

■ 读名著·品中医

《红楼梦》中医案的特点

□程传浩 曹珊 许二平

《红楼梦》以封建社会现实生活为描写对象，内容包罗万象，被称为封建社会的百科全书。据统计，120回本《红楼梦》中，涉及疾病与医药的有66回，涵盖中医药描写290多处，详细中医病案13个，方剂45个。书中多处涉及医药相关内容，主要用以刻画人物性格、展现生活经历，并非凭空杜撰，既体现出作者深厚的医学素养，也折射出其所处时代的中医药发展水平与时代特色。

重视脉诊，并作为四诊之首

《红楼梦》涉及人物疾病的描写中，有许多关于脉学的记载，如秦可卿的脉案、林黛玉的脉案、晴雯的脉案、尤二姐的脉案等。“切而知之谓之巧”，民间一直将脉诊能力视为医生诊疗水平的试金石，医生也将脉诊视为体现自己水平的“招牌”。如秦可卿医案中，贾蓉与医生张友士有如下交谈。

贾蓉道：“正是。请先生坐下，让我把贱内的病说一再说再看脉如何？”那先生道：“依小弟的意思，竟先看脉再说的为是，再将这些日子子的病势讲一讲，大家斟酌一个方儿，可用不可用，那时大爷再定夺。”

贾蓉想先说病情再诊脉，是表示诚意和对医生的尊重，以免出现脉症不符的尴尬场面，实际未尝不是一种考校；而张友士“闻弦歌而知雅意”，坚持先把脉再叙病情，也显示了张友士的自信。张友士诊脉叙症的结果如何呢？旁边一个贴身服侍的婆子道：“何尝不是这样呢。真正先生说的如神，倒不用我们告诉了。如今我们家现有好几位

太医老爷瞧着呢，都不能真切得见的这么。有一位说是喜，有一位说是病，这位说不相干，那位说怕冬至，总没有个准话儿。求老爷明白指示指示。”

在这场医患交流中，医生以精准的脉诊取得了患者的信任，建立了良好的医患关系，为后期的治疗奠定了基础。

在晴雯伤风医案中，所请医生也是直接脉诊就下诊断：“小姐的症是外感内滞，近日时气不好，竟算是个小伤寒。幸亏是小姐素日饮食有限，风寒也不大，不过是血气原弱，偶然沾带了些，吃两剂药疏散疏散就好了。”后来，晴雯给宝玉补雀金裘，一夜劳顿过度，脉现虚浮微缩，王太医断为：“敢是吃多了饮食，不就成了劳了神思。”可见脉诊当时已列四诊之首，成为医患共识、对医生而言，尤其重要。

从五行论脏腑病机

由于脉诊的重要性，病机自当从脉诊而阐发，寸、关、尺分布有五脏六腑，因此从五脏五行学说角度阐发病机，成为明清医学的重要特点。《红楼梦》中的医案，以秦可卿医案、尤二姐孕证误治案、林黛玉肝郁积案为典型，尤以秦可卿医案为胜。尤二姐闭经3个月，便请了胡太医，

诊脉看了，说是经水不调，全要大补。病家以为是胎气，胡太医却说：“若论胎气，肝脉自应洪大。然木盛则生火，经水不调亦皆因肝木所致。”

此论可见于清代雍正年间阎纯玺《胎产心法》：“肝为血兮肺为气，血为营兮气为卫”“血气旺无妊，血旺气衰应有嗣。”左关为肝，肝主血，“血旺气衰应有嗣”即胡太医所谓“若论胎气，肝脉自应洪大”。尤二姐肝脉洪大，到底是肝火之月经不调还是胎气？胡太医认为是经水不调：“然木盛则生火，经水不调亦皆因肝木所致。”胡太医从五行相生角度，认为木能生火，肝火致月经不调。胡太医是误诊，还是另有隐情？疑点颇多。

林黛玉与贾宝玉姻缘难成，因孕病倒，王太医手书脉案：“六脉弦迟，素由积郁，左寸无力，心气已衰。关脉洪滑，肝邪偏旺。木气不能疏达，势必上侵脾土，饮食无味；甚至胜所不胜，肺金定受其殃。”此处病机亦以五行阐释：肝木乘土，肝木胜所不胜（肺金），即肝木一亢，脾土、肺金受邪，属于典型的五行生克乘侮的认知模式。在《红楼梦》第45回，薛宝钗劝解林黛玉说：“肝火一平，不能克土，胃气无病，饮食就可以养人了。”亦是此种思路。

在《红楼梦》第10回，张友

士据脉辨证治秦可卿医案，以五行论病机，尤为精到；左寸沉数，左关沉伏；右寸细而无力，右关虚而无神。其左寸沉数者，乃心气虚而生火；左关沉伏者，乃肝家气滞血亏；右寸细而无力者，乃肺经气分太虚；右关虚而无神者，乃脾土被肝木克制。心气虚而生火者，应现今经期不调，夜间不寐。肝家血亏气滞者，应肋下痛胀，月信过期，心中发热。肺经气分太虚者，头目不时眩暈，寅卯间自然自汗，如坐舟中。脾土被肝木克制者，必定不思饮食，精神倦怠，四肢酸软。这里涉及肝木克土、肝木生火、心虚生火、木火刑金、土不生金，也是以脉合五行，从五行论脏腑病机及脏腑关系的。

药方多用成方，以温补为主

明清医风，自金元朱丹溪之苦寒而转为温补，江浙医家多崇尚补益先后天之本，用药以经典成方为主。《红楼梦》中出现的方剂（如独参汤、人参养荣丸、调经养荣丸、八珍丸、八珍益母丸、六味地黄丸、左归丸、右归丸、天王补心丹等），均有显著的时代特色。

在《红楼梦》第3回，林黛玉言：“如今还是吃人参养荣丸。”贾母说：“正好，我这里正配丸药

呢，叫他们多配一料就是了。”在《红楼梦》第45回，薛宝钗论林黛玉痰嗽时说：“你那药方上人参、肉桂，觉得太多了。虽说益气安神，也不宜太热。”可见当时温补风气之盛。祛邪宜“轻灵”。在《红楼梦》第51回，胡“庸医”给晴雯看病，用药不过“紫苏、桔梗、防风、荆芥等药，后面又有枳实、麻黄”，便被宝玉斥道：“凭他有什么内滞，这枳实、麻黄如何禁得。”从书中对“虎狼药”的抨击来看，可见当时崇尚温补的风尚。

精心配制药方

秦可卿医案所用方剂亦属典型五行生克思路，张友士为秦氏所开之方为《红楼梦》自拟方“益气养荣补脾和肝汤”。此方以人参养荣汤为基础，加用醋柴胡、怀山药、阿胶（蛤粉炒）、延胡索以疏肝解郁。“补脾和肝”，从木土关系立论，有明显以五行立意之特点。

在《红楼梦》第45回，薛宝钗论林黛玉痰嗽时说：“依我说，先以平肝养胃为要。肝火一平，不能克土，胃气无病，饮食就可以养人了。”在《红楼梦》第83回，王太医治林黛玉痰血上涌时，“理宜疏肝解郁，涵养心脾”，用“姑拟黑逍遥以开其气，复用归脾固金以继其后”，就是采用疏肝保肺之法，以黑逍遥散疏肝、养肝，肺金不受肝侮，达到肺气恢复肃降的目的。“归脾固金”当为归脾固金汤，方不可考，大抵以养阴止咳止血为功，可能与明代周之干《慎斋遗书》之百合固金汤类似。

（作者供职于河南中医药大学）

■ 药食同源

小坚果，大能量——花生的健康密码

□任蕾元

花生常作为日常零食，有“植物肉”的美誉，富含优质蛋白质、健康脂肪、膳食纤维及维生素E、B族维生素、镁等营养成分。科学食用花生，可以带来多重健康益处。

三大核心健康益处

守护心血管健康 富含单不饱和脂肪酸和植物甾醇，后者可抑制肠道胆固醇吸收。研究表明，每天食用约4颗花生，能使缺血性中风的风险降低20%，使心血管疾病风险降低13%，还有助于控制“坏胆固醇”。

辅助控糖控制体重 蛋白质、

膳食纤维与脂肪组合，能延缓胃排空，增强饱腹感，稳定餐后血糖；同时，减少正餐摄入量，对体重与血糖进行长期管理。

降低疾病风险 维生素E、白藜芦醇等抗氧化成分，可以减轻氧化损伤。研究显示，适量食用花生，可以降低死亡率和部分癌症风险。

安全食用要点

特殊人群注意 过敏体质者，需要严格避免摄入花生（花生是常见的过敏原，可能引发严重的过敏反应）；高脂血症、胆囊炎病急性期患者，需要限制花生的摄

入量；痛风急性发作期患者，禁食花生；痛风急性缓解期患者，可以少量食用花生；孕妇，可适量食用新鲜无霉变的花生；初次食用花生的儿童，先少量尝试，密切观察有无皮疹、呕吐等过敏表现。

安全原则 严防霉变（出现灰色霉菌、味道发霉的花生含黄曲霉毒素，需要立即丢弃）；优选原味或水煮花生，避免摄入油炸、盐焗、高糖的花生制品；对花生过敏者，需要仔细阅读食品标签，警惕食品中隐藏的花生成分。

实用饮食建议

每日摄入量 健康成年人每

日建议食用30克（去壳后）花生。过量食用花生，能量易超标。

食用时机 两餐间，花生可以加入酸奶、燕麦中，维持饱腹感与能量稳定。

花生普选择 优先选择配料表仅含花生的“天然款”，避开添加氢化油、糖和盐的产品。

常见误区

误区一：花生油不如橄榄油 精炼花生油的烟点约230摄氏度，适合中式快炒、炖煮；橄榄油烟点低，适宜凉拌。关键是控制食用油的总摄入量，每日烹调油的摄入量不超过25克~30克。

误区二：醋泡花生能降血压 无科学依据。花生对心血管的益处，来自花生的营养成分，醋泡花生仅改变食物的风味，无额外降压效果。控制血压要依靠正规治疗、低盐饮食与适度运动等健康生活方式。

误区三：花生红衣“上火” “上火”多与油炸、盐焗等烹饪方式相关，水煮花生通常无此问题；花生红衣对心血管健康有益，但其含铁量低，吸收率差，不能替代红肉、动物肝脏补血。（作者供职于河南中医药大学第一附属医院）

■ 中原医述

《礼记》中的养生之道和疾病防治观

□卜俊成

春秋战国时期的医学思想，在后世编纂的儒家经典中亦有反映，例如成书于西汉的《礼记》（即《小戴礼记》）。该书由西汉经学家戴圣纂辑而成。戴圣的祖籍为西汉梁国睢阳（今河南省民权县），出生于梁国睢阳（今河南省商丘市睢阳区），其祖籍或家族世居地还有魏郡斥丘（今河北省成安县）之说。戴圣和其叔父、西汉礼学家戴德都师从于西汉经学宗师后苍，二人合称为“大小戴”。

戴德曾选辑古代各种有关礼仪的论述，编成包括85篇内容的《大戴礼记》，戴圣则编撰成包括49篇内容的《小戴礼记》。《大戴礼记》亡佚过半，非完整；《小戴礼记》注疏繁多，为《十三经》之一，在礼类经典中占据重要的一席。人们通常所说的《礼记》，即为《小戴礼记》。自东汉郑玄作注以来，《礼记》的地位逐渐提升，至唐代被尊为“经”；宋代以后，位居“三礼”（《礼记》

《仪礼》《周礼》）之首。《礼记》以儒家礼论为主，内容涵盖战国至西汉时期的社会制度、礼仪制度和人们观念的继承和变化等。其中，还有一些关于医学的论述，至今影响深远。

《礼记·曲礼上》开篇即言：“君有疾饮药，臣先尝之；亲有疾饮药，子先尝之。医不三世，不服其药。”此语精要地概括了先秦时期对医学传承的重视。唐代孔颖达在《礼记正义》中阐明：“三世者，一曰《黄帝针灸》，二曰《神农本草》，三曰《素女脉诀》。”由此可见，古人认为，良医需要博览群书，通晓医学典籍。这种对医学专业性的强调，体现了当时人们对治疗效果和安全性的基本诉求。

《礼记》将“礼”视为维系身心健康的基本保障。《礼记·礼运》明确提出：“故圣人作则，必以天地为本，以阴阳为端，以四时为柄，以日星为纪……故人者，其天地

之秀气也”，认为人作为自然精华的凝聚，必须遵循天地阴阳的规律，符合天人合一的观念。《礼记·礼运》“故圣人耐以天下为一家，以中国为一人者，非意之也，必知其情，辟于其义，明于其利，达于其思，然后能为之。何谓人情？喜、怒、哀、惧、爱、恶、欲七者，弗学而不能”，把健康与社会秩序相联系，体现了早期中医的“整体观”。“达于其思”不仅指对灾害的洞察，而且还有对健康的社会决定因素的认知。而其列举的“喜、怒、哀、惧、爱、恶、欲”7种情绪，直接关联情志与健康，是中医“内伤七情”致病理论的基础。针对疾病的应对，《礼记·曲礼上》提出“父母有疾，冠者不栉，行不翔，言不惰，琴瑟不御，食肉不至变味，饮酒不至变貌，笑不至矧，怒不至至望”，体现了古人通过疾病期间行为的节制来促进患者康复的观念。

《礼记》中的饮食规范同样包含丰富的预防医学思想。《礼记·内则》详细记载了各类食物的烹制与搭配原则：“饭：黍、稷、稻、粱、白黍、黄粱、稻、糯。膳：臠、臠、醢、牛炙……饮酒：清、白。”这种系统的食物分类与烹饪规范，表明古人通过控制饮食来调理身体，维持身心健康。《礼记·月令》依四时变化规定相应饮食，如“孟春之月，食麦与羊”“孟夏之月，食麦与鸡”“孟秋之月，食麻与犬”“孟冬之月，食黍与雉”，强调人体的饮食内容要与自然节律同步协调。

《礼记》还将日常行为规范视为预防疾病的有效手段。《礼记·玉藻》篇载：“君子之居恒当户，寝恒东首。若有疾风，迅雷、甚雨，则必变，虽夜必兴，衣服冠而坐。”东首而寝符合地球磁场方向说，遇异常天气则起坐戒备，则为预防外邪侵袭的防护措施。《礼记·曲礼上》认为，过度损耗感官会导致心神耗散，从而影响健康，这与中医“七情致病”理论相通。《礼记·内则》对沐浴“五日则燂汤清

浴，三日具沐。其间面垢，燂汤请洗；足垢，燂汤请洗”的规定，表明当时人们通过定时清洁来预防疾病。

在情绪管理方面，《礼记·曲礼上》强调“敖不可长，欲不可从，志不可满，乐不可极”，认为情志失调为致病因素，这与《黄帝内经》“怒伤肝、喜伤心、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾”的情志致病理论一致。《礼记·乐记》则从音乐角度论述身心调和：“乐者，天地之和也”“乐至则无怨，礼至则不争”，认为雅乐能调和性情，促进气血平和。这种“乐疗”思想在《黄帝内经》中发展为“五音疗疾”理论。

总之，《礼记》中关于医学的论述虽然散见于礼制规范中，不成体系，但是包含丰富的疾病防治和日常养生理念，如强调人们在天人合一的背景下，通过顺应四时、节制欲望、规范行为来调和阴阳，维持身心平衡等观点，对当今人们防治疾病和日常养生都具有积极的作用。

■ 中药传说

相传，南宋高宗赵构的亲生儿子早夭，只有两个养子——赵瑛和赵昀。赵构对他们视同己出，十分疼爱，皇子们的生活自然是锦衣玉食、养尊处优。

有一年，皇子赵瑛病了，不想吃东西也不爱玩耍，整天揉着肚子皱着眉，无精打采。太医们都开过药方，但是皇子一吃药就好一点儿，停药后病情又加重了，缠绵不愈。宋高宗知道后很恼火，他听说附近民间有一位许姓郎中医术高超，便急命人召入宫中。许郎中看过皇子的病情，觉得就是宿食内停，又看了太医们所用之药，乃神曲、山楂、鸡内金等消导药配伍猪胆汁调成丸，并无不妥，可是为什么疗效欠佳呢？他觉得问题可能出在药丸的口感上，皇子抗拒猪胆汁的苦味，未按时服药。于是，许郎中心里有了数，在面见宋高宗时，他坦言：“皇上息怒。众太医之药方理法自通，久服必可获效。然而所配药丸味道苦涩，皇子恶之。草民有奇方，药味单一，可让皇子不再犯病。”宋高宗急切地问：“有何奇方？”许郎中说：“这药也不难寻，就是麦芽，取新鲜大麦水浸后，拣出所发黄棕色短芽，且粒大、饱满、芽完整者，煎服或研服均可。此方不仅效佳，且甘之始始，定可愈皇子之疾。”宋高宗说：“许郎中此话当真？”许郎中说：“草民岂敢妄言？先人早已用之。”宋高宗摆摆手：“朕晓得了。”

□高学瑞

许郎中告退后，宋高宗从半信半疑到试着命人给皇子煎服麦芽。半个月后，皇子果真像换了一个人，所有症状都消失了，整日里生龙活虎、跑来跑去。宋高宗十分高兴，又把许郎中召进宫，要留他作太医。但是许郎中以母亲年迈为由婉拒，最后宋高宗应允，并赏赐了金银财宝。许郎中回乡后，用皇帝的赏赐办了“圣林堂”诊所，为百姓看病。

说完这个故事，我们把目光转向中药麦芽。麦芽为禾本科植物大麦的成熟果实，经发芽干燥的炮制加工品，别名大麦芽、大麦须等，全国大部分地区均出产。其性平、味甘，归脾经、胃经，有行气消食、健脾开胃、回乳消胀等功效，常用于治疗食积不化、脘腹胀满、脾虚食少、乳汁郁积、乳房胀痛、妇女断乳、肝郁胁痛、肝胃气滞等。

麦芽的功效

麦芽通常被认为是消食药，但其功效特点有许多不同凡响处。

麦芽消食 麦芽善消淀粉性食物，即米面薯芋类之饮食积滞，以及小儿乳积不化。同时，其消食结合了行气与健脾，因而消食导滞作用强，并以此促进脾胃复运，达到健脾目的，而非如参、术之补益健脾。《名医别录》云其“主消食和中”。《本草纲目》云“麦芽、谷芽……皆能消导米面诸果食积”。《本草经疏》云其“消化之力更紧”，均为此意。

麦芽行气 这体现在疏肝理气解郁方面，因而可以治疗肝气郁滞或肝胃不和所致的肋肋、脘腹疼痛。这一点在消食药中较为少见，临床上也常被忽视。《本草求真》云：“凡郁致成膨膈等症，用之（麦芽）甚妙，人知其消谷而不知其疏肝液。”《医学衷中参西录》云：“（麦芽）虽为脾胃之药，而实善舒肝气。盖肝于时为春，于五行属木，原为人身气之萌芽，麦芽与肝为同气相求，故善舒之。”

麦芽回乳 麦芽的回奶（人为干预使乳房停止分泌乳汁）功效突出。《丹溪心法》中就有麦芽治“产后发热，乳汁不通及膨者，无子当消”的记载，后世沿用至今。但是，医学界对此一直有争议，需要厘清。一是炮制问题，是用生麦芽还是炒麦芽？二是用量问题，是大剂量还是小剂量？古医籍中多数倾向用炒麦芽回乳，如《医宗金鉴》《本草求真》；也有人认为，麦芽生用、炒用均可，如《医学衷中参西录》。现在，还有麦芽生、炒同用的，如有一种回乳产品叫雷氏回（回奶汤），成分有生麦芽、炒麦芽等。至于剂量问题，基本认同大剂量回乳，小剂量通乳。全国高校教材《中药学》（第十一版）于此阐述颇清：“麦芽具有回乳和催乳的双向作用，其作用关键不在于生用或炒用，而在于剂量的大小，即小剂量催乳，大剂量回乳；麦芽有类似溴隐亭类物质作用，能抑制催乳素分泌。”不过，用其回乳时应注意：单用炒麦芽时，剂量控制在60克~120克；用麦芽时，要防止胃肠道不适；脾胃虚寒者，尽量不用麦芽。

麦芽的炮制

麦芽有生、炒、焦3个炮制品种，功效各有侧重。生麦芽，是将麦粒水浸后，保持适宜的温度与湿度，待幼芽长到0.5厘米时，干燥即可，健胃、通乳，用于脾虚食少纳呆、乳房胀满、乳汁郁积。

炒麦芽 是将麦芽入锅微炒至黄色，取出放凉即可，行气消食、回乳，用于脾运不佳、便溏、妇女欲断乳汁。

焦麦芽 将麦芽入锅炒至焦黄色后，喷洒清水，取出晒干即可，消食导滞，用于食积痞满、脘腹闷胀。

《药品化义》指出：“（麦芽）炒香开胃，以除烦闷。生用力猛，主消面食积、癥瘕气结、胸膈胀满、郁结痰涎、小儿伤乳，又能行上焦滞血。”

麦芽糖

麦芽糖是我国古老的糖类之一，是麦芽的精制品，其历史可追溯至殷商时期，最初被称为“饴”。其制作工艺是用麦芽与大米、粟等谷物混合发酵，将淀粉转化为糖浆，再熬成黏稠状。至汉代，此工艺已成熟，成品称为“饴糖”。“饴糖”还是一味传统中药，其性温、味甘，归脾经、胃经、肺经，有补脾益气、缓急止痛、润肺止咳等功效，治疗脾胃气虚、中焦虚寒、肺虚久咳、气短喘促等，在经方中多有应用。麦芽不仅可产麦芽糖，还是酿造啤酒、糖果等食物的主要原料。因其口感带香吞的清甜，故食之可口，这也是皇子乐意服用的原因。

（作者供职于辉县市中医院）

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。

《读名著·品中医》《读书时间》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《药食同源》《杏林夜话》《中原医述》等栏目期待您的来稿！

联系人：李歌

投稿邮箱：258504310@qq.com

