

■ 读书时间

温病学著作——《温热经纬》

□ 黄新生

王士雄,字孟英,号梦隐,又号潜斋,别号半痴山人、睡乡散人、随意居隐士、海昌野云氏。他是清代著名的温病学家,与叶桂(字天士,号香岩)、薛雪(字生白,号一瓢)、吴瑭(字鞠通)并称“清代温病四大家”;有感于温热一证,庸手妄为治疗,夭折甚多,乃“以轩岐仲景之文为经,叶薛诸家之辨为纬”,于咸丰二年(1852年)著成《温热经纬》。

《温热经纬》共5卷。卷1为“《内经》伏气温热篇”,为王士雄收集的《黄帝内经》关于温热暑病的条文。卷2为“仲景伏气温病篇”,包括“伏气温病”“伏气热病”“外感热病”“湿温”“疫病”5篇,汇集了张仲景《伤寒论》《金匮要略》中的相关内容。卷3为“叶桂温病理论”,包括“叶香岩外感温热篇”(即叶天士《温热论》)、“叶香岩三时伏气外感篇”(是王士雄从《临证指南医案》中辑出的相关内容)。卷4为陈平伯、薛雪、余师愚关于温热、湿热和疫病的理论,包括“陈平伯外感温病篇”“薛生白湿热病篇”“余师愚疫病篇”“疫证条辩”等。卷5为方论,以仲景方居多,也收入了后世医家的效方,并汇集了历代医家对方剂的理解。

《温热经纬》选取了《黄帝内经》《伤寒论》《金匮要略》中有关热病的论述,以及叶桂、陈平伯、薛雪、余师愚等清代温病大家的条文,分卷分条辑录,并采用后世诸家的见解,参以王士雄按语逐条注释析义。王士雄根据自己的临证经验,补充发挥温病学说,诠释了温病顺、逆传变理论;将温病分为新感、伏气两类;指出暑多挟湿,而非暑必挟湿;重视伤寒学派对温病思想形成的影响,体现了寒温融合治疗温病的学术思想,具有以下特点。

解释温病逆传、顺传理论

伤寒以六经传变,新感温病以卫气营血传变,叶桂首先提出“温邪上受,首先犯肺,逆传心包”之说,但语焉不详。为什么传心包是“逆”?王士雄对此曾作阐述:传心包称逆,是相对于传胃称顺而

言的。在肺之邪,能下行传胃,为有出路,是谓顺。“肺胃大肠一气相通,湿热须究三焦,以此一脏二腑为最要。肺开窍于鼻,吸入之邪先犯于肺,肺经不解,则传于胃,谓之顺传。不但脏病传腑为顺,而自上及中,顺流而下,其顺也有不待言者”。

邪不移胃而传心,是从脏传脏,邪无去路,内蕴滋变,是谓逆。王士雄还指出“若不下传于胃,而内陷于心包络,不但以脏传脏,其邪由气分(此处指肺之气)入营,更进一层矣,故曰逆传”。说明邪从肺入心,由卫入营,均为逆传病变。

王士雄对顺传传变机制作了明确解释,弥补了叶桂未言之理,同时解释了叶桂所言之“逆”,为后人学习温病的传变机制起到指路作用。

将温病分为新感、伏气两类

伏气理论源于《黄帝内经·素问》“冬伤于寒,春必温病”。《伤寒论》中指出“伏气之病,以意候之”,正式提出伏气概念。成无己在《伤寒注解论》中记载:“冬时感寒,伏藏于经中,不即发者,谓之伏气。”新感与伏气相对而言,指感受病邪后很快发病者。若内有伏邪,由新感触动而发病的,称为“新感引动伏邪”。

新感与伏气的区别在于:新感温病,随感随发,初起有恶风畏寒表证;伏气初起即有内热症状。但陈平伯、吴瑭、薛雪等温病医家所论新感多而伏气少,甚至“专主新感而否定伏气”。

王士雄明确提出“伤而即病者为伤寒,不即病者为温热”,这里的伤寒即指新感,温热即指伏气,指出温病既有伏气

又存在新感,并且按照个人的理解整理出《仲景伏气温病篇》《仲景外感热病篇》《叶香岩外感温热篇》《叶香岩三时伏气外感篇》等以示区别,并认为新感、伏气不可偏废。

新感温病的传变方式是先卫分,后气分,后营分,后血分,依次相传。由于邪气内伏,伏气温病的传变方式为由里而表,先见营血之证,然后才可见到气分。这为临床上分辨新感与伏气温病,提供了个人经验。此外,王士雄还结合自己的临证心得对新感、伏气的病机、临床症状和转归提出了精辟的见解。

提出暑未必挟湿

暑邪为阳邪,是盛夏火热之气所化,有明显的季节性,多挟湿邪为患;湿邪为阴邪,四季均见,长夏居多,具有重浊、黏滞、趋下的性质。叶桂认为“暑必兼湿”,“暑必挟湿”一度成为当时医家的共识。

王士雄根据临证所见和对自然气候的观察提出:“暑令湿盛,必多兼感,故曰挟。犹之寒邪挟食,湿证兼风,俱是二病相兼,非谓暑中必有湿也。故论暑者,须知天上烈日之炎威,不可误以湿、热二气并作一气始为暑也,而治暑者须知其挟湿为多焉;暑与湿原是二气,虽易兼感,实非暑中必定有湿也。譬如暑与风亦多兼感,岂可谓暑中必有风耶?若谓热与湿合始名为暑,则则寒与风合又将何称?更有安立阴暑、阳暑之名者,亦属可笑。如果暑必兼湿,则不可冠以‘阳’字。”又指出:“若谓暑必兼湿,则亢旱之年,湿必难得,况兼湿者何独暑哉?盖湿无定位,分旺四季,风湿寒湿,无不可

兼。惟夏季之土为独盛,故热湿多于寒湿。然暑字从日,日为天气,湿字从土,土为地气,霄壤不同,虽可合而为病,究不可谓暑中原有湿也。”

王士雄言明“暑多挟湿”而非“暑必挟湿”,其观点得到了后人的认同。

不拘门户重视传承

清以降,温病思想趋于完善,一些医家因见多了寒温混淆,用寒治温的不良后果,故十分强调寒温分治,甚至排斥伤寒理论。王士雄认为,中医理论有其渊源,温病的创新也离不开伤寒理论的根源,就连提出“伤寒与时疫有霄壤之隔”的吴有性,其所创作的方剂中也有仲景方的影子。因此,王士雄十分推崇寒温并治温病的观点,并采用《伤寒论》阳明病的治法来治温热病,指出仲景六经原并不专为伤寒而设,无论何病但见阳明证即作阳明治,伤寒、温病可以同证同治,不拘名称之谓,反映了王士雄不拘门户之见的大家风范。

《温热经纬》承前启后,对温病学做了较系统的整理和提高,基本反映了清末以前温病学说的发展水平,是了解温病学演变概况及深入探讨温热病理法方药的重要著作,后人称其为温病学之集大成者,并引以为学习温病学的入门之作。《清史稿》评价《温热经纬》一书说:“又著《温热经纬》,以轩岐、仲景之文为经,叶、薛诸家之辨为纬,大意同章补注释。兼采晋贤诸说,择善而从,胜楠书。”

(作者供职于武陟县卫生健康委员会)

三。有人用腊月乌鸦1只,盐泥固济,于瓶中煨过,放冷,取出为末,拌入朱砂末15克,每次服3克,每天服3次,一般不超过10天,疾病便能痊愈。有人用浑乌鸦1只,胡桃7枚,苍耳心子7枚,研成细末,空心热酒服下,每次服3克,也有神奇疗效。还有人用乌鸦肉、猪胆汁、钩藤、全蝎、黄连同煎服治小儿癫痫发作,疗效迅速。

现代医学研究发现,乌鸦肉对结核菌有较强的抵制作用,所以对肺结核引起的咯血、咳嗽、骨蒸潮热有极好的助康复作用,并且对阴血不足、肝阳上亢、疟气偏坠、祛风定痛、熄风平肝、头晕目眩、风眼红烂、小儿痘疮、脱发斑秃、妇女乳汁不下等,均有显著的治疗效果。

乌鸦肉烹煮时不宜过烂,且不要加碱,无更多禁忌,用之有道,堪称中医瑰宝。

(作者供职于孟津县中医院)

诸多好处。“心平气和,药食同源;调和阴阳,化正全身;有病治病,无病防病……”同时不忘提醒我爸和她一起提高警惕,预防身体出现问题。

我爸稍有怠慢,她就点着我爸的头说:“难道你不知道‘无病先防’胜于‘有病再医’吗?”

以后,不管大人小孩,大病小病,我妈总是找中医治之。曾记得,我们的睡梦中都飘浮着中药的味道。

随着我们兄妹长大成家,家里家务的减少,我妈闲下来的时间越来越多,她渐渐迷上了将我国的传统饮食和中医相结合,开始了食疗生涯。常常在菜市场和中药铺间来来往往,用色、香、味、形俱全的美味犒劳一家人,心性也慢慢熬制到淡泊从容。

现在,她性格不急躁,遇事有主见,办事有条理,说话更风趣,亲和力更强,很受孙子辈和重孙辈的喜欢。

“或以针灸起沉痾,或以汤药决生死。”感谢中医,让我妈和我们一起享受到了四世同堂的天伦之乐。

(镇平县 裴雪杰)

■ 养生堂

女性更年期是女性由成熟向衰老的一个转变时期,年龄大多在45岁~50岁,主要是指女性的生育功能从旺盛状态逐渐衰退,以及完全消失的一个过渡期。

在中医上,女性更年期又称之为围绝经期,主要由于肾气渐衰,冲任二脉虚惫,可致阴阳失调,出现头晕、头痛、耳鸣、心悸不寐、烦躁汗出、情志抑郁、月经错乱等。在这个时期,女性的卵巢功能逐渐衰退或丧失,体内雌激素水平明显下降,因此,大多数女性都会出现一些上述症状。

那么,在更年期这个阶段,女性如何去关注自己的身体,怎样去养生呢?

健康的饮食指导

更年期女性在饮食方面,既要保持营养,又要注意不吃油腻、刺激等食物。因此,饮食低脂低盐,荤素适当搭配,是预防和调治生理功能变化、保持老年阶段健康的重要保证。

女性在饮食上要注意以下几点。注意有无贫血。更年期女性,往往由于肾气衰,冲任不固,天癸将竭,容易导致月经频繁,经血量多,经期延长,出现贫血症状。因此,要补充一些含有铁的食物,还需要有高蛋白质的食物,例如多吃点鸡蛋、动物内脏、瘦肉、牛奶等高蛋白食物,还可以多吃一些菠菜、油菜、西红柿、桃子、橘子等蔬菜和水果纠正贫血。

补充多种维生素,控制体重。随着年龄的增长,特别是女性在更年期这个阶段,体内雌激素分泌逐渐减少,容易出现机体内分泌代谢紊乱,促发一系列的症狀。如营养供给不足,有些妇女在绝经后容易出现缺钙性骨质疏松和其他营养缺乏病,或由于代谢紊乱而出现脂肪堆积、身体发胖、体重增加和血液中胆固醇含量增高、血管硬化等。因此,重视饮食养生来防止疾病十分重要。除多吃一些含丰富优质蛋白的食物外,还要吃一些含钙较丰富的食物(如各种豆类、虾皮、海带、芹菜、白菜等)。另外,少吃或尽量不吃动物脂肪和含胆固醇较高的食物,以防身体发胖、体重增加;要多吃杂粮和蔬菜,控制油脂和糖类,并注意平时不要吃得过饱。

防止血压增高。由于人类的自主神经功能和大脑皮层功能失调,往往会出现血压增高、心慌胸闷、烦躁抑郁和失眠多梦等症状,应注意通过饮食加以预防。选择粗粮(玉米渣、小米、荞麦等)、菌类(香菇、蘑菇等)、芹菜、桑椹、苹果、山楂、酸枣等以降血压安神,对防止头晕,改善记忆力等有一定的帮助。同时,要低脂低钠饮食,不吃刺激性食物(如咖啡、酒、浓茶、辣椒等),更不要吸烟。

积极锻炼身体

更年期女性做到早睡早起,可以去户外、公园散步,根据自己的时间安排,和一些同龄人或者志同道合的女性朋友,每天慢跑、跳舞、打太极拳、练气功等运动量不大的体育活动和力所能及的劳动,以调节生活,改善睡眠和休息,一定要注意劳逸结合,中午最好养成午睡的习惯。还可以做家务活,有利于增进气血流通、舒筋活络、增强抗病能力,并可减轻更年期症状。另外,要注意自己的个人卫生,节制生活。

保持良好的心态

更年期女性应当正确认识自己的生理变化,要保持乐观情绪,心胸开阔,树立信心,度过短暂的更年期,解除不必要的思想负担,排除紧张恐惧、消极焦虑的心理和无端的猜疑。遇事要三思而后行,找家人商议、跟闺蜜倾诉,最后要做出决定。如果工作中出现不顺心的事情,要学会给自己减压,放松心情。家人和社会应给予中老年女性足够的关爱,对中老年女性有更多的理解和宽容,多与之交流,减少或消除她们的孤独感和失落感。

另外,更年期女性要培养自己的爱好,如散步、听音乐、看书、练习书法、绘画等,达到养心安逸,恬淡虚无的境界。总之,更年期女性要敢于面对现实生活,做到工作有信心,对家庭有担当,对子女有爱心。

做好每年的体检

随着经济水平的提高,生活节奏加快,工作压力、家庭关系等会严重影响女性健康,尤其是更年期女性,这个年龄阶段是女性妇科病以及肿瘤的多发时期,因此,更年期女性一定要每年做一个常规妇科检查,比如做一个宫颈癌的筛查以及妇科彩超、生化等相关检查,这样可以早发现一些妇科疾病,以便更早期进行治疗。还有一些常见的妇科疾病,也经常困扰着更年期女性,要引起重视,注意卫生,避免妇科疾病的发生。

总之,更年期女性要懂得生活,关爱自己的身体,合理膳食,保持乐观的心情,适当锻炼,做到劳逸结合。

(作者供职于郸城县中医院)

女性更年期如何养生

□ 周志敏

信阳淮河骨科医院诚聘医界精英

信阳淮河骨科医院(原工区路四里棚骨科医院)始建于2005年,是一所集医疗、康复为一体的二级专科医院。信阳市医保、城乡居民医保(原城镇居民医保和新型农村合作医疗)、河南省城镇居民(职工)异地就医直接结算、信阳市工伤险定点医院。

现因业务发展需要,高薪诚聘康复医学科、重症医学科、急诊科、骨科、医学影像科、B超、检验科、护士等医疗专业人员。真诚欢迎医界同仁前来合作发展!

联系人:杨劲松 联系电话:13939715700

地址:信阳市羊山新区新五大道56号

广告

肛肠全程无痛技术培训 常年招生 学痔瘘技术送鼻炎技术

联系人:田长修 电话:13653737333

地址:卫辉市人民路北段田氏痔瘘专科门诊

广告



甄选真材实料 安全放心可靠 健康调养每一餐

老亲访友 就选奇芝堂



广告

扫码进入商城

郑州奇芝堂食品科技有限公司 团购/订购热线: 0371-58615152



中医减肥技术培训

易学习、好操作、效果好、不易反弹、成本低。

系统培训中医减肥技术和相关的中医专业知识(舌诊、五脏辨证)。(纯手法或者内调、健康习惯、健康饮食、月减4公斤~10公斤)。

联系人:陈燕 电话:15539178898

广告

扫码进入商城