

传承国粹 有法可依

□黄新生

《中华人民共和国中医药法》(以下简称《中医药法》)的颁布实施,开启了中医药法治建设的新篇章,有效保障了中医药传承创新发展。在《中医药法》实施7周年之际,作为一名基层卫生健康工作人员,谈一谈自己的看法。

为中医药发展提供了法律保障

中医学是中华民族的伟大创造,是中国古代科学的瑰宝,也是打开中华文明宝库的钥匙,为中华民族繁衍生息做出了巨大贡献,对世界文明进步产生了积极影响。中华人民共和国成立以来,党和国家高度重视中医药工作,中医药事业取得了显著成就。党的十八大以来,党中央把中医药工作摆在更加突出的位置,中医药改革发展取得显著成绩。

2016年12月25日,第十二届全国人民代表大会常务委员会第二十五次会议通过了《中华人民共和国中医药法》,并于2017年7月1日起施行,这是中医药发展史上具有里程碑意义的大事。

《中医药法》是为继承和弘扬中医药文化,保障和促进中医药事业发展,保护人民健康而制定的法律,解决了一些当时中医药事业发展亟待解决的问题。比如以法律形式肯定中医学确有专长的人员,解决了一些以师承方式学习中医或者经多年实践、医术确有专长的人员因学历问题,不能参加执业医师考试,无法依法行医的

问题。又如,在第三章《中药保护与发展》中,提出严格管理农药、肥料等农业投入品的使用,禁止在中药材种植过程中使用剧毒、高毒农药,建立道地中药材评价体系,对提高中药材质量具有重要意义。

法律制度日益完善

依法治国是党领导人民治理国家的基本方略,是发展社会主义市场经济的客观需要,也是社会文明进步的显著标志,国家长治久安的必要保障。《中医药法》将党和国家的中医药方针政策以法律的形式固定下来,是推进全面依法治国战略在中医药领域的重要成果,对于推进全面依法治国具有重要意义。

《中医药法》实施之后,《中医诊所备案管理暂行办法》《中医医术确有专长人员医师资格考核注册管理暂行办法》等规章制度相继出台,为《中医药法》的贯彻落实提供了制度保障,进一步提升了基层中医药服务能力,有效增加了中医药服务供给。全国各地相继颁布新制定、修订的地方中医药法规,并开展了形式多样的普法宣传。全国人大常委会法制工作委员会、全国人大教科文卫

委员会同有关部门组织编写法律释义,引导准确把握《中医药法》的精神实质和基本内容。《中医药法》法律体系日益完善,为中医药传承创新发展提供了有力的法律保障。

2022年,河南省第十三届人民代表大会常务委员会第三十二次会议审议通过了《河南省中医药条例》,并于10月1日起施行。在《河南省中医药条例》中,对中医药守正创新、传承发展等进行了充分体现。比如明确支持有条件的中医药院校依据有关规定单独招生;弘扬传统中医药文化,建立健全以中医学文化为核心,涵盖洛阳正骨文化、怀药文化、大宋中医学文化等富有历史底蕴和地域特征的河南中医药文化体系等。

促进中医药传承创新发展

一是中医药服务能力得到提升。《中医药法》实施7年来,中医药服务能力稳步提升,有效满足了广大人民群众多层次、多样化的中医药服务需求。在村卫生室,中医药适宜技术推广得到有效推广,充分发挥中医药在防治常见病、慢性病中的优势,切实降低广大人民群众就医费用,提高了中医药

在人民群众中的认可度和应用水平。在乡镇卫生院,中医馆建设如火如荼,“一馆一特色”、“简、便、验、廉”优势尽显,涌现出一批基层中医学带头人,在群众中具有良好的口碑。中医科由原来的边缘科室逐步成为卫生院“挑大梁”的科室。在县级中医院,中医优势特色专科建设成为带动医院发展的“领头羊”,在提升自身医疗技术水平的时候,通过开展中医药适宜技术培训,推动优质中医药资源下沉,搭建医疗技术帮扶平台,有效带动了全院乃至整个地区的中医药发展。

二是促进了中药的发展。《中医药法》鼓励发展中药材规范化种植养殖,严格管理农药、肥料等农业投入品的使用,禁止在中药材种植过程中使用剧毒、高毒农药;建立道地中药材评价体系,扶持道地中药材生产基地建设,加强道地中药材生产基地生态环境保护。《中医药法》实施7年来,中药材的种植面积、药材质量、炮制水平都有了大幅的提升。

另外,《中医药法》规定,在村级医疗机构执业的中医医师、具备中药材知识和识别能力的乡村医生,按照国家有关规定可以自种、自采地产中药

并在其执业活动中使用;对市场上没有供应的中药饮片,医疗机构可以根据本医疗机构医师处方的需要,在本医疗机构内炮制、使用;医疗机构可以凭本医疗机构医师的处方对中药饮片进行再加工。这些政策促进了中药饮片、中药制剂在基层医疗机构的临床应用。

三是促进中医药文化宣传。《中医药法》规定,县级以上人民政府应当加强中医药文化宣传,普及中医药知识,鼓励组织和个人创作中医药文化和科普作品。《中医药法》实施以来,各地相继开展了中医药文化进基层、进校园、进社区,以及中医药文化宣传月等活动,促进了中医药文化的普及。例如,武陟县卫生健康委和文联联合举办了2023武陟县“岐黄杯”中医药文化摄影大赛,吸引百余名摄影爱好者深入中医科室、诊所,用镜头记录新时代中医药工作取得的成就;深入田间地头、商铺工厂,从摄影角度展示灿烂的怀药文化;深入学校、乡村,从摄影人的视角呈现中医药文化进基层,展示文化自信,推动了当地中医药文化的宣传工作。

(作者供职于河南省武陟县卫生健康委)

杏林撷萃

笔者在工作中发现,有些患者对用中药治疗疾病心存疑虑。因此,笔者针对这些疑惑,不揣浅陋,做简要解释。

劳动创造了人类,同时也创造了医药,这是一个不争的事实。我们的祖先运用草根、树皮治疗疾病。古代医学家反复验证每味中药,一点儿一点儿地积累经验,再逐渐上升到理论层面,形成了独具特色的的一门医学。

在原始时代,我们的祖先在寻找食物的过程中,由于饥不择食,难免会误食一些有毒的植物,导致呕吐、腹痛、泄泻,甚至昏迷或死亡等中毒症状。通过漫长的经验积累过程,祖先发现因偶然吃某些植物使有毒植物所致的呕吐、腹痛、泄泻等症得以缓解甚至消除。经过不计其数的口尝身受,又经口耳相传,逐渐积累分辨食物和药物的经验,从而了解了植物学知识,这就是人类生活的早期对中草药的发现历程。

进入氏族社会,人类发明了弓箭,生活来源以狩猎和捕鱼为主。人类觅食多种动物,发现一些动物的肉或骨对一些疾病有治疗作用,从此发现了动物药。到氏族社会后期,随着种植业、饲养业的发展,人类发现了更多的药材,用药知识也不断丰富,形成了早期的药物疗法。因此,中药是我国劳动人民长期生活实践和医疗实践的结果。由于它来源于实践,所以每味药的功效都不是臆想出来的。

《淮南子·修务训》记载:“(神农)尝百草之滋味,水泉之甘苦,全民知所避就。当此之时,一日而遇七十毒。”从中可知,每味中药的发现,是经验积累和艰苦实践得出来的,中药起源于人类对生产劳动的真实写照。

到夏商周时代,人工酿酒与汤液的应用,对中医药的发展起到了巨大的促进作用。酒字在甲骨文中已出现,酒不仅是一种饮品,还能通血脉,为后世加工炮制中药时的常用辅料之一。《辞海》记载:“汤液由中药加水煎煮而成,可取汁饮服的液体制剂。”也就是现代人所说的汤药。夏商周时代,人类已经发明了陶制器皿,并广泛在日常生活中应用。陶制器皿的出现,促进了中药汤剂的发展。当今传统的煎药工具,还是以砂锅、瓦罐为佳。

随着文字的出现和使用,药物知识由口耳相传转变为文字记载。文字传播为媒介,使中药知识广泛传播。东汉许慎编著《说文解字》说:“药,治病草。”说明当时以植物类药材相对较多,明确了中药是治病武器。

东汉末年,《神农本草经》问世,它是现存最早的中药学著作,亦是本草学的奠基之作,被称为中医四大经典著作之一。《神农本草经》在总结了东汉以前的药物学成就的基础上,为现代中药学学科建设奠定了坚实基础。

要说中药为什么能治病,现只能用某味中药的药性、功效来阐述。得知中药药性、功效来源于2000多年前,人类亲身用中药治疗疾病的体验,是从实践中摸索出来的药性、功效。比如大黄,是一味泻下药,性寒,味苦,具有泻下攻积、清热泻火、凉血解毒、逐瘀通经的功效。

历代医学家运用中药不断积累经验,最初只是用单味药治病,在实践中逐渐发现几味药配合应用的疗效优于单味药,后来才慢慢形成了方剂。历代医学家不断努力与总结,完善了中药理论体系。

中药学虽然起源于远古时代,但是应与时俱进,只有发展才有生命力。

(作者供职于淇县中医院,系全国基层名老中医药专家传承工作室指导老师)

中药的起源

□牛凤景

养生食谱

夏季风热感冒——荷桑菊花茶

□李佩琳

材料:荷叶30克,桑叶30克,菊花10克。

做法:将荷叶、桑叶、菊花放入锅内,加入适量清水,煎煮至水沸即可。温服,代茶饮。

功效:荷叶,可以清暑化湿;桑叶、菊花,可以疏散风热、清肺润燥。荷叶、桑叶、菊花合用,有疏风解表、祛暑化湿之效。

明目通便——蒜香胡萝卜

□毛磊

材料:胡萝卜2根,蒜苗4根,大蒜10瓣,盐、胡椒粉、花椒粉、酱油、味精适量。

做法:将胡萝卜去皮,切成菱形片;蒜苗洗净,切成段;大蒜切碎;起锅烧油,待油五成热时,放入大蒜炸成金黄色,再放入胡萝卜炒软;调入适量盐、胡椒粉、花椒粉、酱油和味精,最后倒入蒜苗,翻炒约15秒即可出锅。

功效:明目通便。

补气抗衰老——制何首乌红枣粥

□张智强

材料:制何首乌10克,红枣25克,粳米100克,红糖适量。

做法:砂锅中放入制何首乌和适量清水煎煮30分钟,滤渣留汤;汤中加入红枣和粳米煮至粥稠,最后加入适量红糖调味即可。

功效:补气血、益肝肾、黑须发、抗衰老,用于须发早白、面色不华。此粥是驻颜抗衰老的良方,常食可以令人容光焕发、头发黑亮润泽。需要注意的是,大便溏者不宜食用。

清暑化湿——荷兰粥

□李培利

材料:粳米50克,薏苡仁、扁豆各30克,荷叶、佩兰各15克。

做法:薏苡仁、扁豆提前用温水浸泡2小时~3小时;锅内加入适量清水,放入薏苡仁、扁豆、粳米、荷叶煮30分钟,最后加入佩兰即可。

功效:薏苡仁,具有利水渗湿、健脾止泻的功效;扁豆,具有健脾和中、消暑化湿的功效;荷叶,具有清暑利湿、凉血止血的功效;佩兰,具有芳香化湿、醒脾开胃的功效。夏季食用此粥,具有消暑化湿的功效,适合由暑湿引起的呕吐、腹泻、胸闷等症状。

(以上作者均供职于河南省中医院健康管理中心)

中药传说

相传,有一年安国被瘟疫笼罩。邳彤率部外出巡视,一进入疫情村,就听见街旁院子里传出凄惨的哭声,还看到里面停着两具尸体。院子里,一位白发苍苍的老妇人和两个孩童抚尸大哭。邳彤经询问得知,老妇人的儿子、儿媳均感染瘟疫丧生。邳彤从小爱好中医,精读《黄帝内经》,但面对瘟疫,却一时想不出良策。

邳彤走了一村又一村,走到哪里,药方就开到哪里。药方调整了一次又一次,都不见效果,邳彤吃不下饭,睡不好觉。这天早晨,邳彤在空荡的街道上漫步,思索着治疗瘟疫的药物。从村东头走到村西头后,突然感到街道非常安静,这里似乎没有发生瘟疫,这是怎么回事呢?

邳彤路过一户院子,院内一位满头白发的老人正端着草喂牛。这一户竟人畜平安,邳彤走到门前问:“老人家,您多大岁数啦?”老人说:“不瞒您,我今年已70岁了。”邳彤又问:“您家里有几口人?”老人回答:“祖孙三代,共13口人。”邳彤又道:“家人都干什么营生?”老人说:“这一片闹瘟疫,我不让他们出门,他们都在屋

里待着呢!”

过了一会,邳彤又试探着问:“老人家,你们这里似乎没有瘟疫。”老人说:“是呀,我们这半条街,家家平安、户户健壮。”“敢问老人家,你们吃的饭和村东头的人一样吗?”“一个村住着,当然一样。”“那喝的水呢?”“全村就一口井,家家户户喝的都是这口井的水。”邳彤又问:“我能看看您家吃什么饭吗?”“行。”老人随即从屋里端出一盆饽饽来,邳彤看了看,确实和村东头村民的一模一样,既然饮食相同、饮水同源,为什么这里没人感染瘟疫呢?

邳彤百思不得其解,走到水缸前低头一看,水缸里似乎泡着什么,便问老人:“这水缸里泡的是什么?”老人说:“我们都叫它贯众,是地里长的一种野菜。”“那你们为什么把它泡在水缸里呢?”“当年一位老人骑着独轮车

贯众

□王光安

路过这里,正赶上我家老祖宗发热,老人说泡这种草就能治病。于是,老祖宗的后人就刨了这种草泡在水缸里。老祖宗喝了缸里的水,病就好了,从此流传下来。”邳彤听到这里,恍然大悟,原来贯众水抗瘟疫。

邳彤急忙回到驿馆,动员全体村民挖贯众,再泡贯众水喝。村民喝了贯众水,果然病好了。从此,安国就流传出“家家水缸泡贯众”的习惯。

贯众味苦,性微寒,归肝经、脾经,具有清热解毒、凉血止血、杀虫的功效,主治风热感冒、温毒发斑、血热出血、虫疾。此外,贯众还可用于治疗烧烫伤及妇人带下等病证。需要注意的是,阴虚内热及脾胃虚寒者不宜使用贯众,孕妇慎用贯众。

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)

药食同源话莲子

□黄鸿吴文/图

莲子为睡莲科植物莲的干燥成熟种子,别名藕实、水芝丹等。莲子老少皆宜,深受人们喜爱。从古至今,莲子作为一种重要的药食两用食品,广泛应用于传统点心、养生保健药膳、医药等领域。

中医认为,莲子性平,味甘、涩,入心经、脾经、肾经,具有清心安神、补中醒脾、益肾涩精的功效。古籍中也有不少关于莲子的记载,《冯氏锦囊秘录》曰:“(莲子)补中养神清心,禁精泄,清火通血脉,聪耳目,健脾胃,止泻痢,禁崩带,心肾相交,精固神悦。”由此可见,莲子有多种保健或治疗功效。《备急千金要方》记载:“食之令人心欢,止渴去热,补中养神,益元气,除百病。”

在临床中,莲子作为一种一味中药,常用于治疗失眠、虚汗、遗精、心悸、久痢、淋浊、腰痛、妇人带下等病证。日常适量服用莲子,能够延年益寿、强身健体。另外,在常用方剂参苓白术散中,也有莲



子的身影。《本草纲目》称莲子为“脾之果”。莲子健脾益气,脾虚泄泻者可以将莲子去心后食用。

《随息居饮食谱》说:“(莲子)可磨以和粉作糕,或同米煮为粥饭,健脾益肾,颇著奇功。”莲子的食用方式除了作糕或粥饭外,日常还能用于制作点心、炖汤、菜肴等。莲子属于低脂肪、高蛋白食品。研究人员发现,莲子含有丰富的蛋白质、维生素、膳食纤维、碳水化合物,以及黄酮类、生物碱等成分,具有抗衰老、降血糖、抗

氧化、抗肿瘤等作用。

莲子虽然好,但是也有需要注意的地方。《本草害利》记载:“莲子性涩,大便燥者勿服。生食过多,微动气胀。”指出便秘患者慎吃莲子,而且生食过多会引起腹胀。此外,莲子性较寒凉,脾胃虚寒、虚弱者忌食用。

笔者介绍两款莲子食疗方:

莲子粥 材料:莲子20克~30克,粳米50克,白糖适量。做法:莲子去心和皮,粳米洗净;锅内加入适量清水,放入莲子和粳米,待粥成时加入适量白糖拌匀即可。功效:清心安神、补脾止泻。

莲子茯苓糕 材料:莲子150克~200克,粳米100克,糯米100克,茯苓100克,白糖适量。做法:将莲子、粳米、糯米、茯苓研成粉,加入适量白糖拌匀,倒入适量温水捏成糕状;最后放在锅里蒸25分钟~30分钟即可。功效:利水渗湿、固精止带。

(作者系暨南大学中医学院博士研究生)



制图:李歌

征稿

您可以发表自己的看法,说说您与中医药的那些事,或者写一写身边的中医药故事,推荐您喜爱的中医药书籍。

《节气养生》《读书时间》《读名著·品中医》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《中医典故》等栏目期待您的来稿!

联系人:李歌

投稿邮箱:258504310@qq.com

邮编:450046

地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部