

崔知悌：是良相亦是良医

□黄新生

在唐朝，有一位副宰相名叫崔知悌，许州鄢陵（今河南鄢陵）人，历任洛州（今河南）司马、度支郎中、户部员外郎、殿中少监、中书侍郎（副宰相）、尚书右丞（副宰相）、户部尚书等职。崔知悌仁厚，表现在他把全部业余时间用来悬壶济世上。崔知悌医术精湛，尤其擅长针灸，在临床诊治、审病制方方面颇多新意。

崔知悌的医学著作，有文献可考的主要有《纂要方》十卷、《骨蒸病方》一卷、《产图》一卷，现在均已亡佚。书中部分内容被唐开元年间王焘编著《外台秘要》收录，从中可见其梗概。《纂要方》是《本草纲目》的引用书目之一，据说崔氏八味丸、黄连解毒汤、桃花散等方剂就来源于《纂要方》。

《骨蒸病方》是崔知悌的代表作。“骨”表示深层的意思，“蒸”是熏蒸的意思，形容阴虚潮热的热气自里透发而出，故称为骨蒸。骨蒸病就是现在所说的结核病，过去俗称“癆病”。《骨蒸病方》是最早的用针灸治疗结核病的专著，书中专门论述骨蒸的灸疗方法，并附有图形，易学易用。原书已经亡佚。《外台秘要》载其文，称《灸骨蒸方图》。至于应用这种灸法治疗结核病的疗效，据作者自序称“前后瘵者（痊愈的人），数过二百”。据考证，崔知悌在书中提出骨蒸（肺结核）与瘵病（颈淋巴结结核）同源，这是最早的关于肺结核和颈淋巴结结核关系的科学论述。据外国学者考证，崔知悌还在书中最早论述了单纯性甲状腺肿和颈部实体肿瘤的鉴别诊断和治疗。

除了用药物和针灸治疗疾病外，崔知悌还发明了多种治疗疾病的方法，如蒸汽法、熏吸法、通便法、导尿法等。据说，崔知悌还发明了许多医疗器械，可惜也都失传了。

宅心仁厚，审病制方有新意；宵衣旰食，良医良相是一人。崔知悌，既是一位兢兢业业的宰相，也是一位宅心仁厚的医生。（作者供职于武陟县卫生计生委）

踏药渣的传说

有人吃完中药后，往往把煎过的药渣倒在路口，有时还一一摊开。这到底有什么讲究呢？据说这跟药王孙思邈，名医李时珍有关系。

相传，孙思邈的医术实在是太高明了，于是就连天上的飞龙和山中的猛虎都来找他看病。有一天，一只斑斓猛虎咬住孙思邈的衣角不放，苦苦哀求他为它治病。孙思邈把老虎医好后，老虎为了报恩，答应不再伤人，还自动担当起孙思邈的警卫和坐骑，每天随孙思邈出诊。但这一来，却引起了老百姓的不安与恐慌，人人谈虎色变，不寒而栗。孙思邈见事与愿违，就想出了一个两全其美的办法：他告诉老百姓们，只要把吃剩的药渣倒在门口的大路上，他就知道谁家有人病了，

（安济生）



联系人:刘静娜 投稿邮箱:570342417@qq.com

本版图片均为资料图片

书要多读，又不能尽读，怎样读才能效果更好呢？我个人体会，应有选择地读。对于中医书，我大致分为精读之书和粗读之书。对于精读之书，要反复读，多下功夫；对于粗读之书，顾名思义要读得粗略些，一览而过。但不可忽视粗读之书也有精的部分，这一部分同样要精读。如何读中医书才更高效？我概括为“七重”。

如何读中医书？

□张磊



重背诵

学习固须勤奋，亦应讲究方法。以读书而言，背诵是打好中医基础最根本的方法，而且越早背诵越好。如盖房一样，一块砖一块砖砌起来，然后才能粉刷。背诵也是为后来领悟、理解和运用中医知识打下基础。初学医时先背诵《雷公药性赋》《汤头歌诀》《濒湖脉学》等，继背《黄帝内经》《难经》《伤寒论》《金匱要略》等经典著作。

重笔录

俗话说：“好记性不如坏笔头。”读书背诵固然重要，但面对汗牛充栋的中医典籍、博大精深的中医理论及丰富多彩的临床经验，都记住不忘是不可能的。因此，对重要段落、观点做好笔录是非常重要的。系统学习中医理论是必要的，这是一个循序渐

重经典

我认为，为医者，尤其为上医者，四大经典不可不读。纵观历

重得要

读书不仅要“博”，还要由博返“约”，能够领会或掌握一本书、一段文章的精华所在，对重要篇章或段落，要精读，反复读，重点语句还要朱笔圈点，得其要旨。阅读《医学心悟》后，我认识到医生应具备“五知”。

重心悟

学习中医典籍，不能仅停留在字面意义上，尤其对经典著作，其理深，其义奥，非潜心研读，穷思精悟，莫得其要。如我对《阴阳应象大论》“阴阳者，天地之道也……治病必求于本”中

重持恒

自学医以来，我看书学习从不间断，持之以恒。如“达郁法”的形成，我首先取法于《素问·六元正纪大论》的“五郁”，继以《伤寒论》中治“少阴病，四逆”的四逆

重广博

除经典著作之外，还要阅读很多后世医家著作。我常说，医家要博览群书，广得其益。学习病因病机，除背诵“病机十九条”外，还要读《诸病源候论》，可以明了病因病机学理论；中医诊断方面，要读《医宗金鉴·四诊心法要诀》，该书造精微，通显幽，易学易

代大医家、有突出成就者，都是从读经典起家的。根深则叶茂，本固则枝荣。《黄帝内经》为中医理论之渊数，为医不读《黄帝内经》，则学无根本，基础不固。后世医家虽然在理论上多有创建，各成

一是知理。《景岳全书·传忠录·明理》中说：“万事不能外乎理，而医之于理尤切……故医之临证，必期以我之一心，洞病者之一本，以我之一，对彼之一，既得一真，万疑俱释，岂不甚易？一也者，理而已矣。”二是知病。知病首先要求本，其中最重要的是求病因、病性和病体之本。《素问·至真要大论》中说：“必伏其所主，而先其所因。”三是知动。人是一个时刻不停的活动机体，

的“治病必求于本”体会较深，临床治疗中应该求病因之本，求病机之本，求病性之本，求病位之本，求病体之本。再如《素问·至真要大论》中“谨守病机，各司其属。有者求之，无者求之；盛者责之，虚者责之。必先五胜，疏其气血，令其条达，而致和平”这段经文，我从中悟出了“疏利法”，提炼出“动、和、平”的学术思想。所谓“动”，是指正常情况

散和《丹溪心法》治疗“六郁”的越鞠丸化裁，组成“达郁汤”。随着临床实践的深入，理论知识的不断积累，我结合吴又可《瘟疫论》中达原饮之义，在原方的基础上，又加入檳榔、苹果、黄芩，使治疗五脏六腑之郁的力量更大，功效更全面。又如在阅读医案方面，我读《临证指南医案》《吴氏医话二则》等。这些书涉及疾病广泛，

懂，切于实用；方剂学知识，应读《医方集解》，该书辨证论方，贯通理法方药；中药学方面，可参阅《本草纲目》，其内容丰富，理明义详。我崇尚《脾胃论》，善用李东垣的补中益气汤治疗气虚发热、气虚头痛等疾病。王清任的《医林改错》本着求实精神，敢于创新，敢于纠古人之错，论述了血瘀所致病症，丰富发展瘀血学说。我主张多读名家医话医案，因为

一家之说，但就其学术思想的继承性而言，无不发轫于《黄帝内经》，故读《黄帝内经》《难经》《神农本草经》，目的在于掌握中医理论之根本。读经典著作时，要参阅相关著作。

疾病是一个动态的病理变化，尤其用药治疗后，其变化更是明显，所以医者不但要知病之为病，而且要知动之为动。四是知度。要把握好对患者的治疗尺度和用药尺度。“谨察阴阳所在而调之，以平为期。”五是知误。既要知他医之误，又要知自己之误，误必纠之，即“观其脉证，知犯何逆，随证治之”。最怕的是不知误，“一逆尚引日，再逆促命期”。

下，人体是一个时刻不停地在“和”的状态运动的有机整体；其次，人体的病理是在“失和”状态下运动变化着的机体；再次，针对运动变化着的机体，疾病，病症，其理、法、方、药也应随之而动；最后，治疗的目的，使失去“和态”的机体，得到纠正，重新建立新的和平动态，达到“阴平阳秘”。这些都是所强调读书要读到无字处的体现。

论述精辟，见解独到，对临床治疗启发很大，对完善临床辨证思维很有帮助。《程门雪医案》《蒲辅周学术经验集》《岳美中医文集》等，均为辨证精细、理验俱丰、见解独到的医著。当好一个中医不容易，尤其当一个水平较高的中医，更不容易。深知自己的不足，在祖国医学博大精深海洋里，奋力搏击才能前进！

医案是医生临床经验的体现，是非常珍贵的医籍，读之能得到很多启发。根据不同内容，或取其论，或取其方，或取其法，或取其巧，或取其妙，对其中最精要部分，更要细读，反复读，悟其理，会其意。对各家学说合读则全，分读则偏；去粗取精，扬长避短。学问并非尽载名家论著，广采博搜，不嫌点滴琐碎。

（作者为国医大师）

阴平阳秘防秋燥

关于节气

精神调养在秋天非常重要，人们容易“悲秋”，所以要培养乐观情绪，保持神志安宁，以适应秋天平容之气。

白露后，我国大部分地区降水显著减少，气温逐渐转凉。俗话说：“白露秋分夜，一夜冷一夜。”

秋分时，我国大部分地区已

经进入凉爽的秋季，南下的冷空气与逐渐衰减的暖湿空气相遇，降水频繁，气温下降明显，白天、夜晚温差进一步拉大。《春秋繁露》中记载：“秋分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”

天气好的时候，多外出走走，享受大自然的美景，排解一下秋愁。最适宜的运动莫过于登山

了，在晴朗的日子里，登高望远，看万山红遍，层林尽染，使自己身心愉悦，心旷神怡。登山使心情愉快的同时，还锻炼了身体，使身心都得到放松，从而消除不良情绪。

在秋高气爽的日子里，人们往往会出汗口干、唇干、鼻干、咽干及大便干结、皮肤干裂等，可适

当地多食用一些含维生素的食品或用中药食疗。

饮食宜忌

宜多食：西洋参、沙参、百合、杏仁、川贝、冬瓜、黄瓜、萝卜、梨等，还可食用葱白、生姜、豆豉、香菜预防、治疗感冒。

忌食：鱼、虾、海腥，如带鱼、螃蟹、虾类、韭菜、辣椒等。

推荐食疗

梨粥

用料：梨两个，粳米100克。

制法：洗净后连皮带核切碎，

加粳米100克煮粥。

功用说明：有生津润燥、清热化痰的功效，亦可用作秋季保健食品。

（张涵）

杏林春暖满金城 医者仁心惠民生

——走近灵宝市中医院副院长罗跃东

□范怡雯

“罗院长对病人真好！”“罗院长治病就是灵！”这是百姓们对灵宝市中医院副院长罗跃东的评价，也是罗跃东“仁医、仁心、仁术”的真实写照。

罗跃东已是近60岁的年纪，数不清的荣誉和奖章见证着他工作的兢兢业业。2000年2月，罗跃东被三门峡市人民政府评为“三门峡市第三批跨世纪学术和技术带头人”；2007年，被三门峡市总工会授予“2007年度三门峡市职业道德建设十佳职工”称号；2009年4月，被河南省人民政府授予“河南省劳动模范”光荣称号；2009年至今一直居于“三门峡市拔尖人才”之列；2014年5月被评为“灵宝市十佳名医”；2015年2月被灵宝市委、市政府授予“十佳最美灵宝人”称号；2017年8月

被国家人力资源和社会保障部、国家卫生和计划生育委员会、国家中医药管理局评为“全国卫生计生系统先进工作者”。

罗跃东还是灵宝市政协委员。除了本职工作以外，他也积极参与参政议政，发挥民主监督的作用，共上交提案11份、调研报告3份，多次参与政协调研。特别是对卫生、中医工作，他提了许多合理化建议，对中医发展及尊医重卫风气的形成发挥了积极作用。2016年2月，他被评为“灵宝市第十二届委员会优秀政协委员”，2016年4月被中共灵宝市委授予统战工作先进工作者。

视患如亲

以患者信任为己任

2011年元月的一天，罗跃东

像往常一样加班到下午1点多才处理完最后一个患者。他拖着疲惫的身躯刚下到一楼，一位风尘仆仆的老人拦住了他，恳求他帮忙给自己的老伴儿诊治胃病。该老人说老伴儿患胃病多年，他们多方求医，跑了很多地方，但收效甚微，这次也是听了别人的介绍后，专程从深山区倒了好几次车才来到这里。罗跃东了解情况后，不顾自己还未吃午饭，立刻返回诊室了解病情。他没有让患者的希望落空，经过两个疗程的治疗，使患者康复了。

这种加班加点的情况几乎算得上是罗跃东的工作常态。长年下来，他积劳成疾。2012年7月的一个深夜，他因剧烈腹痛，被紧急送到上级医院。经过治疗，症状缓解，医生要求他住院观察。

但他一想到第二天还有很多患者在等他看病，就坚持不住院，要回家治疗。第二天早上8点，他又准时出现在诊室里。2012-2013年，他先后住院3次，次次都是在身体还没有完全恢复的情况下毅然回到工作岗位上。对于自己的身体，他很少担忧。但从3次就医经历中，他更深切地体会到了患者的不易，从而在工作中换位思考，将心比心地对待患者。“患者的信任比任何称赞都来的实际。”罗跃东常这样说。

妙手回春

以不断钻研为己任

曾有一位患者患头晕目眩症，严重的时候行走都踉踉跄跄，尽管去了多家医院治疗，但效果都不尽如人意，一拖就是6个

月。无奈之下，患者向罗跃东求助。经过仔细诊察后，罗医生诊断患者为郁证，是痰浊阻滞、清阳不升所致。他对症下药，用半夏白术天麻汤合黄连温胆汤治疗。一段时间之后，虽然患者的眩晕症状明显减轻，但仍然不能除根。看来仅仅用这样的办法是不够的。于是，罗跃东查阅了大量的中医古籍，同时与西医专家频繁通话，讨论疗法。最终，在中西医结合治疗下，患者的病情得到控制。

但是，罗跃东从未满足于已有的成绩，而是不断刻苦钻研医学知识，力求精益求精。除了大量阅读书籍，他还立足于临床，潜心科研，主攻内科疑难杂症。他对反流性食管炎、部分妇科疾病如月经病、乳腺病的治疗有独到

之处。这些年来，他已在国家级杂志及中医药核心期刊上发表论文20余篇，获科研成果奖多项，获灵宝市科技杰出贡献奖1次。生命不息，学习不止，这是一位医者的使命与责任。

清正廉洁

以服务人民为己任

对罗跃东稍有了解的人都知道，“不要红包，拒收回扣”是他的原则。对于患者，他的付出永远多于回报，借钱给贫困患者治病也是常有的事，而自己的生活却远谈不上富裕。几年前，他在北京理工大学读研的儿子考上了美国一所大学的博士，虽然罗跃东很为儿子高兴，可高昂的学费和家庭财产保证金对于他来讲却是一大难题。

看到这种情况，懂事的儿子提出了放弃深造……罗跃东自始至终坚守道德，坚守良心，一心为人民服务。

“关爱乡村，服务农民”是罗跃东矢志不渝的夙愿。尽管他晕车严重，但这些年来他经常深入矿山、农村，为工人、农民义诊，平均每年下乡义诊10次左右，接诊近千人，走遍了灵宝的所有乡镇。他还多次带领中医院专家团队深入阳店、豫灵等乡（镇）的卫生院指导中医治疗，传授中医实用技术，受到基层卫生院欢迎。他常说“医乃仁术”，宁愿自己受点儿累，也要方便群众。

把职业当使命，把患者当亲人。罗跃东撒下的大医精诚的种子会在崤函大地、黄河之滨生根发芽。