

耄耋兄弟“回春手”

□黄新生

在我国 的许多地方，都建有药王庙。药王是中国民间对古代名医的尊称，或称为医王。随着时代、地区的不同，药王所指的人物亦不同。比如著名的药王有春秋时期的扁鹊、唐代的孙思邈等。就说唐代医学家孙思邈吧，他不但医术高超，而且深通颐养天年之道，享年 101 岁。其实，在孙思邈心中，特别崇拜一位医学前辈。这位前辈不但可以妙手回春，而且比孙思邈更长寿，享年 102 岁。更为神奇的是，这位前辈还有一位能够妙手回春且长寿的弟弟。孙思邈崇拜的这位医学前辈，就是唐代著名的医学家甄权。

甄权，生于南朝梁大同七年（541 年），卒于唐代贞观十七年（643 年），许州扶沟（今河南省周口市扶沟县）人。年少的时候，甄权的母亲经常生病。为了给母亲治病，孝顺的甄权与弟弟甄立言开始潜心钻研医学，学习岐黄之术。后来，他们不仅治好了母亲的疾病，还成为一代名医。甄权在针灸方面的造诣颇深，并精通中药疗法。在孙思邈的《千金翼方》中，记载了一则甄权妙手回春的医

案。当时，深州（今深州市，是河北省衡水市下辖县级市）刺史名叫成绰，不知道什么原因，脖子忽然就肿了起来，喉咙也堵塞了，连水都咽不下去，这种症状持续 3 天后，情况十分危急。深州刺史派人请孙思邈治疗疾病，恰好，甄权在孙思邈家做客。于是，孙思邈转请甄权为其治病。只见甄权托起成绰的右手，在食指上扎了一针，一顿饭的时间，成绰的喉咙就通畅了。第二天，成绰就能像平常一样吃东西了。

类似这种妙手回春的医案，在孙思邈的《备急千金要方》里也多有记载，甚至在《旧唐书》这样的正史中，也记载了一则甄权妙手回春的医案：鲁州（今山东）刺史库狄钦患了风痹，肩膀疼痛剧烈，不能拉弓射箭。家人请了很多医生为库狄钦治疗疾病，症状仍然不见好转。甄权告诉他：“请您将弓箭对准靶子，我给您扎一针就可以射箭了。”说完，甄权就在他的肩膀穴处扎了一针，当甄权刚拔出银针时，库狄钦就感觉肩膀不疼痛了，随即拉开面前的弓，

一箭正中靶心。

唐朝初期，百废待兴，唐太宗李世民特别关心与百姓疾苦联系密切的中医药工作。针灸是中医治疗疾病的重要手段之一，在唐代的太医署中，设有针博士一职，专门负责针灸工作。针灸学的经典著作是魏晋时期皇甫谧的《针灸甲乙经》。到了唐代，针灸学已发展有 400 年时间，当时还没有成书的右手，在食指上扎了一针，一顿饭的时间，成绰的喉咙就通畅了。第二天，成绰就能像平常一样吃东西了。

甄权被任命为少府，负责《明堂人形图》的绘制工作。他的弟弟甄立言被任命为太常丞，与承务郎司马德逸、太医令谢季卿一起协助甄权完成此项工作。此时，甄权已经 86 岁，他的弟弟甄立言 82 岁。如此耄耋之年而被委以重任，这在中国历史上也算是空前绝后吧！

《明堂人形图》是一部以膻穴

图为主，同时又配有文字说明的著作。据《千金翼方》记载，甄权以秦承祖所绘的针灸图为本，用皇甫谧的《针灸甲乙经》等著作对蓝本进行校订，修订其中的错误之处，补充其中的不足，重新编排而成《明堂人形图》。

据《备急千金要方》记载，《明堂人形图》在“头身分部，四肢分经”的基础上，以“仰人、伏人、侧人”3 个方位绘图，依照“由上而下，以内到外，先阴后阳”的次序记录穴位，共有膻穴 349 个，每穴记有穴名、别名、定位、取法以及穴性、禁刺、禁灸等内容，可“依图知穴，推经识分”，全文有条不紊，便于掌握。《明堂人形图》编成之后，成为唐代之后较长时期内针灸医生的必修课，并被许多著名医学家所推崇，且反复参考、运用和转录。孙思邈对此图的评价是：“尔后缙绅之士，多写权图，略遍华裔。”

甄权的著作除《明堂人形图》外，尚撰有《针经钞》《针方》《脉诀赋》《药性论》等。这些著作均已佚失，其中有一部分内容可见于《备急千金要方》《千金翼方》《外台秘

要》等著作中，对后世有较大影响。

贞观十七年，甄权生病，唐太宗亲临他家看望，授予其朝散大夫之职，并赐寿杖、衣物。唐太宗咨询药性，甄权以《药性论》四卷呈献；唐太宗问及养生之道，甄权提出“吐故纳新”可使肺气清肃，是强身健体、延年益寿的有效方法，甄权并主张饮食不必甘美。

甄权的弟弟甄立言也是一位著名医药学家，尤其精通本草，善于治疗寄生虫病。除帮助哥哥编撰《明堂人形图》外，甄立言还著有《本草音义》7 卷、《本草药性》3 卷、《本草集录》2 卷、《古今录验方》50 卷，现均已散佚，其中《古今录验方》所记载的“消渴小便至甜”是我国有关糖尿病的最早记载。

感母之疾，手足共立歧黄之志；精究医术，兄弟同为杏林达人。耄耋高龄，奉旨绘就针灸图谱；期颐之年，驾前尤念药性养生。明堂人形，略遍华裔医家崇；古今录验，消渴记载第一宗。悬壶济世，书写传奇人生。

（作者供职于武陟县卫生计生委）

杏林撷萃

熄风止痉说全蝎

□胡献国

《三国演义》第八十九回中写道：诸葛亮四擒孟获后，孟获欲报仇，求见朵思大王。朵思大王所居山洞西北方有一条路，山险岭恶，道路狭窄；其中虽有小路，多藏毒蛇恶蝎；黄昏时分，烟瘴大起，直至巳时，午时方收，唯未时、酉时、申时可以往来；水不可饮，人马难行。这里的“恶蝎”即中药里的全蝎。

全蝎，又名蝎子、全虫、淡全蝎、咸全蝎、蝎尾等，为钳蝎科动物东亚钳蝎的干燥体。若单用尾部，则称其为蝎尾（蝎梢）；将全蝎捕捉后晒干者为淡全蝎；将全蝎用盐水煮后晒干者为咸全蝎。

中医认为，全蝎性味辛、平，有毒，入肝经，具有熄风止痉、解毒散结之功效，适用于治疗急性惊风、中风、面瘫、

破伤风、疮疡、肿毒、癰病、结核病等。本品辛平入肝，有较强的熄风止痉作用，因其性平，寒热诸症均可选用，故其为治疗惊风、抽搐之要药。本品有解毒、散结之功效，又为外科常用之药。《玉楸药解》言其“穿筋透骨，逐湿除风”。药理研究表明，本品含有蝎毒，有抗惊厥、降血压以及明显的镇静作用。全蝎的乙醇提取物在体外对多种致病真菌均有抑制作用，尤其对裴氏着色菌、申克氏孢子丝菌、石膏样毛癣菌、絮状表皮癣菌等较为敏感。本品对癌细胞有杀灭作用，抗真菌作用优于大蒜浸液。由于本品有毒，用量不宜过大，以免中毒。切记，血虚生风者不宜选用本品。

（作者供职于湖北省远安县中医院）



姜

伊尹汤液称阳朴，
夫子饭菜不离姜。
无姜难以成盛宴，
有姜方能成偏方。
辛温解表生姜好，
温散里寒是干姜。
生姜干姜寻常见，
药用食用同飘香。

注：姜为姜科植物姜的根茎，生姜性味辛、温，归肺、脾、胃经，具有解表散寒、温中止呕、化痰止咳、解毒之功效，可治疗外感风寒之鼻塞、咳嗽痰多以及胃寒呕吐等病，并能解半夏、天南星、鱼蟹之毒。干姜性味辛、热，归脾、胃、肾、心经，有温中散寒、回阳通脉、燥湿消痰的功效，可治疗脾胃虚寒、心肾阳虚、肺寒咳嗽以及虚寒吐血、崩漏、便血等病。生姜皮性味辛、凉，归脾、肺经，可治疗水肿初起、小便不利等病。

伊尹汤液称阳朴：伊尹是商代初年著名的丞相，也是汤液（汤药）的发明人，他曾经说过：“阳朴之美，招摇之桂。”

夫子饭菜不离姜（语出《论语·乡党》“不撤姜食，不多食”）。

（黄 山）

本版图片均为资料图片

中药传说

徐长卿

□杨自文



看见了榜文，便揭榜进宫为皇帝治疗疾病。

徐长卿取一些自己采的“蛇痢草”，用水煎汤取液，让唐太宗服用，一天两次。同时，余下的药液作为外洗液使用。第二天，唐太宗的病情就有所好转。于是，徐长卿让唐太宗再连续服用 3 天药。3 天后，唐太宗的疾病痊愈了。唐太宗高兴地说：“先生的医术高超，名不虚传，果然药到病除，但不知所用为何药？”徐长卿听后急忙跪下，吞吞吐吐地答不上来。原来，唐太宗被蛇咬伤后，便下了一道圣旨，凡是带“蛇”字的都要忌律，谁说了带“蛇”字的话都要治罪。情急之下，站在旁边的丞相魏征灵机一动，连忙为他解围说：“徐先生，是这种草药还没有名字吧！”

徐长卿便说：“这种草药尚无名字，请唐太宗赐名。”唐太宗不假思索地说：“是徐先生用这种草药治好了朕的病，就称其为‘徐长卿’吧，以免后人忘记。”皇

帝金口玉言，说一不二，就这样一传十，十传百，中草药“徐长卿”的名字就被大家传开了，并一直沿用至今。可是，该药草的原名“蛇痢草”，反倒鲜为人知。

徐长卿，别名为鬼督邮、石下长卿、寥刁竹、竹叶细辛、干云竹、别仙踪、蛇痢草等，为萝藦科植物徐长卿的干燥根与茎。本品多生长于山坡的草丛中，种子呈长圆形，花期为 5~7 月，果期为 9~12 月，广泛分布于全国各地。《神农本草经》记载：“主蛊毒，疫疾，邪恶气，温疟。”其性温，味辛，归肝、胃经，具有祛风、止痛、止痒、止痛的功效，既可治疗肠炎、胆道蛔虫症、溃疡病、肠道蛔虫症，胆囊炎、胆道术后综合征等病所致的急性腹痛，又可治疗手术后疼痛及恶性肿瘤等。本品既可单味应用或随证配伍其他药物，又可单用内服或煎汤外洗，比如配伍苦参、地肤子、白鲜皮等清利湿热的药物；可与半边莲同用，内服或外用。此外，徐长卿还有解蛇毒、治毒蛇咬伤的作用。

临床验方治疗慢性支气管炎：取徐长卿 1 两（1 两=50 克），制成煎剂或片剂，分 2 次服用，10 天为一个疗程。该方具有一定的消炎、化痰、止咳、平喘的作用。个别患者服药后有口干、咽干的症状。用于镇痛：将徐长卿制成 100%注射液，肌肉注射，每次注射 2~4 毫升。一般注射 5~10 分钟后，即有镇痛作用，能持续 2 小时左右。

（作者为河南中医药大学研究生）

养生堂



因为怕冷，40 多岁的王女士特别害怕冬天。近几天，她把保暖内衣、厚羊绒衣已全部穿上了，出门时再穿上羽绒服。

像王女士这样一到冬天就手脚冰凉的人，现在并不少见。在河南省中医院治未病科的诊室里，副主任医师吕沛宛就接诊过不少这样的患者。据吕沛宛介绍，怕冷、经常手脚冰凉是阳气虚的表现。阳气虚所致四肢末端不能很好地受到气血的温养，从而导致手脚冰凉。冬季出现手脚冰凉现象者，以女性居多。首先，主要原因是女性月经失血，易致血虚；其次，现代女性以瘦为美，由于过度节食，导致营养不良，从而使气血更为薄弱。吕沛宛建议女性应注意以下 3 点。

养生要适应四季天气变化 不要过度改变自己所处的环境。冬天，人们需要防寒保暖，但是也不能总是待在温室里，应到室外多运动，促使身体尽快适应寒冷的天气。夏天，人们要消暑降温，经常喝冷饮、住空调房，但是如果过度贪凉冷饮：一方面，寒冷的饮食和环境会直接损伤人体的阳气；另一方面，在夏季阳气不能很好地释放，到了冬天阳气就不能很好地温养机体。比如拉弓射箭，只有先把弓放松，然后才能拉满蓄势、储藏能量，前才能射得更远。因此，养生要适应四季天气变化，如果利用现代科技过度地改变所处的环境，那么人体自身的调控、适应能力就会逐渐降低。

冬季要保证充足的睡眠 中医讲“春生、夏长、秋收、冬藏”。在一年四季中，冬季是收藏的季节；而在一天当中，晚上是阳气收藏的时候，保证充足的睡眠有利于阳气的收藏。如果经常熬夜，阳气处于透支状态，身体就容易出现问题。

不要乱用寒凉药物和抗生素 板蓝根、牛黄解毒片、黄连上清丸等都是寒凉药物，许多人也将其当成祛火的“法宝”，但是“法宝”有时候灵有时候不灵。上火分为实火和虚火，而虚火多是阳气虚造成的，比如多数口腔溃疡的原因就是阳虚。此时，如果再用寒凉药物，会使阳气更虚，加重病情。抗生素虽然不是中药，但通常也被人们认为是寒性的。有的人一感冒就用抗生素，这是不可取的，应该在咨询医生后，再决定是否使用以及用多长时间。

除要注意以上几点外，吕沛宛还推荐了以下方法，冬季手脚冰凉的朋友可以试一试。

温水泡脚：先用开水把艾绒（一般在中药店就可以买到）烫一下，然后把水温调至 40 摄氏度左右泡脚，当身上有微微发潮的感觉时停止泡脚，不要等到身上出汗时才停止。

拍手：用左手心拍右手背，再用右手心拍左手背，各拍 100 下。拍的时候让手心与手背充分接触面。

弹指：用左、右手的拇指分别扣紧另外四指，用力弹出，这对疏通经络、促进血液循环很有好处。

艾灸：温灸关元穴、气海穴可以养阳气。

此外，午睡时用电暖宝、热水袋暖下腹部。晚上把电暖宝、热水袋放到脚部暖脚底，有助于温养阳气。

（作者供职于河南省中医院）

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……

《中医药说》《养生堂》《中药传说》《读书时间》等栏目期待您的来稿！

联系人：索晓灿

投稿邮箱：525480296@qq.com

苏东坡与庞安常的传世友情

□张宏乾

正确的选择，用坚强的意志战胜了恶劣的天气，取得一个小胜利。在返回途中，苏东坡通过撰写《定风波》来表达自己的喜悦心情：“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。料峭春风吹酒醒，微冷，山头斜照却相迎。回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。”

但是，毕竟是春寒料峭时，苏东坡这次顶风冒雨，感受风寒，导致左手肿痛，不可屈伸。有人建议他去黄州附近的名医庞安常那里治疗疾病。这位名医的医术高超，可治愈该病。于是，苏东坡前往求治，庞安常果然不负众望，不开方药，只用一根银针，就治好了苏东坡的病。更让人称奇的是，由于庞安常有听力障碍，苏东坡在介绍病情时必须通过书面语言进行交流，而庞安常“颖悟绝人”，苏东坡写几个字，庞安常就能了解病因、病情，随证施针，且针到病除。病

愈后，为了表达感激之情，苏东坡邀请庞安常一同游览了附近的清泉寺。清泉寺旁边有洗笔泉，传说是王羲之洗笔之处，泉水甘冽，下临兰溪，溪水西流。在游览过程中，庞安常感叹人生易老，自己已过中年，却无所建树，为此颇为苦闷。苏东坡即景而作：“山下兰芽短浸溪，松间沙路净无泥，潇潇暮雨子规啼。谁道人生无再少？门前流水尚能西！休将白发唱黄鸡。”（出自《浣溪沙·游蕲水清泉寺》）对庞安常进行劝慰，并鼓励他继续“勤求古训，博采众方”，立志成为当世名医。当天，他们痛饮而归，并以此结为知交。

恰好在这一年，北宋眉山（今四川省眉山市）人巢谷千里迢迢从老家来黄州看望苏东坡，便将一个治疗伤寒的良方“圣散子”传给苏东坡。该方可治疗伤寒和瘟疫，病情严重者，连服数剂，即汗出气通，身体逐渐康复；病情较轻

者，服用一剂药，额头便微微出汗，即可痊愈。更奇妙的是，虽然“圣散子”的药性偏热，当瘟疫流行时，用大锅熬药，让众人服用，能起到有病治病、无病预防的效果。苏东坡被贬黄州期间，当地连年流行瘟疫，苏东坡按照此方配药，治好了许多病人。当苏东坡通过实践体会到这是一个好方时，便将此方传给了庞安常，让庞安常在医疗实践中继续验证“圣散子”的疗效，为病人解除病痛，并通过庞安常著书立说，传之后世。

自从结识庞安常以后，苏东坡家中有人生病，就请庞安常诊治疾病。经过长期交往，苏东坡深切地体会到庞安常医术之高超，因而向苏颂等人推荐庞安常，并称庞安常“术学造妙而有贤行”“善疗奇疾”“脉药皆精，博学多

识”，对庞安常的医德、医术给予了很高的评价。庞安常酷爱书画，为人治病，不收诊金，但是患者若赠以古墨、书画，则会欣然笑纳。一天，一个患者家里藏有上好的李廷圭（圭）墨，当患者的重病被庞安常治愈后，便以此墨相赠；庞安常又将此墨转送给苏东坡，求苏东坡给他写几幅书法，苏东坡也慷慨地满足了他的愿望。这样，患者重病得愈，苏东坡求得佳墨，而庞安常得到自己钟爱的苏轼翰墨的三赢局面。

庞安常还通过苏东坡结识了当时著名的诗人、书法家黄庭坚，在凝结他毕生心血的《伤寒总病论》一书中，就收录了“圣散子”方。苏东坡、黄庭坚都为《伤寒总病论》作了序，而苏东坡和医药名家庞安常的交往也成了传世佳话。

（作者供职于三门峡市食品药品监督管理局）