

养生堂

阴平阳秘 精神乃治

□赵红彬

阴阳学说是中医学富有生命力的学说之一。其中“阴平阳秘，精神乃治”的著名观点内涵丰富，不仅渗透于中医学的方方面面，而且与现代医学相通。

本义与内涵

“阴平阳秘，精神乃治”语出《黄帝内经·素问·生气通天论》，阴平和阳秘可以理解为互文关系。平者，均衡也；秘者，秘藏也。

平衡的关系。总而言之，阴阳之间有交感、对立、消长、互根、转化等多种关系。而《黄帝内经》中谈及阴阳拮抗、制约的文字比起阴阳互补、和谐的文字要少些。

平人与稳态

《黄帝内经·素问·调经论》记载：“阳注于阴，阴满之外，阴阳匀平，以充其形，九候若一，命曰平人。”

19世纪以来，西医生理学提出了机体稳态的观点，即机体在外环境波动的情况下保持内环境相对稳定、动态平衡的特性。

疫学说，即西医学对机体深入认识的重要学说。

综上所述，似乎中医的阴阳学说已经大大地落伍了，即使是再加上五行学说也是与西医渐行渐远了。果真如此吗？答案当然是肯定的。

“阴阳自和”与“对抗和补充”从中医治疗学的观点来看，其强调“谨察阴阳所在而调之，以平为期”。

“对抗”和“补充”，后者更多地强调了外界施加的因素，而中医治疗的过程是着眼于通过“阴阳自和”以促使疾病痊愈。

“阴阳自和”是张仲景在《伤寒论》中提出的重要观点，其中至少有两层含义。首先，疾病的康复是以患病个体与治疗因素相互作用的结果。

而西医的治疗策略，则是更多地强调了祛除病因和对抗病理反应。这样的思路按中医的术语来讲，是针对“病邪”这一因素。

中药传说

阿胶是一种马科动物的皮经过加工而制成的固体膏。阿胶是一味滋补品，有很大的药用功效，被誉为“妇科圣药”。



□李爱军

相传，在很久以前，黄河流域的山东省东阿县，狮耳山、狼溪河穿城而过，山清水秀，景色迷人。

一天，阿娇在路上遇到一位鹤发童颜的老者。阿娇便向老者请教。老者告诉阿娇：“这病可以治好，不过这药很难得到。”

老者见阿娇心意已决，便对阿娇说：“要制服这头小黑驴，你必须先拜我为师，练就一身过硬的武功才行。”

告别老者后，阿娇来到狮耳山下，找到那头小黑驴。经过一番搏斗，阿娇终于将小黑驴杀死。阿娇按照老者的指导，取阿井的水，以桑木为柴，熬煮驴皮，熬了七七四十九个昼夜。

阿胶以产于山东省东阿县而闻名。现在，浙江、江苏等地的阿胶产量也很大。可以将阿胶原胶块拿来使用，也可以将阿胶块打碎使用。

《神农本草经》记载：“阿胶主心腹内崩，劳极洒洒如疟状，腰痛，四肢酸痛，女子下血，安胎，称其‘久服，轻身益气’。”

现代药理研究表明，阿胶多由骨胶原组成，经水解后得到赖氨酸、精氨酸、胱氨酸、谷氨酸、丙氨酸等，能促进红细胞和血红蛋白增加。

(作者供职于郑州广安中医院)



本版图片为资料图片

清热除烦说茶叶

□胡献国

《三国演义》第三十七回“司马徽再荐名士，刘玄德三顾茅庐”中写道，刘备三顾茅庐，少坐献茶后即归。

茶叶除作饮料外，其入药可以治病，亦堪称上品。

中医认为，茶叶性味苦、甘、凉，入心、肺、胃经，有清热除烦、清利头目、消食化积、通利小便之功效。

但是饮茶并不适合所有人，失眠、孕妇及哺乳期妇女忌用；空腹、发热、便秘者不宜选用；患有活动性消化性溃疡时不宜饮用。

(作者供职于湖北省远安县中医院)

中医典故

“扫叶庄”和“踏雪斋”

□安济生

清朝时期，江苏省吴县出了几位名医，最有名的一位叫叶桂，字天士，号香岩；还有一位和叶桂差不多齐名，叫薛雪，字生白，号一瓢。

乾隆年间，苏州流行大瘟疫，官府在此设立医局，救治患者，规定名医轮流参加义诊。

薛雪先到医局，给更夫诊脉后并告诉他：“你的病很重，没法治了，回去吧！”

后来，叶桂的母亲得了伤寒。叶桂小心翼翼地开了处方，



可母亲吃了并没有好转。这事传到薛雪那里，薛雪笑着说：“这种病要是放在别的患者身上，叶桂早就用白虎汤了，而在自己的母亲身上就没有办法啦！”

薛雪说：“她这病有里热，正是白虎汤证，药性虽重，非用不可。”

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)

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附性和透气性的胶贴，适用于贴脐疗法及穴位贴药法固定药物。

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。

医药卫生报社摄制 《秒懂中药》栏目招商 诚招栏目合作、赞助商

百年古方 百姓信赖 百倍信心

膏药招商

前500名打进电话者即可收到6贴膏药

坐落在郑州市高新技术开发区的郑州赫康医疗用品有限公司，挖掘百年传统古方，运用现代技术开发出的“畅鹤堂”牌筋骨通络贴，疗效好，价格低。

时间：2018年12月18日~2019年1月18日。电话：(0371)60915369 人数：全国限赠500名，赠完为止。

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。

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，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4批(次)2000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、6月、9月和11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。



河南健康管理师培训中心 给您更多精彩内容