

在朝为良相 居家是良医

□黄新生



“不为良相，便为良医”，良相和良医，一向是古代仁人志士的理想职业选择；达则兼济天下，安邦治世称良相；穷则独善其身，治病救人称良医。在南宋，有兄弟二人，同时身兼良相和良医两种职业，在朝为良相，居家是良医，堪称“牛人”。他们就是大名鼎鼎的洪遵和洪迈兄弟。

洪遵，字景严，南宋鄞阳（今浙江省鄞阳县）人。南宋绍兴十二年（1142）二月，与兄洪迈同中博学宏词科，洪遵为状元，洪迈为榜眼。随后，其弟洪迈亦中进士，兄弟三人先

后中博学宏词科，史有“三洪”之称。洪遵被擢枢密省正字，累官至翰林学士承旨、同知枢密院事、端明殿学士、提举太平兴国宫、右丞相。洪迈，字景庐，号容斋，官至翰林院学士、资政大夫、端明殿学士等。据史书记载“三洪同朝并为台辅，世所罕见”。洪氏三兄弟忠于职守、正直敢言、忠贞爱国、安定一方，广受百姓赞扬。文天祥曾称赞洪氏三兄弟“以其宗工大手掌朝廷文字，以为之缙籍粉泽，功光当时，垂休无穷，岂曰小补之哉”！

洪氏三兄弟不但身为宰辅，政绩突出，而且都是学者型人才，尤其是洪遵和洪迈，还是南宋一代儒医。洪遵的现存医学著作共有两部，分别是《洪氏集验方》和《金生指迷方》。《洪氏集验方》共分5卷，分别记载有关治疗伤寒、中风、痢疾、霍乱、虚损、疮疖、痔漏、癬疥等疾病的方剂。该书所记载之方剂均经过临床应用证实有效的方剂。全书每方之下，皆注明出处或来源，并说明药品的剂量、炮制方法及方剂的服

用方法，并从理论上加以论述，对临床医疗及方剂学研究均具有一定的参考价值。《金生指迷方》共4卷，相传为宋朝针灸学家王规和洪遵共同撰撰，后来该书被收入《四库全书》，被后世医学家称为“行医指南”。

相比于状元哥哥洪遵，弟弟洪迈的名气要大得多。洪迈的《容斋随笔》内容丰富，议论精当，是一部涉及领域极为广泛的著作。《容斋随笔》和《夷坚志》是洪迈的笔记集，考据精确、涉猎广泛，被《四库全书总目提要》推崇为南宋笔记小说之冠。书中涉及医药卫生的经典理论、史实记载、医家轶事以及本草学、中药炮制学、方剂学和卫生习俗等诸多内容。

洪氏三兄弟著书立说，对于后世来说具有重要的作用和意义。一、保留了宋代以前本草文化的资料。例如《雷公炮炙论》一文中，节录了18种单味药物治疗各种疾病的歌赋，并为之诠释、注解。其中“头痛者，以硝石作末，纳鼻中；虚泻者，用

五倍子捣碎，热水服之”；心痛者，延胡索酒服之”等，至今在临床上仍为常用的单验方。在《治药捷法》中，洪迈以详尽的笔墨介绍了中药香附、菟丝子、艾叶的简便、快捷的炮制方法。比如将香附洗净，炒焦后，投入水中浸渍，晾之微燥，放入捣臼中应手碾碎；艾叶柔软难以研末，若加入三五片白茯苓，即可碾为细末，这都是难得的中药炮制经验。二、对人体各种疾病具有独特治疗方法的记录与阐释。比如《夷坚志》中记录了包括内外骨科、肛肠痔漏、耳鼻咽喉、蛇伤急救、伤寒时疫等在内的多种医学科目，收集了虚损肺癆、胸痛胃痛、泻痢消渴、痲痘疮疡、骨折、赤眼鼻衄、喉痛骨鲠、蛇虫毒伤等30多个病种的治疗经验和方法，并且是“简、便、验、廉”的单方、验方，特别适合广大群众流传和运用。三、对中医药文化的宣传。包括医疗制度、政府法令、医史事件、医林典故、怪诞秘闻、名医趣闻等。其中，还有医林女医家的记载，例如张小娘子以擅长治疗痲痘名噪一时；女按摩师武

元照医术高超，为一痿痹患者治病时，“拂拂有气从足指中出，登时履地”，再现了杏苑中巾帼圣手的风采。

洪遵和洪迈兄弟二人，花开并蒂、青史留名、杏林留芳，集宰辅、学者、儒医3种身份于一身，堪称美谈。兄弟二人能取得如此成就，可能与他们父亲的影响不无关系。

洪氏兄弟的父亲洪皓出使金国，不辱使命，被流放到黑龙江长达15年之久，颇似苏武。但洪皓比苏武要幸运得多，身为儒医的他，在流放的地方，为百姓治疗疾病，传书论道，很受当地人敬重。“独活他乡已九秋，刚肠续断更淹留。宁知老母相思子，没药医治白尽头。”出自《药名一绝》，为洪皓的作品之一。洪皓如此表达自己的爱国、怀乡、思母之情，“独活、续断、知母、相思子、没药、白头（翁）”6味中药嵌入诗中，感人肺腑、意味深长。

（作者供职于武警卫生生委）



葫芦连着医和药

□温长路

葫芦最初是作为用具出现的，因为它的内部既干燥，又易于密闭，将粉碎过的药材放在其中具有防潮、闭光和保持药味不挥发等特点，故葫芦很早就成为一种药具。后来，葫芦逐渐成了古代“医药”的代名词。因葫芦的又名“壶芦”，故“悬壶”就成了执业医师的自称。民俗中的迎春“悬葫芦”既是一种美好愿望的象征，又说明了人们早已对药与防病的关系有了较深的认识。

药葫芦的传说

相传，东汉的费长房看见一位卖药的老翁，身背葫芦游走四方，不仅治疗疾病效果好，自己还能从葫芦中走出来、走进去。于是，费长房就拜老者为师，后来他就成了一代名医。

据说，药王孙思邈与葫芦也有一段情缘，他在长安城行医时，买了一碗猪杂碎烩菜充饥，烩菜有一股腥腻味，他觉得很舒服，便从背上取下葫芦，往碗中倒入一些花椒、茴香、肉桂之类的药粉并搅匀，那碗烩菜就香气四溢了。店主向他请教，他就以药葫芦相赠。自此，这家小店门口就挂上了披红挂彩的葫芦，并把孙思邈送的药物作为调料放入猪杂碎烩菜里。这道物美价廉的小吃很快震动了长安城，并得名“葫芦头”，一直流传至今。

以上两则传说的真实性无法考究，其反映出的中医食疗思想、把中药作为调料的观念以及古人对中药科学贮藏的认识都是难能可贵的。

葫芦是清淡的果蔬

葫芦既是药又是食物，更是庭院中种植比较普遍的一种攀援草本植物。葫芦味甘、淡，性平，主要成分是葡萄糖、胡萝卜素和维生素B、维生素C等，非常适宜作为蔬菜，寒热体质均可食之。食用方法方面，除烧菜外，还可榨汁饮用。有关研究表明，其具有利尿和轻微的致泻作用。据报道，有人用其治疗肝病黄疸腹水、晚期血吸虫病腹水、肾炎和心脏水腫等，均有比较满意的疗效。患有上述疾病者，可按中医的辨证施治原则，进行治疗。

葫芦是利水的良药

作为药用，主要是葫芦成熟而未老的果实。它具有利尿、通淋之功效，对水肿、腹胀、黄疸、淋病等均有疗效。比如《饮膳正要》言其“主消水肿，益气”。《千金要方》言其“主消渴，恶疮，鼻中肉烂痛”。《日华子本草》言其“除烦，治心热，利小肠，润心肺，治石淋”。《滇南本草》言其“利水道，通淋，除心脾烦热”。《本草再新》言其“利水，治腹胀、黄疸”。《陆川本草》言其“润肺，治肺燥咳嗽”。

葫芦成熟后，果皮和种子也可入药，前者是治疗水肿、腹胀、痔漏下血的药物，可单味煎汤或配入复方中使用；外用将其烧成灰，还可治疗汤火灼伤。后者有治疗牙龈肿痛、齿根裸露、齿槽不固的作用，与牛膝同用，煎水含漱。

葫芦属于多年生菊科草本植物，是理气、活血、止痛、止咳、祛痰的药物，主要用于跌打损伤、腰腿痛、咳嗽气喘、肺痛咯血的治疗。此外，葫芦茶属于生长于南方的豆科灌木，是清热、利湿、消滞、杀虫的药物，主要用于感冒、咽痛、痢疾、肠炎、钩虫病、疥疮和风湿性关节炎的治疗。葫芦茶根是葫芦茶的地下根茎，具有清热、解毒之功效，可作为风热咳嗽、肺病、黄疸等病的治疗用药。需要提醒读者的是，中药饮片中也名为“葫芦茶”“葫芦茶根”的情况，虽然以“葫芦”冠名，却与葫芦的科属、功效不一样，不可误用。（作者供职于中华中医药学会）

杏林撷萃

禹余粮的传说

古时候，河北省万全县有一个村庄，全村人均患有痢疾，且服了多种药均不能痊愈。村中有一个青年，决定出去寻找治病良药。这个青年经过长途跋涉，走进一个险峻的山谷，那里空气湿润、溪水清澈、鸟禽种类繁多。山谷旁边的一个山村里，男人的身体都强壮有力；女人的身体也很健康，且面部红润；孩子们活泼、可爱。

这个青年便问他们的身体怎么如此健壮？一个村民说，大禹在治水期间，曾告诉我们的祖先：“村里若有瘟疫流行，可取一些山沟、河底的黄土块煮水饮用。”由于这种黄土块凝结了天地之精华，所以能够治疗疾病，且疗效甚佳。

随后，这个青年就背了一

袋黄土块回到故乡，将一部分黄土块煮成水给村里的男人喝；将另一部分黄土块搓成丸让村里的女人服用。一段时间后，奇迹出现了，男人的身体逐渐变得强壮起来，女人的身体也很健康，且面部红润。从此，这个村庄兴旺起来，这也许是大禹赐给人们的“神物”，这个青年便将这种黄土块称为禹余粮。

现代研究表明，禹余粮为氢氧化物类矿物褐铁矿，主含碱式氧化铁。中医认为，禹余粮具有涩肠、止血、滋补、健身的功效。自古以来，禹余粮备受医家青睐，被人们用来治疗久泻、久痢、便血、脱肛、妇女崩漏、痔疮等疾病。由于其疗效显著，在临床上被广泛应用，并流传至今。（杨吉生）

中药传说

雷公藤

□王志翔



雷公藤，又名黄藤、水莽草、断肠草、三棱花等，是卫矛科植物雷公藤的根、叶及花。夏、秋采收，生于背阴、多湿、稍肥的山坡、山谷、溪边灌木林和次生杂木林中。雷公藤分布于浙江、江西、安徽、湖南、广东、福建等地。关于这种中药，有许多民间故事和传说。相传，神农尝遍百草，最后就是死于雷公藤；《聊斋志异》也记载了雷公藤的传说，而今天讲的故事却跟前两种版本不太相同，它和民间传说的“雷公”有关。

古时，雷公岭（雷公岭原名招义山，位于广东省信宜市池洞镇与金垌镇交界处）从来不长藤类植物，是由于雷公经常打雷造成的，所尝遍百草，最后就是死于雷公藤；以那里的蛇特别多，这种毒蛇叫

“雷公马”。有一天，雷公之子到雷公岭玩耍，一玩就是一整天，太阳落山了，他还不知道，直到觉醒时，为时已晚，天色已经暗了下来，伸手不见五指。“雷公马”便帮他想了个办法，于是，便唤来千千万万个伙伴，用了整整七七四十九年时间，才串成一条“天绳”，但又如何用“天绳”接住天庭呢？刚好，路过的神仙见了便帮助它们，于是，这条用蛇串成的“天绳”便挂上了月宫的月桂树。因此，雷公之子得以攀着这条“天绳”回到天宫。后来，雷公为了儿子能经常到雷公岭玩耍，从此，便在大地上撒了一些植物种子，长出的藤类植物就称为“雷公藤”，这个名字被人们一直沿用至今。

李时珍在《本草纲目》里记载：“莽草，又称芒草，鼠草。此物有毒，食之令人迷茫，故名。”《中药学》记载：雷公藤，味苦，性辛、寒，有大毒，归肝、肾经，具有祛风除湿、活血通络、消肿止痛、杀虫解毒等功效。其治疗风湿性关节炎、癌肿均有良好的效果。同时，雷公藤具有较强的祛风湿作用，可活血通络，为治疗风湿顽痹之要药；其苦寒、清热能力较强，消肿、止痛功效显著，尤其适宜治疗关节红肿、热痛、肿胀难消等症。本品可单用内服或外敷，能减轻疼痛的程度，常与威灵仙、独活、防风等同用，并宜配伍黄芪、党参、当归、鸡血藤等补气、养血药。本品外用对顽癣、湿疹、疥疮、皮炎、皮疹等有显著疗效。具体方法：煎汤，取10~25克雷公藤（带根皮者减量），文火煎一两小时；研粉，每天取雷公藤1.5~4.5克。雷公藤可外用，但应适量。因为本品有大毒，长期或大量服用，对心、肝、肾有损害，一定要在医师的指导下谨慎用药。（作者为河南中医药大学大学生）

大夫和郎中的由来

□郭时民

现在，人们把医生也称为大夫，而把走街串巷的游医称为郎中。

那么，大夫、郎中的称呼是怎样来的呢？其实，最早的大夫、郎中不是指医生，而是官名。上古时，天子分封诸侯，设有大夫官职，官位在卿的下面，士的上面，分上、中、下三级。郎中，在周代是近卫侍臣的通称，秦朝开始为官名，管理车、骑、门户，内充侍卫等。直到宋朝以前，大夫和郎中都是职位较高的官员。

我国从古代就设有医官。秦朝有太医令等，延续到唐代，除太医令外，还设医学博士、太医监等官职。五代时期设有翰林医官使，宋代设有

翰林医官院，医官分七级，二十种，最高级的为大夫，其次是卿（即郎中）等。

至于后来把医生称为大夫，是因为人们为了称赞医生的医术，或为了让对方能为自己精心治病，看到医生均称为大夫，有赞扬之意。大夫是最高级别的医官，又因为医官中还有郎中，因而又有人把医生称为郎中。

到了近代，大夫和郎中略有区别，一般把设馆坐堂（主要指中医）的医生称为大夫；把四处行医者称为郎中。如今，人们又把医术不高或不学无术的游医，称为“江湖郎中”。

（作者供职于上海市执业药师协会）

读名著品中医

曹睿与延缓衰老的中成药

□胡献国



历代帝王均会乞求长生不老，魏国皇帝曹睿也不能例外。《三国演义》第一百零五回中写道：魏王曹睿青龙三年，在许昌、洛阳大兴土木，建宫殿楼阁，修造“芳林园”，曹睿召大臣说：“朕建高台峻阁，欲与神仙往来，以求长生不老之方。”发明家马钧奏曰：“汉朝二十四帝，惟武帝享国最久，寿算最高，盖因服天上日精月华之气也，尝于长安宫中，建柏

梁台，台上立一铜人，手捧一盘，名曰承露盘，接三更斗北所降沆瀣之水——‘天浆’，取水用玉为屑，调和服之，可以返老还童。”曹睿大喜曰：“汝今可引夫人星夜至长安，拆取铜人，移置芳林园中。”虽然有“天浆”美玉相伴，但是曹睿只活了36岁便寿终正寝了。

长生不老是人们美好的愿望，求仙方、炼灵丹借以长寿的时代一

去不复返了，但采取各种措施预防衰老、延长寿命却是完全可能的。1959年，中国科学院动物研究所曾组织人力，从《本草纲目》《千金要方》《太平惠民和剂方》等20多部中医古方书中，共搜集了抗衰老药物152种。近年，中国科学院上海药物研究所等单位，初步分析了《本草纲目》所记载的1892种药物，发现明确记载有耐老、延年作用的药物共177种，目前比较常用的药物有110种左右。

随着我国人口老龄化社会的到来，为了满足人们保健的需求，现为大家推荐几种能延缓衰老的中成药，常服这些中成药，可有效地延缓衰老。

首乌延寿丸 古称“延寿丹”，由何首乌、女贞子、生地黄、桑椹、旱莲草、黑芝麻、菟丝子、牛膝、桑叶、金樱子、金银花、补骨脂等组成，具有滋补肝肾、乌须黑发之功效。本品

主治肝肾不足引起的头晕目眩、耳鸣耳聩、腰膝酸痛、须发早白等。在临床上，本品主要用于治疗老年人的腰腿痛和高脂血症。

七宝美髯丹 又称美髯丹，本品的主药为何首乌，辅助药物有茯苓、牛膝、当归、枸杞、菟丝子、补骨脂等，具有补肝肾、益精气、强筋骨、暖丹田之功效。本品适用于年老体弱、肝肾不足、头晕健忘、腰膝酸软、大便秘结、小便淋瀝等。现代科学研究表明，何首乌有减轻动脉粥样硬化程度和延缓衰老的作用。该方中的其他药物分别起到调节机体免疫力、促进蛋白合成、降低血糖和血脂、抑制肿瘤生长等作用。

中国养生酒 由山药、生地黄、牛膝、红花、人参、金钗石斛、淫羊藿、山茱萸等20多种药物配制而成。该酒以优质粮黍、清泉，按照古法酿造成晶莹剔透的琥珀色酒液。此酒具有益气养血、滋阴补阳、强筋

健骨、抗老增寿等功效。本品主要用于老年脾胃亏虚、未老先衰、腰膝酸痛、懒倦短气等，对男女不育症也有良效。有关研究表明，该酒所含的药物能够增强和调节机体免疫功能，对提高冠状动脉血流量、预防中风等也有较好的疗效。

人参蜂王浆 主要由人参、蜂王浆等优良原料制成。现代医学研究证实，人参与蜂王浆对机体有广泛的生理作用，特别对细胞增殖能力下降为特点的衰老现象有一定的延缓作用。蜂王浆能促进肝、肾、神经细胞再生等，具有增加组织呼吸、促进蛋白合成、改善新陈代谢、增强机体抵抗力、降低自然死亡率的作用。

此外，还有还少丹、生脉饮、金匱肾气丸、四君子丸、至宝三鞭丸、青娥丸等，都有保健、延寿之功效，人们可根据自己的实际情况灵活选用。（作者供职于湖北省远安县中医院）

马齿苋

□熟地黄

地无南北皆可长，天有旱涝莫能衰。黄花黑子生命强，白根赤茎青叶肥。清热解暑五行草，利水祛湿野菜魁。

注：马齿苋，又名五行草、长命菜、五方草等，具有清热利湿、解毒消肿、消炎、止渴、利尿等作用。据《唐语林》卷一记载：“德宗初即位，深尚礼法……召朝士食马齿苋，不设盐酪。”

本版图片均为资料图片