

## 杏林撷萃

## 宋氏消化内科学术流派

## 精诚济世 患者至上

□宋君实

宋氏消化内科学术流派可追溯至清朝末年,至今已绵延140余年,2022年12月被评为河南省首批优质中医学学术流派。其渊源始于河南省宝丰县,宋子余开设医馆行医济世。后来,为了躲避匪患,宋氏家族迁徙至驻马店,并在驻马店重新开设医馆,继续为当地百姓提供医疗服务。宋氏消化内科学术流派注重整体观念和辨证论治,强调辨证施治、因人而异的治疗原则,对于消化系统疾病的诊断和治疗有着独到的见解和方法。

## 第一代:创立者宋子余

宋氏消化内科学术流派的创立者宋子余,在驻马店行医数十载,医术与医德在当时社会中赢得了极高的声誉。有一年,瘟疫盛行,人们在恐惧和痛苦之中。宋子余运用深厚的中医知识和丰富的临床经验,正确辨证治疗瘟疫,成功救治了许多患者。

宋子余深知瘟疫是由病毒侵入人体,破坏人体的阴阳平衡和脏腑功能,导致疾病发生的。因此,宋子余针对瘟疫的病理特点,采用清热解毒、扶正祛邪、调和脏腑等方法进行治疗。宋子余的治疗方法,不仅有效地遏制了患者病情恶化,还使许多患者逐渐恢复了健康。

宋子余医术精湛、医德高尚,对待患者如同亲人。他的医术和医德深深地打动了患者和家属的心,使患者和家属对他充满了感激和敬仰。因此,宋子余在驻马店享有极高的声望和地位。

宋子余的成功不仅体现在医术上,还体现在他对中医药文化的传承和发扬上。他将医学知识和临床经验传授给弟子们,使宋氏消化内科学术流派得以延续和发扬。

## 第二代:继承者宋汝震

宋汝震自幼跟随父亲宋子余学医。宋汝震勤勉不辍,广纳博采,不仅将家传中医理论精髓内化于心、外化于行,还深入研究中医经典,构建自己的医学知识体系,为日后在中医内科领域的辉煌成就奠定坚实基础。

宋汝震在中医内科疾病的治疗上,展现出非凡的才华与深厚的造诣。宋汝震精通辨证施治之道,能够精准把握患者的病情,并且因人而异,为患者制定个性化的治疗方案。无论是中药的精准配伍,还是针灸手法的巧妙运用,宋汝震皆彰显医术之精湛与独到。在宋汝震的精心调理下,无数患者重获健康,其疗效之显著,赢得了业界的广泛赞誉。

宋汝震始终秉持“大医精诚”之理念,视患者如至亲,以一颗慈悲之心,为患者解除疾苦。在诊疗过程中,他耐心地倾听患者的心声,细致入微地观察患者的病情变化,积极为患者排忧解难。他的仁心仁术,赢得了广大患者的高度评价。

宋汝震深知传承与创新的重要性,不仅将医术无私地传授给弟子们,还积极推动中医内科疾病治疗领域的研究与创

新。宋汝震鼓励弟子们勇于探索未知领域,敢于挑战传统观念,为中医药文化发展注入新的活力。

## 第三代:发扬者宋广仁

宋氏消化内科学术流派第三代传承人宋广仁,继承祖父宋子余之医术,深谙中医四大经典之奥义,又广采博引,熟读医籍,铸就了坚实的中医理论根基。宋广仁擅长内科疾病的调治,特别是在脾胃肝胆疾病的诊疗上成绩斐然,令业界瞩目。

宋广仁不仅继承家学,还勇于开拓,锐意进取。他匠心独运,创立驻马店镇联合诊所与联合医院,为百姓铺设健康之路,以优质服务惠及四方。宋广仁医术精湛,医德高尚,深得民心。

宋广仁视医术传承为己任,更将医德培育视为灵魂。他秉持“患者至上”之信念,以仁者之心关怀患者,解患者疾苦,忧患者所忧。其医德医术交相辉映,在患者心中铸就了崇高形象。鉴于宋广仁之卓越贡献,宋广仁之名,其名字被记载于《驻马店市志》。

## 第四代:创新者宋中午

宋氏消化内科学术流派第四代传承人宋中午,承袭父亲

宋广仁学术思想之精髓。宋中午对中医药怀有无比热忱,他的童年时光是在中医药典籍的海洋中度过的,《药性赋》《汤头歌诀》《频湖脉学》等经典之作,如珍珠般串联起他医学启蒙的轨迹。这些古籍的背诵,不仅锤炼了宋中午对中药药性、方剂配伍的深刻领悟,还在宋中午的心灵深处种下了对中医药学无比热爱的种子。

自幼培育的中医情缘与坚实基础,铸就了宋中午日后不同寻常的中医之路。宋中午以中医理论为基础,精准辨证施治,又将现代医学知识融入其中,为患者量身打造治疗方案。在宋氏消化内科学术流派的传承道路上,宋中午不仅是忠实的继承者,还是卓越的发扬者。

宋中午深谙宋氏消化内科学术流派之精髓——辨证论治,以人为本。对于脾胃肝胆疾病之治疗,宋中午尤为擅长,以中药方剂为“剑”,屡克顽疾,解救患者于水火之中。宋中午医术高明,医德高尚,深受患者喜爱。

在传承与创新的天平上,宋中午游刃有余。宋中午既立足传统,又勇于突破,将现代医学的先进理念与技术融入中医实践,为中医内科疾病的治疗开辟新径。中医学院科班出身

的宋中午,不仅拥有扎实的中医药理论基础,还积累了丰富的临床经验。

如今,在驻马店市第二中医院中医科,宋中午以卓越的医术与不懈的探索精神,续写着宋氏消化内科学术流派传承的新篇章。宋中午对于慢性肝炎的治疗,独树一帜。宋中午所著《中医辨证治疗慢性肝炎》,获得驻马店市科技进步奖三等奖。《乙肝胶囊治疗慢性乙型肝炎的临床研究》项目,获得驻马店市科技进步奖二等奖。宋中午不仅为慢性乙型肝炎患者带来了希望,还为中医肝病治疗做出了贡献。《中医药治疗肝硬化七十六例临床观察》《黄精枯草膏治疗肺结核五十三例》等论文,不仅是宋中午临床实践的智慧和结晶,还为相关疾病的研究提供了宝贵的实证资料与理论支撑。

此外,宋中午在驻马店市中医药学会主办的学术交流会议上做病例分享,如《呕吐治验》等,均荣获优秀论文奖。这些病例不仅是宋中午精湛医术的生动展现,还是宋中午对患者病情深刻洞察与精准施治的明证。宋中午以独到的视角与深邃的思考,引领着中医药临床实践的探索与前行。

(作者供职于河南省驻马店市第二中医院)

## 养生堂

炎炎夏日,蝉鸣聒噪,空调成了我们非常重要的“朋友”。怎样度过一年中最热的时段,中医隐藏着一些养生智慧。让我们一起来探索三伏天的养生方法吧!

## 三伏天的含义

三伏天是指一年中最热的时期,分为初伏、中伏和末伏,一般30天~40天。

阳气是人体生长、发育、繁殖的根源。俗话说:“人活一口气。”阳气也是人体各个脏腑、组织、经络发挥正常功能,以及精血、津液输布的动力。五脏六腑、十二经脉,只有得到阳气的激发,才能各司其职,共同维持人体正常的生理功能。

这一团阳气,就是“生命之火”。清末著名伤寒学家郑钦安《医理真传》云:“人身一团血肉之躯,阴也,全赖一团真气运于其中而立命。”这一团真气,也就是我们平常说的阳气。阳气生长、收藏的过程,就是生命运作的规律。

三伏天养生重点:第一是保护脾胃。三伏天是把阳气从天空藏入土地中,如果土地到处都是瘀堵,阳气自然不容易进入土地中,就会被隔离在外面,人们会觉得天气炎热。《道德经》言:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”人体同大自然一样,脾胃就是人体的中焦,五行属土,相当于大地,无论是阳气从里向外的生发,还是由外到内的收藏,脾胃都是必经之处,所以保护脾胃很重要。

第二是保护肺,也就是与呼吸相关的脏腑。因为肺有宣发肃降的功能,阳气的收藏与肺的功能密切相关,所以只有保护肺的功能,才能让阳气更好地收藏,顺利进入土地中。三伏天人觉得炎热的主要原因,就是阳气还没有完全收藏入土地中,阳气收藏下去,就不会觉得那么热了。

既然三伏天有这样的特点,那么除了常规的养生方法,比如正午减少外出、适当补水之外,阳气的收藏才是三伏天养生的重点。

## 养生措施

饮食有道,喝热茶 这个热茶不单指水温,更重要的是茶性,比如绿茶、花茶、乌龙茶、白茶等都是凉性的。人们应选择偏温性的茶,喝到身体微微出汗即可。出汗的过程,是体表毛孔打开的过程,热量会随之排出体外,这样就会觉得身体凉爽了,可以帮助肺气更好地顺降。肺气顺降,可以帮助人们把阳气收藏起来。另外,温性茶还具有和胃暖脾的功效,使中焦的瘀滞更容易疏通,阳气的收藏之路也就更加顺畅。

温通有方,做艾灸 现代人寒湿重,阳气收藏的道路不通畅。因此,艾灸是一种好方法,可以温通阳气的收藏之路。艾灸,不仅可以帮助人们祛除脾胃的寒湿,还可以补充阳气。艾灸一些相关的穴位,比如关元穴、气海穴、足三里穴等,还可以帮助人们收藏阳气。三伏天是一年中医气比较充足的时段,如果人们顺势而为,调理脾胃,可以获得事半功倍的效果。

起居有序 午睡有道 午睡时间不能超过30分钟,否则可能会影响晚上的睡眠质量,晚上应在23时前上床睡觉。俗话说:“心静自然凉。”人们每天抽出一会儿时间安神定魄,就不会觉得那么热了。有些人觉得热,其实是心不够静而已。

## 注意事项

三伏天,不建议人们采用以下降温方法。摄入过多生冷食物 人们摄入过多生冷食物(如西瓜、黄瓜等),容易损伤脾胃。脾胃功能下降,会导致阳气收藏更加困难。因为现代人身体寒湿比较重,所以摄入过多生冷食物,会加重脾胃的负担。人们摄入生冷食物后,当时感觉比较凉爽,但是过一会儿会变得更加炎热。

空调房间温度过低 开空调是迅速降温的方法之一。如果天气非常炎热,可以适当地使用空调把房间的温度降下来,但是空调不能对着身体直吹,这样很容易感冒,甚至引起面瘫。因为夏天人们的皮肤毛孔都是打开的,所以寒气会顺着皮肤毛孔直接进入人体内部。寒气进来容易,想排出去就困难了。因此,夏天开空调要适度,不可贪凉。

(作者供职于河南省漯河市源汇区人民医院大刘分院)

## 三伏天的中医养生智慧

□张笑嘉

## 中药传说

很久以前,有一位秀才时常感到头晕、头痛。秀才起初以为是自已读书过于劳累造成的,并没有在意;后来,他的头痛症状加剧,有时甚至头痛难忍,伴面部发麻、身冒冷汗。秀才曾多次请医生诊治,都毫无效果,他为此被折磨得面容憔悴、愁眉不展。

一天,秀才的一个朋友给他介绍了一位外地医生,说这位医生有专治头痛的妙方。于是,秀才迫不及待地前往这个地方就。见到医生后,秀才详细讲述了自已的病情,医生也详细问诊、把脉一番。医生安排秀才住在他家里,对其进行治疗。当日,医生从药箱中取出一粒药丸,让秀才放在嘴里慢慢嚼,然后端来一碗荆芥水,让秀才用荆芥水将药丸服下。医生说:“每天服2丸,5天内肯定能好。”

秀才从咀嚼药丸开始,就有一种特别的感觉。秀才感到有一股特殊的香气直通鼻窍,喝了那碗荆芥水把药丸咽下后,又觉得

香气上达头顶。很快,秀才的头痛症状便消除大半,并感到神清气爽,脸上露出了久违的笑容。

秀才很崇拜医生的医术,并对医生那粒药丸充满好奇。一天晚上,秀才迷迷糊糊听到一种石臼磨药的声音。于是,秀才偷偷起床查看,在昏暗的灯光下,看到医生正在炮制药丸。医生把一种带有茎叶的草药,取下白色的根放入石臼中,反复研磨,直到磨成细粉,再经过一些程序,便制成了药丸,然后放在木制盘里干燥……

次日一早,秀才从梦中醒来,看到医生站在他的床前。医生镇

静地说:“我知道你已经看过我做药丸了,就不瞒你了。这种草药是我的家传秘方,可以治疗头痛。”秀才的脸红了,害怕医生责怪他。但是,医生接着说:“遗憾的是,这种草药没能传下来名字。我想,你是秀才,一定能给这种草药起个合适的名字。我相信看到医生正在炮制药丸。医生把一种带有茎叶的草药,取下白色的根放入石臼中,反复研磨,直到磨成细粉,再经过一些程序,便制成了药丸,然后放在木制盘里干燥……”

秀才的病不到5天,就痊愈了。为了给草药取名字,他专门去药棚里仔细观察草药,反复琢磨。临走的那天,秀才对医生说:“这种草药就叫‘白芷’吧!‘白’是它的颜色,‘芷’是香草的意思。”

医生听后,拍手叫好。于是,这个名字就流传了下来。白芷是伞形科植物多种白芷的干燥根,早在《神农本草经》就记载了其功效。白芷味辛,性温,气芳香,归肺经、脾经、胃经,具有解表散寒、祛风止痛、通鼻窍、燥湿止带、消肿排脓的功效。白芷常用来治疗风寒感冒、头痛、牙痛、风湿痹痛、鼻渊、带下证、疮痈肿痛、皮肤风湿痒痒等。

白芷长于止痛,对前额头痛、眉棱骨痛、头痛、牙痛或牙龈肿痛、关节痛、腕腹冷痛、疮疡初起红肿热痛等,恰当配伍,均有显著的止痛效果,是知名的“香药”,还被誉为“止痛明星”。

(作者供职于河南省辉县市中医院)



□尚学瑞 文/图

## 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》《我与中医》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》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8楼  
医药卫生报社编辑部



## 孙思邈与蒲公英

□胡皓

孙思邈(581年~682年),京兆华原(今陕西省铜川市耀州区)人,唐代著名医学家。

一天夜里,孙思邈因翻弄药草,手指被木刺扎了一下,出现红肿症状,天亮时已肿胀严重,疼痛难忍。十几天后,孙思邈的手指仍疼得厉害,创面也在一天天扩大。

在临床中,孙思邈经常用蒲公英治疗脓肿,于是他采来一些蒲公英内服、外敷,用药后很快就感到舒适,疼痛也减轻了。不到10天,孙思邈的手指便恢复了。明代医药学家李时珍的《本草纲目》记载有此事。蒲公英有“天然抗生素”之称,故可治疗恶刺。

蒲公英,又名黄花地丁,为菊科多年生草本植物蒲公英及其多种同属植物的带根全草,夏秋两季采收,入食则鲜用,入药鲜用、晒干应用均可。蒲公英在全国各地均有分布,生长于山坡草地、田头路边。别看它是

路边野草,经济价值不大,却是药食俱佳的“天然抗生素”。

中医认为,蒲公英性寒,味苦、甘,入肝经、胃经,有清热解毒、消痈散结、利湿祛黄、通淋止痛的功效,为中医传统的清热解毒药物,历代医学家将其用于治疗乳痈、疔肿等,疗效令人满意。《新修本草》言其“主妇人乳痈肿,水煮饮之”。《本草衍义补遗》言其“解食毒,散食滞,化热毒,消热结核疔肿”。《本草备要》言其“专治乳痈,疔毒,亦为通淋妙品”。

营养成分分析结果表明,蒲公英富含蛋白质、碳水化合物、脂肪、钙、磷、铁、维生素C、胡萝卜素、维生素B<sub>2</sub>等。此外,蒲公英还含有多种氨基酸及微量元素。《本草纲目》言蒲公英“嫩苗可食”。清代医学家王士雄《随息居饮食谱》言蒲公英“嫩可茹,老则入药,洵为上品”。

药理研究表明,蒲公英含蒲公英甾醇、蒲公英素、蒲公英苦素、果

胶、胆碱等,对金黄色葡萄球菌、溶血性链球菌有较强的杀灭作用,对肺炎双球菌、白喉杆菌、绿脓杆菌、痢疾杆菌、伤寒杆菌等也有一定的杀灭作用。

目前,蒲公英已被制成多种剂型,如针剂、片剂、糖浆、冲剂等,广泛用于临床多种感染性疾病。蒲公英除了用于外科治疗淋巴管炎、疔肿、乳痈、丹毒外,还用于治疗上呼吸道感染、传染性肝炎、五官科感染、慢性胃炎、消化性溃疡等,甚至手术后预防感染等,都具有良好的效果。

蒲公英药源广泛,疗效确切,在医疗卫生服务相对薄弱的农村地区更具有现实意义。一些有经验的乡村医生遇见感染发炎患者,特别是乳痈、疔疮疖肿患者,常叮嘱患者用蒲公英煮粥服食,同时用本品捣烂外敷,疗效十分可观。

(作者供职于湖北省远安县人民医院)

## 养生食谱

## 小儿泄泻——胡萝卜粥

□李珺琳

材料:胡萝卜50克,粳米50克。

做法:胡萝卜洗净,切成丁备用;粳米淘洗干净;锅内加入适量清水,水沸后放入粳米,煮成粥后再放入胡萝卜,煮至胡萝卜软烂即可。

功效:胡萝卜,可以健脾化滞、下气补中,利肠胃、安五脏。此粥适合脾虚泄泻患儿服用。

(作者供职于河南省中医院健康管理中心)