床疗效的发挥。

参考文献

- [1]王明喜. 中药“引经药”与“药引”[J]. 中医药学刊, 2006, 24(6):1143.
- [2]许济群, 王绵之. 方剂学[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1985.
- [3]刘书堂, 刘井利, 那海芬. 中药药引的作用和临床应用[J]. 中草药, 2007, 38(8): 附 6-7.

(收稿日期: 2011-01-28; 修回日期: 2011-03-04)

[编辑: 李 巍]

更正: 本刊 2011 年第 52 卷第 10 期第 897 页倒数第 7 行“以散风寒”应为“以散风热”，特此更正，并向读者致歉。

本刊编辑部