

# 张磊辨治疾病三则

□高青

## 案例一

李某,女性,30岁,2017年2月15日初诊。  
主诉 间断全身风团4年,加重1天。  
诊见 患者4年前无明显诱因出现全身风团,色淡红、痒痒,最初以四肢关节处明显,后发展到腰腿部,逐渐蔓延至全身。患者冬季风团发作频繁,遇热痒痒加重。患者曾被诊断为慢性荨麻疹,治疗半年,未再发作。近日,患者因无明显诱因风团再次发作到国医大师张磊处就诊。患者全身风团,色淡红,大小不一,大则成片,遇冷寒战,遇热痒痒重,由四肢关节蔓延至全身,纳眠尚可,二便调,舌尖红、苔薄白,脉濡。

辨证 肌肤伏风、营卫失和。  
方药 桂枝10克,生白芍10克,炙麻黄3克,杏仁10克,防风10克,葛根30克,通草6克,连翘10克,炙甘草6克,生黄芪15克,生姜3片,大枣3枚(切开)为引。共10剂。每天1剂,水煎取液,分早、晚两次温服。

二诊 2017年2月24日。患者服上方后效果尚可,现时发风团痒痒,遇冷易发作,抓破流血,不易出汗。纳眠可,二便调,经带可。舌质红,苔薄白,脉濡。

方药 桂枝10克,生白芍10克,通草6克,炒白僵蚕10克,蝉蜕6克,姜黄6克,炙大黄2克,黄芪30克,当归10克,炙甘草6克,生姜3片,大枣3枚(切开)为引。共10剂。每天1剂,水煎取液,分早、晚两次温服。

三诊 2017年3月24日。患者服上方后效果尚佳,现偶发风团,痒痒较前明显减轻,遇冷偶有发作,纳眠尚可,二便调,经带尚可,舌质淡红、苔薄白,脉濡。

方药 桂枝10克,生白芍10克,葛根30克,当归10克,生黄芪30克,蝉蜕6克,紫苏叶12克,荆芥10克,炙甘草6克,生姜3片,大枣3枚(切开)为引。共10剂。每天1剂,水煎取液,分早、晚两次温服。

按语 慢性荨麻疹容易反复发作,迁延难愈,比较顽固,辨证属营卫失和、风邪外扰之证。张磊常以桂枝汤为主进行加味,可调和营卫、兼祛风邪,往往能获得令人满意的效果。初诊以桂枝麻黄各半汤治之。正如《伤寒论》中记载:“以其不能得小汗出,身必痒,宜桂枝麻黄各半汤。”以调和营卫,小发其汗,再用防风配黄芪有玉屏风散之意;葛根升阳发表、宣通经气,以畅瘀滞之气血;连翘清热散结;通草滑能利窍,给邪以出路。二诊以桂枝汤合升散散合黄芪当归汤加味治之。三诊以桂枝汤合葛根汤合黄芪当归汤收功。三诊方中桂枝汤调和营卫、解肌祛风。

## 案例二

赵某,男性,23岁,2018年7月23日初诊。  
主诉 发热1天。  
诊见 患者近日因吹空调后出现发热,体温为38.1摄氏度,恶寒,无汗,头痛,项强,鼻塞,口干,周身酸痛不适,时觉心慌,乏力,纳眠差,二便调,舌红、苔白腻,脉浮数。

辨证 外感风寒,内有蕴热。  
处方 九味羌活汤。羌活10克,防风10克,细辛3克,苍术10克,白芷10克,川芎10克,黄芩10克,生地30克,当归15克,葛根30克,甘草6克。共3剂。每天1剂,水煎取液,分早、晚两次温服。

## 案例三

丁某,女性,65岁,2016年8月初诊。  
主诉 便秘8年。  
诊见 患者8年前因工作紧张,情绪不佳出现便秘,自行服用中成药,效果不佳。患者现在大便干结如羊屎,排便困难(每3天1次),心烦急躁,小便黄,口黏干,身乏力,饮食尚可,喜热饮,阵发潮热汗出,舌暗红、苔黄腻,脉濡。

辨证 热瘀内结,肠道失濡。  
方药 当归15克,生地30克,桃仁10克,红花10克,赤芍15克,柴胡6克,川芎6克,桔梗6克,怀牛膝15克,生甘草3克,大黄10克(后下)。共10剂。每天1剂,水煎取液,分早、晚两次温服。

二诊 2016年8月29日。患者服上方后大便仍干,但不再干结如羊屎(每天大便1次),晨起口干、胃灼热,舌质暗,苔黄厚,脉沉细。

处方 生地30克,白芍20克,当归15克,川芎6克,桃仁10克,红花10克,鸡内金10克,生麦芽15克,天花粉10克,决明子30克,生甘草3克,大黄10克(后下)。共10剂。每天1剂,水煎取液,分早、晚两次温服。

按语 便秘一病,实常责之热结、寒凝、气滞、腑气不通等;虚常责之气血阴阳之不足,大肠传导失常。张磊独辟蹊径,从瘀论治,其机制如下:久病多瘀,患者因工作紧张出现便秘,腑气不畅,日久必由气及血,由气滞而发为血瘀;舌质暗红亦为瘀血之佐证;患者有糖尿病长达10多年,而此病阴虚为本,燥热为标,瘀血为患,病程长者无不兼有瘀血。张磊常言:“久病多瘀,陈年痼疾,当先用血府逐瘀汤祛其瘀热,后再酌方。”首选用血府逐瘀汤活血行气,先祛其瘀滞。方中当归有滑肠之效,桃仁有润肠通便之能,生地滋阴以解便结,大黄后下,取其气锐先行,以增通腑之功。患者服药后便秘较前有明显改善,但仍有口干、胃灼热等。二诊时遵《伤寒论》中记载:“观其脉证,知犯何逆,随证治之”的辨证原则,改赤芍为白芍(20克),加决明子(30克),以增润肠通便之功,因胃灼热、口干故稍佐消导、生津之品。该案例的特色在于从瘀论治便秘痼疾,启人心扉。

患者服药后,发热、头痛痊愈,其他症状皆减轻。

按语 暑湿当令,患者又逢外感寒邪而致病,病因明确。外感风寒,故见发热、恶寒、头痛;内有蕴热阻滞经络,故见乏力、周身酸痛。治则以辛温解表、发汗祛湿、兼清里热为主,故选用九味羌活汤。张磊嘱咐患者服药3剂,要在3天内服用完,体现了清代医学家吴鞠通在《温病条辨》中总结为:“治外感如将(兵贵神速,机圆法活,去邪务尽,善后务细,盖早平一日,则人少受一日之害)”的论述。

导失常。张磊独辟蹊径,从瘀论治,其机制如下:久病多瘀,患者因工作紧张出现便秘,腑气不畅,日久必由气及血,由气滞而发为血瘀;舌质暗红亦为瘀血之佐证;患者有糖尿病长达10多年,而此病阴虚为本,燥热为标,瘀血为患,病程长者无不兼有瘀血。张磊常言:“久病多瘀,陈年痼疾,当先用血府逐瘀汤祛其瘀热,后再酌方。”首选用血府逐瘀汤活血行气,先祛其瘀滞。方中当归有滑肠之效,桃仁有润肠通便之能,生地滋阴以解便结,大黄后下,取其气锐先行,以增通腑之功。患者服药后便秘较前有明显改善,但仍有口干、胃灼热等。二诊时遵《伤寒论》中记载:“观其脉证,知犯何逆,随证治之”的辨证原则,改赤芍为白芍(20克),加决明子(30克),以增润肠通便之功,因胃灼热、口干故稍佐消导、生津之品。该案例的特色在于从瘀论治便秘痼疾,启人心扉。

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)



近年来,脊柱关节健康受到广泛关注,不仅中老年人脊柱关节容易出现问题,年轻人的脊柱关节问题也越来越明显。为了预防脊柱疾病,笔者在传统中医功法八段锦、易筋经、少林内功的基础上,创编一套针对脊柱疾病的预防与康复功法。此功法操作简单、安全易学,能够缓解长期久坐导致的身心疲乏及脊柱相关疾病。

# 脊柱养生八法

□华海洋 文/图

## 动作展示



第一势



第二势



第三势



第四势



第五势



第六势



第七势

第二势 风摆荷叶。两手屈肘,仰掌于两肋。运动提两掌至胸前交叉,右掌在左掌上交叉相叠,缓缓向左左右外分,至掌与肘肩平。两手掌慢慢合拢,交叉相叠,屈肘收回于腰部。

该势重点锻炼肱二头肌、三角肌和冈上肌等肌群,具有宽胸理气、行气活血的作用,适合胸椎错位患者、胸骨小关节错位患者等进行练习。

第三势 凤凰展翅。两臂屈肘上提,至胸前两掌立掌交叉,两臂缓缓向左左右外分,两臂尽力伸直,而后缓慢收回,至胸前交叉,收于腰间。

该势重点锻炼桡侧腕屈肌、尺侧腕屈肌、掌长肌、指浅屈肌、指深屈肌、三角肌及冈上肌等肌群,具有扩张胸廓、舒胸上气机、调和内脏的作用。

第四势 海底捞月。两臂屈肘仰掌于腰部。两掌缓缓上提向左右两侧分推,掌心朝上,缓慢上举。两手左右分开,旋腕使掌心向下,同时腰向前俯,两掌由下而上逐渐靠拢,掌心相对,掌心朝上犹如抱物离地,缓缓上提,上身随势而起,仰掌收回腰部。

该势重点锻炼三角肌、前锯肌、斜方肌、腹肌、胸大肌、背阔肌等肌群,具有强腰壮力、通络补肾的作用。

第五势 望月思乡。膝直足平,运动两臂,左臂向上抱颈,右臂置于身后,颈背右转,低头视左脚跟(稍停),左肘外展开胸,抬头眼视左上方(回正),两上肢伸直平肩,放松落下,身体复原。右侧动作练习方法同左侧。

该势重点锻炼颈肌、肩胛提肌、斜方肌和背阔肌等,增强颈部力量,防治颈椎病、肩背劳损、肩周炎、肘腕肌腱损伤等疾病。

第六势 调理腰脊。左腿屈膝屈髋前弓,右腿膝关节伸直,两手在小腹前,右手翻掌向下,左手缓缓上举,手至头上左方将臂稍伸直,同时右手下按,掌心向下,指尖向前,稍停,左手缓缓下落,双手翻掌掌心向上,相接于小腹前,如此左右交替。

该势重点锻炼斜方肌、背阔肌、髂腰肌,可以增强腰部力量,防治颈椎病、肩背劳损、肩周炎、腰椎疾病等。

第七势 青龙探爪。两手仰掌护腰,左上肢仰掌,向右上方伸探,掌高过顶,随势身略向右转,两足踏实勿移动,左臂内旋,掌心向下,从右侧俯身弯腰至右脚外侧,身体向左侧转正,膝直,腰慢慢直起,手掌随势上抬,右侧动作练习方法同左侧。

该势重点锻炼上肢各肌群、肋间肌、腹外斜肌、背阔肌、臀大肌、下肢外侧肌群等,可防治腰肌劳损、下肢无力等疾病。

第八势 狮子摆尾。双手十指交叉翻掌上按,上托至顶,后仰前俯,抬头,腰背向左侧屈,头左转,眼观左臀部,而后身体转正,腰背向右侧屈,头右转,眼观右臀部,而后转正。动作如此往返,收式起身直腰,双手分开,逐渐收回身体两侧。

该势重点锻炼背阔肌、竖脊肌、腹直肌、腹外斜肌、腹内斜肌的肌力,具有强健筋骨、滑利关节的作用,防治颈椎病、肩背劳损、腰背劳损、筋骨等疾病。

## 适应症

脊柱疾病 颈椎病、胸椎小关节错位、脊柱侧弯、骶髂关节紊乱等。

软组织类疾病 慢性颈部、腰部肌肉劳损,四肢屈伸不利等。不良生活习惯所致的腰酸背痛等 长期久坐导致的身心疲乏不适,或者因不良工作姿势、生活习惯所造成的腰酸背痛。

在治疗虚劳等疾病时,患者要加强练习功法。

## 禁忌证

- 1.患有严重心脏病、身体严重虚弱、颈椎病急性期、腰椎病急性期。
- 2.骨折类疾病、出血类疾病。
- 3.严重头晕、高血压病患者。
- 4.忌暴饮暴食、饥一顿饱一顿。

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)



扫码观看视频

## 验案举隅

丁某,女,30岁,最近一个月经常两侧鼻腔交替出血,量不多,色红,时作时止。当地诊所给予患者清热血毒药及云南白药口服,红霉素药膏外用,疗效较差。

诊见 患者伴口干、津少,五心烦热,颧红盗汗,腰膝酸软,双下肢怕冷怕风,舌红少苔,脉细数。

检查 鼻黏膜色淡红而干燥,鼻前庭黏膜有糜烂面。

诊断 鼻衄。

辨证 肾阴亏损、虚阳上炎。

治则 清热止血。

方药 熟地30克,知母、黄柏各10克,旱莲草20克,肉桂3克,生柏叶10克,白茅根、仙鹤草各10克,阿胶15克。每日1剂,水煎400毫升,早、晚分2次温服。

外用 自制鼻炎灵滴鼻,每次3滴,每天3次。

患者连续服用6剂药后,鼻衄消失,全身症状改善。笔者嘱咐患者服用知柏地黄丸善后。

按语 在滋肾阴方药中加入肉桂、附子等引火下行,使阴阳平衡、虚火下降,是治疗元阳浮越、肾火上升的方法。鼻衄,西医学称为鼻出血,大多属实火证。证属虚阳浮越者,常易误诊,而给予清热解毒等药物则病情加重。凡有此证者,均可以使用该方法,进行辨证治疗。《景岳全书·衄血论》中记载:“衄血虽多由火,而唯论阴

# 鼻衄的辨证治疗

□赵彦秋

## 中医特色疗法

# 小儿推拿的常用穴位及作用(之四)

□典迎彬 文/图

## ●揉(运)内劳宫穴

位置:掌心中,屈指时在中指和无名指之间的中点位置。

操作方法:中指指尖揉,称揉内劳宫穴(又称水底捞明月),揉100次~300次,运10次~30次。

主治:发热、烦渴、口疮、齿龈糜烂、虚烦内热等。

临床应用:揉内劳宫穴可以清热除烦,用于心经有热导致的口舌生疮、发热、烦渴等。运内劳宫穴、运掌小横纹穴、揉小天心穴,是运内劳宫穴的复合手法,能清虚热,对心肾两经有热者效果明显。

## ●推三关穴

位置:前臂桡侧,阳池穴至曲池穴成一条直线。

操作方法:用拇指桡侧面或食指、中指指腹自腕部推向肘部,称推三关穴;或者屈小儿拇指,自拇指外侧端推向肘部,称大推三关穴。每次推100次~300次。

主治:腹痛、腹泻、畏寒怕冷、疹出不透、外感证和一切虚寒证等。

临床应用:推三关穴性温热,能补气行气、温阳散寒、发汗解表。推三关穴与补脾经、补肾经、揉丹田穴、揉脊、摩腹等配合应用,能治疗气血虚弱、命门火衰、下元虚冷、阳气不足导致的四肢厥冷、面色无华、食欲不振、呕吐、腹泻等。推三关穴与清肺经、推攒竹穴、掐(揉)二扇门穴配合应用,具有治疗风寒感冒、怕冷、疹出不透的作用。

## ●运(掐)内八卦穴

位置:手掌面,以掌心为主,从掌心至中指根,掌横纹约2/3处为半径作圆周,或者是掌心内劳宫穴的周围。

操作方法:按顺时针方向使用运法,称运内八卦穴;按逆时针方向使用运法,称逆运内八卦穴,或者运(掐)八卦穴。每次运100次~300次。

主治:咳嗽、痰喘、胸闷、纳呆、腹痛、呕吐等。

临床应用:运内八卦穴能宽胸利膈、理气化痰、外滞消食,用于治疗饮食内伤、腹胀、纳呆等。临床上常与推脾经、推肺经、揉板门穴、揉中腕穴配合应用。

## ●推(清)天河水

位置:前臂正中,总筋穴至洪池穴成一条直线。

操作方法:用食指、中指指腹自腕部推向肘部,称清天河水;用食指、中指指腹自总筋穴处,一起一落弹打,如弹琴状,边打边吹气,直至洪池穴,称打马过天河水。每次推100次~300次。

主治:外感发热、潮热、烦躁不安、口渴、弄舌、惊风等。

临床应用:清天河水性微凉、较平和,能清热解表、泻火除烦,用于治疗热性病证,如五心烦热、口燥咽干、唇舌生疮、夜啼等。清天河水与推攒竹穴、推坎宫穴、揉太阳穴配合应用,可以治疗感冒发热、头痛、恶风、汗微出、咽痛等。打马过天河水的清热之力强于清天河水,多用于治疗实热证、高热证。

## ●掐十宣穴(十王穴)

位置:十指尖指甲内赤白肉际处。

操作方法:用指甲,称掐十宣穴,共5次。

主治:惊风、高热、昏厥等。

临床应用:掐十宣穴主要用于急救,具有清热、醒神、开窍的作用,多与掐老龙穴、掐人中穴、掐小天心穴等配合。

## ●掐老龙穴

位置:中指指甲后0.1寸(此为同身寸)处。

操作方法:用掐法,称掐老龙穴,共5次。

主治:急惊风。

临床应用:掐老龙穴主要用于急救,具有醒神、开窍的作用。

## ●退(推)六腑穴

位置:前臂尺侧,阴池穴至肘部成一条直线。

操作方法:用拇指指腹或食指、中指指腹自肘部推向腕,称退六腑穴,或推六腑穴,推100次~300次。

主治:一切实热证,如高热、烦渴、惊风、鹅口疮、木舌、重舌、咽痛、腮腺炎,以及大便秘结等。

临床应用:退六腑穴性寒凉,能清热、凉血、解毒等,对温病邪入营血、胜热热积滞、壮热烦渴、腮腺炎及肿毒等实热证均可应用。退六腑穴与补脾经合用,有止汗的作用。

## ●掐十宣穴(十王穴)

位置:十指尖指甲内赤白肉际处。

操作方法:用指甲,称掐十宣穴,共5次。

主治:惊风、高热、昏厥等。

临床应用:掐十宣穴主要用于急救,具有清热、醒神、开窍的作用,多与掐老龙穴、掐人中穴、掐小天心穴等配合。

## ●掐老龙穴

位置:中指指甲后0.1寸(此为同身寸)处。

操作方法:用掐法,称掐老龙穴,共5次。

主治:急惊风。

临床应用:掐老龙穴主要用于急救,具有醒神、开窍的作用。

## ●退(推)六腑穴

位置:前臂尺侧,阴池穴至肘部成一条直线。

操作方法:用拇指指腹或食指、中指指腹自肘部推向腕,称退六腑穴,或推六腑穴,推100次~300次。

主治:一切实热证,如高热、烦渴、惊风、鹅口疮、木舌、重舌、咽痛、腮腺炎,以及大便秘结等。

临床应用:退六腑穴性寒凉,能清热、凉血、解毒等,对温病邪入营血、胜热热积滞、壮热烦渴、腮腺炎及肿毒等实热证均可应用。退六腑穴与补脾经合用,有止汗的作用。

(作者供职于河南中医药大学第一附属医院)