



大医应有豪侠气

□黄新生

薛立斋、张景岳、李中梓、叶天士……乍一看，历史上的这些医学大师之间似乎毫不相干，其实，在内心深处，他们有一个共同的老师，这个老师就是“金元四大家”之一，“补土派”创始人李杲。李杲虽是一名医生，身上却有一股豪侠之气。

李杲(1180~1251年)，字明之，真定(今河北省正定县)人，晚年自号东垣老人。李杲生活的年代，蒙古正在大漠中迅速崛起，金国正在衰落乃至灭亡。但这对于少年的李杲没有多大影响，因为他家不缺钱，“世为东垣盛族”，“世居真定，富于金财”。因为家世显赫，李杲从小就受到良好的儒学教育，教授李杲的是当时的硕儒王从之(文学家王若虚)、冯叔献(书画家冯璧)和范仲淹的后人范炼。名师出高徒，李杲22岁时就已经成为知名儒生。

虽是儒生，李杲并不是寻章摘句的书呆子，他凭一股豪侠之气，广交天下名士，“所居乡里，名士日造其门”。所谓侠之大者，为

国为民，李杲也是其一。为了改变家乡教育的落后面貌，他拿出自家的宅地，自费建造了书院。泰和年间(1201~1208年)，河北大灾，“民多流亡”。李杲目睹灾民饥寒交迫的悲惨境遇，毅然拿出自己家的存粮赈济灾民，使众多饥民得以活命。

但是，并不是有钱就可以事事顺心。李杲的母亲得了重病，李杲是至孝之人，“色不满容，夜不解衣”，殷勤侍奉，同时，广出财帛，求医治疗。但事与愿违，医生尚未诊断出疾病，母亲已撒手人寰，李杲痛定思痛，心想，“若遇良医，当力学以志吾过”，“自是始有志于医”。

经多方打听，李杲得知，当时最有名的医学大师，当数易水老医生张元素(字洁古，中医易水学派创始人)。得知此消息后，李杲不惧路途遥远，立刻背井离乡，捐千金拜张元素为师。凭着他扎实的深厚的文化功底，经过数年的刻苦学习，李杲“尽得其学”，而且“益加阐发”，在医学造诣上已有“青出于蓝而胜于蓝”之处。

但是，李杲并没有因此就去悬壶济世，他就像隐居民间的大侠一般，从不显露医学上的身手。在他心中，还有更大的理想。公元1202年，李杲向金国政府“进纳得官，监济源税”，也就是通过捐献谷粟等财物，而被任命为济源县(今河南省济源市)的监税官。但李杲的政治抱负并没有实现，因为当时济源传染病大暴发，民不聊生，“彼中民感时行疫厉，俗呼为大头天行”。

当时的医生，面对这种来势凶猛的传染病束手无策，任由疾病肆虐。在这种情况下，百姓的生命安全都没法保障，更别谈收工工作了。面对这种情景，李杲“独惻然于心，废寝食，循流讨源，察标本”，终于创制一方，名为普济消毒饮，用之大获良效。由于病者甚多，药方效果又很好，人们以为是仙人所传，就将药方雕刻于圆顶石碑之上，以便流传。

李杲此举，不仅为挽救济源一带百姓生命做出很大贡献，而且也为后世温病诊治理论的出现提供了临床经验、治疗方法和有效方剂。

至今，普济消毒饮仍广泛应用于临床。

这边传染病救治工作刚刚取得成效，那边蒙古的铁骑已经攻至。为了躲避兵灾，李杲前往汴梁(今河南省开封市)，为生计所迫，“遂以医游于公卿间”。因其医术高深，临床治疗“明效大验”。公元1232年，蒙古军围困汴梁达3个月之久，解围之后，城内之人大多患病。当时的医生按照原有经验治病，却并没有什么效果。李杲目睹了整个过程，他认为，这些疾病并非伤寒，而是“大抵在围城中，饮食不节及劳役所伤”。于是他从内伤脾胃立论，以其卓越疗效“通医之名雷动一时，其所济活者，不可遍举”。

公元1244年以后，元代政局日渐稳定，李杲返回家乡真定。他一边总结医学经验，著书立说，一边物色可靠的徒弟，准备倾囊相授。李杲选徒弟的第一标准是医德。经人推荐，“性行敦朴”的罗天益来到李杲面前。“汝来学医钱人乎？学传道医人乎？”李杲

问道，“亦传道耳。”罗天益老实地回答。从此，罗天益成了李杲的徒弟。与别人收徒弟不同，李杲不但不收学费，而且对徒弟管吃、管喝、管住，并且支付零花钱，只为了徒弟保持良好的医德，不谋取病人的钱财。

李杲认为，疾病的病因不仅是外邪，也有内伤。无论是外邪还是内伤，都会伤及脾胃，所谓“内伤脾胃，百病由生”。治则应扶正，扶正必补脾土，故称补土派。李杲的代表作是《脾胃论》3卷，还有《内外伤辨惑论》3卷、《兰室秘藏》3卷、《东垣试效方》9卷、《活法机要》及《医学发明》等。

建书院，赈流亡，书生亦有豪侠气；感母疾，拜名师，儒医兼通大宗师。济源小试，普济消毒存良效；汴梁大用，扶正补脾有神功。传道医人，收徒苛严传佳话；铁血丹心，补中益气后人宗。乱世之中，李杲堪为杏林之中侠之大者。

(作者供职于武陟县卫生计生委)



唐太宗与醋

□胡献国

唐初，唐太宗李世民要给谏议大夫魏征纳妾，魏征不以为然。唐太宗究其原因，魏征回禀道：“即使承蒙圣意，家中发妻不会善罢甘休。”唐太宗说：“孤宣她进宫，当面要她答应。”唐太宗摆好一桌酒席迎候魏夫人到来，指着酒盏对魏夫人说：“孤意已定，要给魏大人纳妾。夫人若执意不允，你面前是一杯毒酒，赐你一死。”魏夫人闻言后，仰脖将“毒酒”一饮而尽。唐太宗看着魏夫人等死的神态，忙笑道：“孤赐你的本是一杯陈醋也。”此后，唐太宗不再提给魏征纳妾一事。这就是“吃醋”的来历。然而，“吃醋”一词却成为人们形容“争宠”的一条俗语。

醋，全国各地皆有出产，以山西老陈醋、四川保宁醋、镇江香醋最为有名。中医认为，食醋性味酸、苦、温，入肝、胃经，有活血化痰、解毒止血、安蛔止痛之功，适用于瘀血内阻所致的癥瘕积聚，各种出血，消散肿毒，解鱼、肉、菜毒，虫积腹痛。《本草纲目拾遗》言其“治产后血运，除癥瘕坚积，消食，杀恶毒，破结气，心中酸水痰饮”。《名医别录》言其“消痈肿，散水气，杀邪毒”。《本草从新》言其“多食损伤筋骨，损胃，损颜色”。营养研究表明，本品含乙酸、乳酸、丙酮酸、草酸、琥珀酸等有机酸及高级醇类，以及糖类、氨基酸、维生素和微量元素等，有消毒杀菌、增进食欲、扩张血管、降低血脂、利尿的作用。

醋的主要成分是醋酸，还含有少量乳酸、苹果酸、柠檬酸、琥珀酸等有机酸。醋酸有利于糖和脂肪充分转化为能量，可防止体内脂肪过多积累；有机酸有利于维持人体内环境酸碱度的平衡和稳定，使各种代谢和生理功能得以正常进行；醋酸还可以软化血管，降低血液中的胆固醇含量。

醋虽好，但宜稀释后服，不宜多食，否则伤筋败齿；脾胃湿盛、溃疡病患者不宜选用；使用时不宜用铜器烹调。

(作者供职于湖北省远安县中医院)

中医之最

中医护理学历史悠久。可以说，古人在医疗技术与知识萌芽产生之前，对损伤与病痛的原始护理措施就已出现。尽管由于时代、社会、生活习俗等因素的制约和影响，中医护理没有成为独立专科，但中医的护理方法、经验和理论仍大量散载于浩瀚的中医历史文献之中。

中医护理学具有重视全面护理与辨证护理的明显特点。前者主要包括精神、生活、饮食、环境等方面的护理；后者则是针对患者性别、年龄、性格、体质、病种、病程、症状、用药等不同情况的特殊护理。

在现存古代中医文献中，最早较全面论述中医护理的专著，是清代钱襄撰著的《侍疾要语》。该书强调精神护理的重要性：“病人性情每与平日迥异，为人子者本以养志为先，而当病之时，尤须加意体察，务求转怒为欢，反悲为喜。所爱之人常坐床前，所喜之物恒置枕畔，忧病则须说今日精神胜于昨日，忧贫则须说今年进益好似去年，勿露愁闷之容，常瞒医药之费，诸如此类未可枚举。”为了避免患者对亲人之操劳不安，不可使患者察觉亲人的辛劳，因此担任护理之亲人“勿得欠伸摩眼稍露倦怠，则亲心安矣，否则转益其疾，病情转变”。为了不增加患者精神上的不快，“至亲问疾，每至床前，须先吃惊其说吉祥语，或其人为病人所厌见者，须婉谢之，勿令进房”。还可用音乐为患者消除烦躁：“病时烦躁，急难解释，唯弦索之声可以悦耳，可以引睡，或令盲妇、歌女轻拨琵琶，浅度一曲，亦驱病之一助也。”

对于生活与饮食护理，在《侍疾要语》中也阐述得很周详。例如，“床前与人说话，须有词无声，行步不可急遽，防作声且生风也；放帐卷帐缓则不生风，放钩以手握之，勿戛床柱，揭被盖被、披衣解衣缓则不生风”。对于疾病的护理，该书特别提醒应经常注意观察患者的病情变化：“夜间侍奉者，非特夜不解衣，且亦不可暂时交睫，方能静听声息，如今宵较昨宵是增是减。或亲命使睡，只可虚掩帐子，危坐帐中，闻声即起”。对于长期卧床的患者，该书作者指出应防褥疮：“久病消瘦，皮肤或碎，须垫以灯草圈则痛处不若褥席。”

《侍疾要语》还强调及时观察病人大小便对诊治疾病之意义：“大小便须即谛视之……不可稍迟，迟则大便结者，久而浸而化为溲。小解白者，阅时而变为赤，未可为医者也。”对于用药的护理，《侍疾要语》就药物加工、调制、饮用等要点均有所论及。

《侍疾要语》全书字数不多，但从书名与内容可以看出，在中医护理学史上，它的确为本文言简意赅、切合实际的著作，大部分内容现在仍有实际应用价值。(褚远)

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。

《中医学说》《养生堂》《中药传说》《读书时间》等栏目期待您来稿！

联系人：刘静娜
投稿邮箱：570342417@qq.com

本版图片均为资料图片

中药传说

乌梢蛇



一家酒厂里有个烧锅炉的小伙子，天长日久，受了湿气。一开始，他头上生癣，后来全身长癣，再后来四肢关节酸痛，行动艰难，眼看就要全身瘫痪了。酒厂主人觉得小伙子快残废了，就随便给了他几个钱，打发他走了。

小伙子十分伤心，一没父母，二没妻子，离开酒厂要投靠谁呢？他想来想去，与其将来冻死、饿死，不如现在挑个好办法寻死。在酒厂里寻死倒也方便，一是可以喝酒醉死，二是可以投进酒缸淹死。

天黑以后，小伙子偷偷来到后院，打开一缸陈酒，双手捧起来就喝。他不知喝了多少，直到

肚皮发胀，才躺在地上等死。可是，天快亮时，小伙子又醒过来了。他一看没死成，又怕天亮后主人发现，心里一急，索性跳进了酒缸。这时，正巧有人走进后院，听到扑通一声，就一面高喊着：“快救人！”，一面跑过来拉他。小伙子一心想寻死，无论人怎么拉他，他也不肯上来。直到又来了许多人，才把他从大酒缸里救出来。

酒厂主人非常生气，再次把小伙子赶出酒厂。小伙子又被赶出门，只好沿街乞讨。没过多久，他浑身发痒，皮肤慢慢裂开，又慢慢脱掉。几个月后，他像蜕壳的蝉一样，换了一层新皮，而且身上的关节也不痛了。小伙

子喜出望外，于是，摔碎讨饭的碗，踩扁讨饭的篮子，又回酒厂来了。

大家看到小伙子都吓了一跳，酒厂主人也不禁一惊，忙问道：“你的病是怎么好的？”“还不是因为喝了你家的酒，又在酒缸里打了一个滚儿吗？”

主人心想：酒能治病？莫非酒缸里有什么东西？急忙跑到后院找到那缸酒，一打捞，竟捞出一条淹死很久的乌梢蛇。主人如获至宝，就把这缸酒封存起来，当成专治风湿、疥癣的药酒。

后来，人们渐渐传开：乌梢蛇泡酒，有活血、祛毒等疗效。从此，人们便都用乌梢蛇泡酒制药了。(张健)

养生堂

养生中的平衡学

平衡学，又称中庸之道。其主要理念有阴阳平衡、阴平阳秘、劳逸结合、心态平衡等。作为老祖宗留给我们的宝贵财富，其在医学上也有诸多体现。

阴阳平衡 万物皆有阴阳属性，阴盛则阳病，阳盛则阴病。阳盛则热，阴盛则寒。阴虚生内热，阳虚生外寒。阴虚则阳亢，阳虚则阴盛。人的一生时时刻刻都在调整阴阳平衡，但平衡是相对短暂的，不平衡则是绝对的。今天刚调整好平衡，明天又出现新的不平衡。因此，人们平常需要调整好情绪，保持好心情。

营养平衡 调和五味不偏食，食物的酸、苦、甘、辛、咸、蔬菜

的青、赤、黄、白、黑都要调剂好，俗话说：“酸甜苦辣都有营养”，调和五味“骨正筋柔，气血以流”。一日三餐也定时、定量、养成良好的生活卫生习惯。

动静平衡 “久视伤血，久卧伤气，久坐伤肉，久立伤骨，久行伤筋。”万病起于过用，太过、不及均会生病，在日常生活中要坚持有张有弛，劳逸结合。

心理平衡 情绪是生命的指挥棒。“性为情本，情为病困。”“百虑愁思”，安心安神，宁静自然，心醒我醒。”即白天上班工作和学习，黑夜回家团聚、睡觉，什么时间做什么事。按现代时间表示是：早晨6~7点起床，晚上9~10

法是用减法，有的是用补益法，这两者虽然目的都是平衡，但使用的方法却是一补一泻，对身体健康都是有益的。泻者，虽然也达到平衡，却是以削损身体阳能(多余)为代价。补者，是以增补虚损(不足)为手段达到平衡，在调整平衡中提高身体素质，使之达到新的平衡。

起居平衡 起居有常，顺应自然。大自然赏赐给人类太阳和月亮，万物生长靠太阳，这就决定了人体的生物钟是“天睡我睡，天醒我醒。”即白天上班工作和学习，黑夜回家团聚、睡觉，什么时间做什么事。按现代时间表示是：早晨6~7点起床，晚上9~10



点睡觉。不要昼夜颠倒，按部就班对人体健康会有大大的好处。

环境平衡 机体与环境要保持平衡，要保护大环境，创造小环境，如人体要经常注意避暑和御寒等，山清水秀，世外桃源好养生。

调和阴阳 中医治病，一般也采用衰减平衡的办法，阴病治阳，阳病治阴，重在调和阴阳。因此，不是急性病和非吃药不可的病，一般不吃药，体疗、食疗比药疗好。

(张丽)