

■ 读书时间

# 仙踪望断存良方

□ 黄新生

看过《西游记》的人一定记得,在天庭上,有4位法力高强的神仙,名叫“四大天师”。“四大天师”中有一位葛天师(葛玄),道教称之为“金阙内相,左公仙翁”,传说葛天师是东汉末年的葛玄修道成仙。

葛玄有一位比自己还有名气的侄孙,名叫葛洪。传说葛洪也是修道成仙之人。《晋书·葛洪传》里有对他死后的描述,“其颜色如生,体亦柔软,举尸入棺,甚轻,如空衣。世以为尸解得仙云”。但是,葛洪留芳青史却并非因为修仙,而是源于其在医学上的巨大贡献。

葛洪字稚川,号抱朴子,晋丹阳郡句容(今江苏省句容县)人,生于西晋太康五年(284年)。此时西晋刚刚消灭吴国,天下复归一统。葛洪从小学习的就是《论语》《诗经》《易经》等经世致用的儒家经典;他曾被任命为将兵都尉,参与平定扬州农民起义。由于受家庭的影响,他拜从祖父葛玄的徒弟郑隐为师,

学习黄老之学(黄帝学派和老子学派的合称)。

平定扬州农民起义后,葛洪来到京城洛阳,想顺便寻找一些修仙问道的奇书。这时的洛阳正处于八王之乱中,葛洪知道,刚刚统一的国家,又要陷入混乱了。恰巧此时广州刺史嵇含请葛洪参军,嵇含是葛洪的好友。听到消息后,葛洪欣然前往,希望由此避开中原的战乱。广州也不是世外桃源。葛洪到达广州不久,嵇含被刺杀,葛洪失去了依靠,被迫滞留。广东的罗浮山曾经是葛洪从祖父葛玄修仙炼丹的地方,没有着落的葛洪便上了罗浮山。从此,葛洪便把修仙炼丹的业余爱好当成了职业。

为了进一步提高自己的炼丹水平,葛洪拜南海太守鲍玄为师,学习炼丹术。由于深得鲍玄喜欢,葛洪还娶鲍玄之女鲍姑为妻。鲍姑精通医学,尤其擅长针灸,是中国历史上有名的女针灸师。

葛洪虽然没有炼成仙丹,但通过炼丹掌握了许多化学知识和医药学知识。比如,丹砂(硫化汞)和水银的互相转化;松节油治疗关节炎;铜绿(碳酸铜)治疗皮肤病;雄黄、艾叶可以消毒;密陀僧(氧化铅)可以防腐等。更难能可贵的是,葛洪将这些知识全部记载下来。

葛洪一生著作颇丰。《晋书·葛洪传》记载其主要著作有“碑诔诗赋百卷,移检章表30卷,神仙、良吏、隐逸、集异等传各10卷,又抄《五经》《史记》《汉书》百家之言、方技杂事310卷,《金匮药方》100卷,《肘后备急方》4卷。”葛洪的主要医学著作有《金匮药方》100卷,《神丹服食方》10卷,《服食方》4卷,《玉函方》5卷,《肘后备急方》4卷等。其中《肘后备急方》尤为著名,对后世影响巨大。

葛洪认为,医生处方用药要以“价廉、简便、灵验”为原则,选择和实施医疗措施要力求“救急、方便、实用”。《肘后备急

方》就是这种思想的充分体现,“肘后”是指这部书篇幅较小,可以悬于肘后,随身携带;“备急”是指应急之意。比如,《肘后备急方》里记载青蒿治疗疟疾,不但廉价简便,而且实用方便。

当年为了发明抗疟疾的新药,“523”项目组(是指代号为“523”的疟疾防治药物研究项目)提取了数以万计的中药成分,但抗疟疾效果都不理想,其中也包括青蒿的提取物。面临研究困境,屠呦呦重新温习中医经典书籍,以求寻出答案。当她认真阅读了《肘后备急方》“青蒿一握,以水二升渍,绞取汁,尽服之”的记载后,发现青蒿不是煎服,而是绞汁服用,想到可能是由于加热,破坏了青蒿中抗疟原虫药物成分的活性,于是改用沸点较低的乙醚提取,青蒿素由此研制成功。

除了青蒿治疗疟疾,《肘后备急方》对伤寒、痢疾、时气(疫)、流行性传染病、瘟疫、疫病

(急性传染病)、狂犬病、结核病、丹毒病、沙虱病、马鼻疽以及食物中毒等疾病都有深刻的认识和医学见解。西方的医学界认为最早记载天花的是阿拉伯的医生雷撒斯,而葛洪对天花流行的天花病状及治疗,比雷撒斯对天花病的描述早了500年。关于结核性传染病,葛洪已认识到这类病有极强的传染性。因此,他告诫人们一旦患上此病,不要害怕躲避,而应当及时隔离治疗。关于对沙虱病的认识及治疗,葛洪比日本医学界早了1000多年。

另外,葛洪还率先将金石类无机药物和用化学方法合成的各种丹药用于临床治疗中。比如,将盐水用于霍乱、腹痛、伤寒、中风、疮疡伤口的清洗;水煮煎石渍足治疗猝死;用矾石末(煅研末)贮藏中置腋下治疗狐臭;用水银、胡粉、猪脂合药治疮疤等。

(作者供职于武陟县卫生计生委)

## 掌握《十问歌》自辨寒热虚实(下)

**问胸腹**

胸腹是脏腑所在之处,且各有其部位所属。问胸腹主要是辨别脏腑病证,主要包括胸闷、心悸、肋胀、脘痞、腹胀等。胸闷多与心肺等脏器气机不畅或寒热虚实有关;心悸多是心与心神病变的反应;肋胀多为肝胆及其经脉的病变;脘痞多为脾胃病变的表现;腹胀多为气机不畅所致。

**问耳**

“耳虽少阳之经,而实为肾脏之官,又为宗脉之所聚,问之非惟可辨虚实,亦且可知死生”。有听力略减退或听觉迟钝症状者,称为“重听”;有听力明显减退甚至听觉完全丧失症状者,称为“耳聋”;自觉耳内有响声,如潮水或蝉鸣症状者,称为“耳鸣”。耳鸣、耳聋有的由肾虚引起,有的由肝火或肝经湿热引起。肾虚多伴有腰酸膝软、夜尿频且清长等症状;实证多见于目赤、心烦、头痛头晕、下身瘙痒等症。

**问口渴**

口渴是指患者自觉口中干渴不适。口渴主要是由于体内津液不足或津液输布障碍,口舌失于滋润,“问渴与不渴,可以察里证之寒热,而虚实之辨亦从以见”。询问时,应注意患者有无口渴、饮水量、冷热喜好、饮后是否渴解及其他症状。口渴可见于津液已伤,或水湿内停,津气不运。渴喜冷饮者为热盛伤津;渴喜热饮者为寒湿内停,气化受阻;渴不多饮或水入即吐者,可见于痰饮内停,或湿热内困,水津不能上承;口干但欲漱水不欲咽者多为瘀血之象,伴有多饮多尿可见于消渴。

**问旧病**

问旧病及病因是获得疾病信息的重要方式,通过此方法可以发现疾病的诱因、症状、遗传史等。

除常规问诊内容外,对妇女应问月经、带下、妊娠和生育等情况。关于月经主要了解初潮、末次月经及绝经年龄、月经周期、解经天数、经量、经色、经质,以及有无痛经、闭经等。关于带下主要了解色、量、质、气味等。

**问小儿**

小儿生理上有脏腑娇嫩、形气未充、生机蓬勃、发育迅速的特点,病理上有发病快、变化多、易虚易实的特点。因此,除了一般的问诊内容以外,应主要了解小儿出生前后的情况和预防接种情况,以及是否患过麻疹、水痘等传染病和传染病接触史。小儿常见致病因素有易感外邪、易伤饮食、易受惊吓等,故关于喂养、受凉、受寒、受惊等应详细询问。此外,应了解其父母、兄妹的健康情况及有无遗传性疾病。

(作者供职于河南省中医院)



君迁子又名软枣、栲枣、小柿、牛奶柿、丁香柿等,为柿科植物君迁子的果实,主产于辽宁、河南、河北、山东、陕西、山西、湖北等地。君迁子喜阳光,耐严寒,根系发达,适应性较强,对土壤要求不严,生长于山谷、山坡等地。

小时候,日子过得虽然清贫,但吃什么都香甜的。比如君迁子,甘甜糯软,只需要5分钱,卖家就从坛子里舀一勺放在荷叶或其他叶片上递给你,那种味道至今记忆犹新。

长大后离开家乡,再也没有见到有人卖君迁子。我早年工作的河池县近陇海铁路处有一棵君迁子树,历经沧桑的样子,我怀疑这棵君迁子树是很久以前栽种在某户人家庭院内的,只是世事变迁,现在孤独地屹立在旷野中。说来也是奇缘,吃君迁子的时候,并不知道君迁子树长什么样子,如今吃不到了,却在离家很远的地方和君迁子树相识。

一晃又是十几年过去了,在我如今工作的这家医院里,从门诊楼出来走到大门口,邻近门口的地方,长着两棵小小的君迁子树。每当走近它们,我总会想起小时候为了能买到好吃的君迁子而欢喜。

君迁子为柿科植物,叶子和果实都与柿子类似,只是比柿子小一些,与枣的大小差不多。君迁子中含有丰富的维生素与矿物质,有保护眼睛的维生素A,帮助身体代谢的维生素B和促进生长的矿物质钙、铁、镁、钾等。

《本草纲目》里记载:“君迁之名,始见于左思《吴都赋》,而著其状于刘欣期《交州记》,名义莫详。”

君迁子除了可以直接食用之外,还可以药用,但多食会有副作用。唐代中药学家陈藏器曰:“君迁子生海南,树高丈余,子中有汁,如乳汁甜美。”《本草拾遗》里记载:“(君迁子)止渴,去烦热,令人润泽。”《千金要方·食治》里记载:“(君迁子)多食动宿病,益冷气,发咳嗽。”《海药本草》里记载:“(君迁子)主消渴,烦热,镇心。”

君迁子味甘涩、性凉,具有止渴、除痰、清热、解毒、健胃等功效,主要用于治疗消渴等病症。

(作者供职于永煤集团总医院)

## 杏林撷萃 北宋医药学家唐慎微

□ 李爱军

唐慎微(1056~1136),字审元,蜀州晋原(今四川崇庆)人,北宋著名医药学家,著有药物学专著《经史证类备急本草》(简称《证类本草》)。

青年时期的唐慎微不善言谈,但非常聪明,医术也很精湛,且医德高尚。唐慎微给人治病时,不论富人穷人,他都一视同仁,并虚心向他人学习,而且治疗时从不收取报酬,但求名方、秘方。唐慎微非常重视医药知识的学习和积累,因此当世人从经史、诸书中得到一药一方时,都记录下来送给唐慎微。

唐慎微以掌禹锡的《嘉祐本草》和苏颂的《本草图经》为基础,采用“图文对照”的形式辑录了大量宋代以前各代名医医药学家对本草的真知灼见、经史传记和佛书道藏中有关医药本草的论述,以及民间防治疾病的单方和验方。

元丰五年(1082年),唐慎微编出史上药物学名著《证类本草》初稿。尚书左丞蒲传正看过初稿后,委派唐慎微到朝内做

官。因唐慎微酷爱中医药学,只寄情于巴山蜀水,因此拒而不受。

元祐年间(1086~1093),应蜀帅李端伯之招,唐慎微至成都行医。唐慎微以医济人,且世代为医,对医药造诣颇深,对自己的本草著作继续修订增补。修订后的《证类本草》大有突破,对药物形态、真伪、炮制和具体用法等药物知识兼收并蓄、汇编一体。

唐慎微厚积薄发,在大观二年(1108年)前后,终于将《证类本草》一书出版。《证类本草》全书共31卷,目录1卷,共60余万字,收载药物1748种,附方3000余首,方论1000余条。《证类本草》出版不久就在社会上广泛流传,受到官家的重视和民间的普遍欢迎。

唐慎微的《证类本草》为宋代医药本草学的代表,它把古代大量已散佚的珍贵医药本草文献详实完整地记录下来,从而为后世保存了大量的医药文献。如《神农本草经》《本草经集注》《食疗本草》《雷公炮炙论》《开宝

本草》《海药本草》等已散佚的珍贵本草文献的主要内容,都依靠《证类本草》得以保存下来。《证类本草》对后世本草发展影响深远,使学者开卷之后,能一窥用途与用法,并在体例上也做了创新。

《证类本草》将药物理论和药物图谱汇编在一起,对宋代以前古医药书籍的许多文字修订进行了续添与增补,编写形式、分类次序一直为后世医药本草学编写的范例。《证类本草》为宋代之后历朝历代修刊,并数次作为国家法定医药本草文献颁行,直到明代李时珍编撰的《本草纲目》问世。

唐慎微的《证类本草》一书的学术价值和使用价值远远超出其自身价值,就医药学术所创而言,开启了祖国医药学本草之先河。李时珍评价说:“蜀医唐慎微取嘉祐补注本草及图经本草合为一书……使诸家本草及各药单方垂之千古,不致论没者,皆其功也。”

(作者供职于郑州广安中医院)

本版图片为资料图片

### 中药外治实用技术培训班

每期时间为两天,食宿费150元,资料费50元,提前预约报名,满50人开班。

**地点:**河南省安阳市

**主办单位:**安阳市正本中药外治研究所

**主讲人:**伦西全(1964年出生,1984年毕业于河南中医学院。百度搜索“伦西全”可了解详情)

**联系人:**王红伟(0372)2588505

18623828505(微信同号)

来信来电即寄详细授课内容

### 供:脐疗及穴位用空白胶贴

本公司提供各种规格具有良好粘贴性和透气性的胶贴,适用于贴脐疗法及穴位贴药疗法固定药物。凡购买胶贴总金额达到200元以上者,赠送一本《偏方研究与应用》和其他中药外治资料,欢迎联系。

**联系方式:**(0372)2588505 18623828505(微信同号)

QQ:1352341939 联系人:王红伟

**地址:**安阳市高新区峨嵋大街火炬创业园8号楼

安阳市康尔寿健康品有限责任公司

## 焦煤中央医院的故事 一席“穿越时空”的家常话

焦煤中央医院

15年前的7月,我与靳家结婚。伴随着党的生日,我们全家搬进了自建的二层小楼。一个周日,爷爷在一楼的客厅摆了3桌酒席,邀请新老朋友同贺乔迁之喜。

我的任务是“传菜”。中间那张餐桌坐着9位耄耋老人。他们饱经沧桑,命运多舛,相逢、怀旧,免不了把切身的病痛与康复的喜悦全盘托出。一场含着悲欢泪水的对话,使我至今记忆犹新。

一杯酒过后,爷爷问老姨:“你牙痛痛了一年,现在好点了吗?”老姨立即纠正说:“不是牙痛,更不是背痛,硬是在小医院折腾了一年,要不是来大医院让郑好让主任诊治,我说不定还在各个医院‘漫游’呢!”“郑主任没治你的牙?”“人家压根没让我用仪器检查,确定是心脏病。吃了一两个月的药,你们看我现在和正常人一样啦!”

老舅放下酒杯,慢腾腾地接过话茬:“高手就是高手,咱平常人就得抬头看。我的膝关节患病不下10年了,成天坐立不安,疼痛难忍,生不如死。当别人问我啥病咋痛成这个样子,我直接回话——‘骨癌’。许多医生建议我换个关节,我呀,疼死也不答应,一是家里经济条件差,二是要是换不好,挨第二刀、第三刀,怎么办?”二爷耳背,此时高声反问:“那咋办?”老舅继续说:“我也是来到了大医院,见到了袁一新主任。他了解我的家庭状况后,同意我的意见,坚定我战胜病魔的信心,并给我开了调气活血的药,还让我到中医科针灸治疗。更重要的是,袁主任从外地为我购买了‘镇江膏药’。按照袁主任的治疗方法,3个疗程后,我的关节不痛不麻了。我很想谢谢袁主任,可是那时候家里

穷,我把蒸好的4个红薯用手绢包好给他送去,他笑着拒绝了,硬是连一口也没有尝。一想起这件事,我就很愧疚。”

听了老舅的话,大家默默无语。好一会儿后,靠着东南角坐着的满脸鬍须的尚延爷打破了宁静:“如果大医院编篡《名医志传》的话,那还应该写上王一声。前些年,你们不知道我是咋过的,口苦不已,像吃了黄连一样,食之无味。也是辗转好多地方,才来到他的办公室。他为我检查后,说我口苦是因为胆囊发炎,因为拖得太久了,需要立即手术。他亲自为我做手术,治好了我的病,使我家‘无胆英雄’今天又能与大家碰杯了。”一桌人哈哈大笑起来。

这些长辈们虽然在煤炭行业里摸爬滚打了一生,郎心似

铁,但亦有柔肠似水。

清蒸鲈鱼端上来的时候,爷爷边让大家动筷子,边说:“远的不得了,咱说说新秀吧!后生也可畏呀!就说我们家里吧,从我已故的父亲算起,一直到我的孙子,五代遗传高血压病,而且每个人用药不一,每个人调换药品时既谨慎又目标一致,找的都是徐亮和吴静。人生风雨70载,吃药平稳70年,我们要给这些青年人点赞。”

一晃,家宴过去了15年。那9位老人也走了7位。他们所说的3位名医,王亦仙逝,袁亦半瘫,世事沧海,人事难料……他们像一个个红色的破折号,把大医院的岁月拉长了整整70个年头,延伸到了一个迥异的年代。它使我终生不能忘怀的,不仅仅是那已经封存屋角的一张红色餐桌和9把红色木椅,更主要的是靳家四辈

人对中央医院的深厚情怀。“金杯银杯不如老百姓的口碑”。老一辈们以朴实无华的言语弘扬了杏林国粹,把一杆登入云霄的大旗在我踏进靳家的第一年就无形地插入我心中,激起了我——一个新“天使”的自豪感。看到了一代又一代“弄潮儿”,完成了大医院群雄角色的禅让,坚定了我“追赶先人不辱先人”的信念,使我在工作岗位上一高高地扬起“以人为本”的风帆!

应该说,完美的三甲甲等医院应有两座丰碑奠基。在煤炭战线几经沉浮,医界的先辈们以“纵使三灵改,无移百炼刚”的精神,在怀川大地400万人民心中竖起了“医德双馨”的丰碑。

这就是那次的家宴带给我的反思……

(作者供职于焦煤集团中央医院)

### 健康管理师火热报名进行中……

健康管理师河南培训中心——郑州市元康职业培训学校

郑州市元康职业培训学校是河南省率先进行健康管理师培训的专业学校,前身是1993年郑州市教委批准成立的郑州市营养学校,权威的师资队伍由国内高校、医院、疾控中心、健康管理行业资深专家组成,拥有完善的培训体系。

健康管理师是慢性病防控、医疗改革“三师共管”(即专科医生、全科医生、健康管理师)中不可或缺的核心部分。

健康管理师职业资格证书由国家卫生健康委员会颁发,是从事健康管理、健康促进等相关工作人员技术水平的证明。

从2018年开始,已经有两批(次)200多名学员参加郑州市元康职业培训学校举办的健康管理师培训班。他们分别于2018年4月和6月参加国家卫生健康委员会组织的卫生行业职业资格鉴定统一考试,大部分学员能通过考试。

**报名对象:**医院、疾控中心、体检中心、社区卫生服务中心、慢性病中心医护人员,全科医生,大中小学校医等。

**学习形式:**网络学习+集中面授。

**报名时间:**即时报名,循环学习,早考试,早拿证书。

**学校地址:**郑州市中原区嵩山路222号天龙大厦

**联系电话:**(0371)67956112

13613804918 张老师  
13849196168 史校长  
15936216203 曲老师

河南健康管理师培训中心 给您更多精彩内容