

从老方活用治好父亲久咳想到——

中医没有秘方

中国中医科学院西苑医院 李 博

门诊临床中，总有人不厌其烦地找我要秘方，根深蒂固的认为，秘方才是中医的精华，每个秘方对应一个病症，就连我的爸妈也这么认为。

一次，我从坦桑尼亚回来，正好赶上父亲久咳不愈。我给老爸做了听诊，确定肺部没有问题，偶有心脏早搏，但无需专治；又问了饮食，二便以及最近的睡眠；最后看了舌脉，舌淡苔白，脉位偏内，脉沉结。

结合医院支气管肺炎的诊断，加上父亲有原发性高血压，我中医诊断为

咳嗽，气阴两虚证。肺炎经抗生素治疗已属无菌性的炎症，更多考虑的是操劳导致的气阴两虚，最明显的证据就是疲劳无力，以及劳累后咳嗽加重。

中医认为“五脏六腑皆令人咳，非独肺也”。张景岳说“肺不伤，不咳；脾不伤，不久咳；肾不伤，火不炽，咳不甚”，咳嗽开始肯定和肺有关系，如果一直缠绵未愈，就肯定和其他脏器有关。父亲的病就是这样。

所以我给他制订了益气养阴止咳的治则，选用了参苏饮和麻杏二三汤进

行加减。紫苏叶10克，太子参15克，炙麻黄3克，杏仁10克，半夏10克，陈皮10克，薄荷10克，黄芩10克，桑白皮10克，炙甘草8克。

2剂见效，5剂后觉得全身有力，我再给5剂，并加用五味子10克和桔梗10克以补肺养阴，以及加用成药六味地黄丸6克每天两次，促进肾阴以金水相生之法，更好地乘胜追击，恢复身体的平衡。

父亲的病好了，爸妈很高兴，问我是什么秘方，还问是不是从坦桑尼亚学来的。我很明确地告

诉他们，中医没有秘方，方子是我自己确定的。

爸妈似乎很困惑，我也知道，打破观念很不容易。用一种药物，就可以治疗一种疾病，是每个人的良好愿望，于是，就会形成很多传统的“秘方”。

实际上，很多在临床上有效的中医方剂都是公开的，如何使用才是核心价值。根据患者的主诉，病史，临床表现，综合分析能力，准确把握患者状态，知道如何遣方用药，并且和患者良好的沟通，确立最适合的诊疗方案，才是真正的秘方。

■养生有方

花季中医说吃花

中国中医科学院广安门医院食疗营养部主任 王 宜

■槐花

生槐花苦寒之性较强，长于清肝泻火，清热凉血。多用于血热妄行，肝热目赤，头痛晕眩，疮毒肿痛。炒槐花苦寒之性缓和，并破坏了酶的活性，利于保存有效成分，用于脾胃虚弱的出血患者。槐花炭清热凉血作用极弱，收涩之性增强，偏于止血。

槐桑茶：槐花6克，嫩桑叶10克。沸水浸泡。代茶饮（三杯法）有清肝明目，兼以疏散风热之效。适用于肝热或风热目赤。

由于槐花比较甜，糖尿病人最好不要多吃。粉蒸槐花不易消化，消化系统不好的人不宜过量食用。过敏性体质的人也应谨慎食用。

■菊花

白菊花性味相对甘一些，故清热解毒疏风的作用较弱，而平肝明目的作用较强，故常用于高血压以及配伍应用于肝阴虚、肝阳亢所引起的头晕、眼花、目干等。

黄菊花性味相对苦一些，所以清热解毒疏风的作用较强，故常用于外感头痛发热、疮疡肿毒及目赤肿痛等。

黄菊茶：黄菊花6克，茶叶6克，水煎服，每日2次。能祛风清热解表，适用于风热感冒，头痛发热。

■桂花

桂花性温、味辛，入肺、大肠经，煎汤、泡茶或浸酒内服，有温中散寒、暖胃止痛、化痰散瘀的作用，对食欲不振、痰饮咳嗽、痔疮、痢疾、经闭腹痛有一定疗效。

双花水：桂花3克，菊花3克。用开水冲泡漱口，每日2~3次。可芳香清胃。适用于胃热口臭。

桂花米酒：桂花30克，米（白）酒250克。浸泡1个月后饮服。痛时服少许。能温胃散寒，理气止痛。适用于腹中寒痛。

天气回暖 放血除痘

健康时报特约记者 杨 璞 侯晓云

气温回升，不少年轻人脸上的痘痘也“热闹”起来，在南京市中西医结合医院针灸科，记者看见三位穿着时尚的漂亮女孩正在接受中医除痘治疗。

医生让女孩将头发绾起，用注射器的针头在她后背脊柱附近扎了三个呈三角形排列的小孔。紧接着，医生在小孔上盖上了三个经过加热的玻璃罐。在玻璃罐真空吸力的作用下，针孔开始冒出一股细细的鲜血，附近的肌肉开始膨胀、发红，暗红的血液逐渐浸红了罐缘。大概过了5分钟，医生将玻璃罐去掉，用碘伏擦干净血迹，几乎看不见针眼。

过程如此“血腥”，但接受治疗的女孩却说，反正在背上，不特别痛，也不恐怖，这已经是她第二次接受这种治疗了，不少女同事都试过。

南京市中西医结合医院针灸科陶雪芬医生说，“放血”疗法是中医外治法中的一种。由于放血治疗快捷、便宜，而且在治疗各种痛证、热证等疾病方面（如风热感冒导致的喉咙肿痛、热性体质的痤疮等）效果不错。

甲状腺机能亢进患者可配合中药茶饮方调养。若是体质偏“肝火”较明显者，可用夏枯草、菊花等入方调理，帮助降肝火。如果是气滞痰凝，出现甲状腺肿的现象，可配合贝母、蒲公英等入方做成茶饮方，作为日常保健。



中药故事 24

有一味补气养阴的中药名叫黄精，名字来自一位姑娘。相传，从前一个为富不仁的财主家有一位出身很苦的丫环名叫黄精，由于容貌出众，财主欲强娶其做小老婆。一天深夜，黄精姑娘趁人不备逃出财主庄园，财主知情后命家丁立即追赶。黄精姑娘在黑暗中慌不择路逃到了一座悬崖边。抱着宁死不屈的信念，她狠心跳下了悬崖。

幸运的是，她被半

甲亢可试茶疗

北京市西城区民政中医门诊部副主任医师 曹淑芬

甲状腺机能亢进患者如体质属于偏“肝火旺”，可见脸热明显，多汗，口苦，口渴，肢体颤动等现象，可选择“夏枯草菊花饮”，准备夏枯草25克、菊花10克，以开水冲泡或水煮取汁，代茶时饮用。或是“决明子菊花饮”，准备炒决明子25克、菊花

10克，以开水冲泡或水煮取汁，代茶饮。

若患者属于偏“气滞痰凝”，甲亢兼出现甲状腺肿的现象，可选择“香贝煎”，准备香附25克、浙贝母15克、牡蛎50克，加水煎服。或是“蒲公英茶饮”，准备蒲公英25克煎汤代茶饮。

黄精姑娘的传奇故事

上海执业药师协会 邬时民

山腰的一棵树挡了一下，随后摔到了树旁的一个小斜坡上。过了一个时辰，浑身疼痛的黄精姑娘苏醒过来，感到饥肠辘辘，又没有吃的，无奈之下她只能用野草填饱肚子。一天，她拔了一根手指般粗的草根，放在嘴里咀嚼感到有点甜，味道很好。于是，以后她就用这种草根当粮食。

黄精姑娘渐渐感到自己羸弱的身躯变得有力

了，一晃数月她终于找到了一个村落。村上人听到她的故事啧啧称奇。一位采药老人闻讯，请求黄精姑娘带他上山找到了这种草。采药老人品尝后觉得确实味道不错，吃了很舒服。于是，他就用这种草根为村里人治病，服用这种草根后，原先体衰者逐渐身板硬朗。因为黄精姑娘发现了这种草根能够治病，所以大家给它起了个“黄精”的名字。

药理分析：

黄精以根茎入药，味甘、性平，无毒。功能滋肾润肺，补脾益气。用于治疗脾胃虚弱，体倦乏力，口干食少，肺虚燥咳，精血不足，内热消渴等症。现代研究证实，黄精有助于降低血糖，减轻冠状动脉硬化程度，还有抗氧化、抗疲劳，延缓衰老的作用。