

■ 读书时间

北宋本草学的巅峰之作——《证类本草》

□ 黄新生

北宋中后期,在成都市有一位极为有名的医生,名叫唐慎微,字审元。唐慎微其貌不扬,言语质朴,却深受当地群众爱戴。他的医术极为高明,为人治病,百无一失;他的医德极为高尚,为人治病,不论贵贱,一视同仁,有所召必往,寒暑雨雪不避。

更加令人称奇的是,唐慎微为人治病,不收取费用,只需拿出家中与医药有关系的书籍或药方供其摘抄就可以。日积月累,唐慎微家里收集的医药书籍资料达到了汗牛充栋的地步,他这样做的目的,就是要集各家所长,编撰一本当时最为全面的本草书籍。

大约从宋哲宗绍圣四年至宋徽宗大观二年(1097~1108年),在10余年的时间里,唐慎微终于将自己的本草书籍编撰完成,取名《经史证类备急本草》(简称《证类本草》)。

《证类本草》以掌禹锡的《嘉祐本草》和苏颂的《本草图经》为基本框架,将两书合二为一,并予以扩充调整编成。全书共载药1748种,各药先出《本草图经》药图,次载《嘉祐本草》正文及《本草图经》解说文字,末附唐慎微续添药物资料。唐慎微续添的药物资料来源极为广博,包括本草、方书、经史、笔记、地方志、诗赋、佛书、道藏等240余种书籍中的有关药物资料。

《经史证类备急本草》名称由来,就是说该书所引资料极为广泛,包括经、史、子、集各类书籍中的医药资料,并且于各个药物之后所附方剂可以互相印证,故名“经史证类”。历代刊本中,有将书名“备急”改为“备用”者,但其内容并无差异。《证类本草》系统总结了北宋以前的药物学的最高成就,堪称北宋本草学的巅峰之作,不仅有很高的学术价值,而且有很高的文献价值。

《证类本草》全书共31卷,目录1卷,共60余万字。第1卷、第2卷为序例,其中第1卷增“雷公炮炙论序”,第2卷诸病通用药部分增补若干药名与病名。后29卷,收载药物1748种,药图294幅。药物分类系统,论述周详。全书将药物分为玉石、草、木、人、兽、禽、虫、果、米、谷、菜(以上又各分为上、中、下三品),有名未用、图经外草类、图经外木蔓类。每种药物论述其别名、药性、主治、产地、采集、炮制、辨析、附方等,并进一步阐明药物归经理论,补入280余种药物的炮制方法。

《证类本草》又辑众多医方,各注出处,为宋代本草集大成之作。书中增加方论1000余条,各药之后共附古今单方3000余首。在分类和文献来源及标记方面,悉依《嘉祐本草》之旧,唐慎微自己所增补的资料,皆冠以黑色鱼尾括号,以示区别。唐慎微新增的资料分为“药物”和“注文”两部分。“药物”新增628种,其中灵砂、桑牛等皆为首次载入;“注文”新增的更多,特别是方论和单方,几乎全是新增内容,有3000余首。

《证类本草》是和《神农本草经》《本草经集注》《唐本草》《开宝本草》《嘉祐本草》《本草图经》一脉相承的本草学著作,虽然在卷数、药物数量、注释及相关内容方面历代都有发展和增加,但在总的体例、分类、编排方式等,仍与《神农本草经》相同。在《本草纲目》问世之前,《证类本草》一直是本草学最为重要和流行的著作,是本草学研究的范本,《本草纲目》即以此书为蓝本编撰而成。



《证类本草》几乎涵盖了宋代以前本草学文献的主要内容,开创了多项宋代本草学之最。

《证类本草》是宋代收录药物种类及征引文献数量最多的本草学著作

《证类本草》征引了240余种文献,对征引的历代主要本草学著作,一律注明出处,使得征引的重要的本草学著作得以基本保存。同时,这也使得《证类本草》成为校勘古代医学典籍的重要依据。《证类本草》所摘陈藏器《本草拾遗》、雷斅《雷公炮炙论》、孟诜《食疗本草》、李珣《海药本草》等古本草条文尤多,弥足珍贵。一些重要的本草著作如《开宝本草》《日华子本草》《嘉祐本草》等早已散佚,其内容幸赖《证类本草》保存下来,这是唐慎微的一大功绩。李时珍因此对《证类本草》给予高度评价:“使诸家本草及各药单方垂之千古,不致沦没,皆其功也。”

《证类本草》使“以方证药”成为本草学著作的最重要的撰写体例

唐慎微编撰《证类本草》的原因,就是“而世之医师方家,田父里媪,犹时有以单方异品,效见奇捷,而前书不载,世未知者”。《证类本草》续补了采自前人文献中的医方3000余首,使药物的用途、用法一目了然,实用性强。《证类本草》征引不同学科的文献来佐证药物,展现了宋代学术的交叉性和包容性。同时,《证类本草》还开创了“以小说证药”等诸多创新,反映了宋代学术寻求新变的崭新格局。

《证类本草》所选方剂最为“简、便、验、廉”

《证类本草》所引药方,以简单易行、效果明显为标准。《证类本草》所引宋代以前的医学著作,以单方为主,复方只占很少比例;所引宋代医书,复方虽然增加,但仍以单方为主,这使所引药方具有简单易行且价廉的特点。《证类本草》所引药方,也以效验为标准,所引较多的书籍是:《外台秘要》单方343个,复方23个;《千金方》单方310个,复方16个;《肘后方》单方299个,复方14个;《母子秘录》单方178个,复方2个;《太平圣惠方》单方267个,复方15个。同时,《证类本草》对所引药方精挑细选,尽量避免重复选方。

《证类本草》对后世本草学发展产生了极为重要的影响。《证类本草》虽为民间医家个人著作,但由于它的高水平的学术价值和实用价值,流传甫始,就引起朝野各方面的重视,宋政府后据依此书校刊增订为《大观本草》《政和本草》《绍兴本草》等作为国家药典颁行全国。据《四库总录医部》记载,古人对《黄帝内经》的评论有23条,而对《证类本草》的评论竟有28条。英国李约瑟博士在《中国科学技术史》中评论《证类本草》:“要比15世纪和16世纪早期欧洲的植物学著作高明得多。”(作者供职于武夷县卫生计生委)

李煜与马钱子

□ 刘琪瑞



外雨潺潺”等词作,认为李煜全然不是醉生梦死之辈,妄图有朝一日东山再起,遂萌生剪除隐患之念。

但是,宋太祖赵匡胤立国之初深刻的一块磐石,明确规定后嗣皇帝不得杀士大夫。宋太宗想到了李煜的忠实“粉丝”——弟弟秦王赵廷美(原名赵匡美,因避宋太祖赵匡胤名讳,改为赵光美;又避宋太宗赵光义名讳,又改为赵廷美)。赵廷美与李煜私交甚笃。正值七夕,也是李煜的生日,赵廷美带着御赐美酒和一剂“牵机妙药”去祝寿。毫无戒心的李煜合酒服用了御赐的所谓养补妙药“牵机药”,夜间毒发,可怜“千古词帝”命丧黄泉,年仅42岁。李煜死后,宋太宗赵光义又虚情假意封其为吴王,赠大师,以王礼厚葬于洛阳北邙山,并请原南唐旧臣徐铉为李煜写了墓志铭,自己也特诏辍朝三日,以示哀悼。

牵机毒与钩吻、鹤顶红三毒并列,是历史上最有名的三大毒药。那“牵机药”是什么呢?就是大名鼎鼎的马钱子,又名番木鳖、苦实、马钱,其味苦,性寒,有大毒;如不经炮制,服后便中毒身亡,故有“马前食之马后死”之说,又有“鸟中其毒,则麻木抽搐而毙;狗中其毒,则苦痛断肠而毙。若误服之,令人四肢拘挛”的说法。其有毒成分为番木鳖碱和马钱子碱,中毒量为1.5克~3克,致死量为4克~12克,马钱子中毒主要是作用于人体中枢神经系统,兴奋脊髓的反射机制和延髓中的呼吸中枢及血管运动中枢等。中毒者因为全身肌肉痉挛,还会有双目凝视、牙

关紧闭等症状,导致临死前面部呈现苦笑、诡异、狰狞等表情,其惨状可想而知。毒发身亡后,人的身体已经严重变形,形状和古代绷紧的织布机相似,所以这种毒药又叫“牵机药”。宋代学者王铎在《默记》中记载了毒死李煜的经过,并描述了他的死状:“前头足相就,如牵机状。”

不过,即使是毒药,只要谨慎炮制使用,也能化腐朽为神奇,解除消痹,祛除疾病。马钱子经专业炮制和加工后,能够通络止痛、散结消痞,可用于风湿顽痹、麻木、瘫痪、咽喉痹痛、跌打损伤、痈疽肿痛、小儿麻痹后遗症、类风湿关节炎等症的治疗。马钱子是骨伤科的要药,具有续断接骨、活血通络、强筋壮骨之功效。《串雅补》云:“此药走而不守,有马前之名,能钻筋透骨,活络搜风,治风痹……遍身骨节疼痛,类风不仁等证。”《本草纲目》云:“伤寒热病,咽喉痹痛,消痞块。”张锡纯盛赞其功效曰:“其开通经络,透达关节之力,实远胜于它药也。”由此也可以看出马钱子的奇妙之处。

当然,马钱子的毒性,哪怕经过各种加工,也依然存在。因此,用于炮制马钱子的辅料等物品,一定要专用,不得用于炮制其他药材,在炮制过程中刮下的皮毛碎屑,也必须立即烧掉,不得随意处理。使用马钱子时应注意:内服不宜生用及久用;含有毒性成分能被皮肤吸收,故外用也不宜大面积涂搽;孕妇禁用,体虚者忌用。

■ 养生堂

春季是一年之始,阳气始生,万物复苏,自然界中的生物欣欣向荣,生机勃勃。我们要顺应自然界的规律,早睡早起,重视春季之养生,饮食清淡,保持情志舒畅,避免暴怒忧郁,维护自身阳气,适当的锻炼及运动,有利于身体吐故纳新。

中医理论认为,肝属木,与春季相应,生理特性为“喜条达而恶抑郁”,故有“大怒伤肝”之说。根据五行学说,肝属木,脾属土,木能克土,所以肝气郁滞会影响脾脏的运化功能;同时,脾与胃密切相关,故脾弱则妨碍脾胃对食物的消化及吸收,甘味入脾,最宜补益脾气,健脾又能辅助肝气。

饮食养生

甘味入脾胃,可以助阳气生发;酸味入肝,主收敛,影响阳气生发,故春季应少吃酸味食物,多吃甘味食物,滋养肝脾两脏。可以选择菠菜、大豆、豆豉、葱、香菜、花生等食物,其中菠菜以春季为佳,此时食用菠菜,具有养血、止血和润燥之功,对春季里肝阴不足引起的高血压病、头痛、目眩、糖尿病和贫血都有较好的辅助治疗作用。

早春时期(包括立春和雨水),冬春交界之时,天气依然寒冷,人体内消耗的热量较多,适宜吃一些偏温热的食物。要少吃冬瓜、绿豆芽等寒性食品,适当吃些葱、姜、蒜、韭菜和芥菜等温性食品,以祛阴散寒。此外,还应多吃些鸡肉、动物肝脏、鱼类、瘦肉、蛋黄、牛奶、豆浆等营养食品,以满足人体机能代谢日趋活跃的需要。韭菜又名起阳草,性温,味甘辛,具有补肾壮阳、温中开胃、散瘀活血之功效。现代医学认为,韭菜有扩张血管、降低血脂、预防心肌梗死的作用。

仲春时期(包括惊蛰和春分),天气渐渐暖和起来,可食用大枣、蜂蜜、山药之类的食物,少吃过酸或油腻等不易消化的食品。另外,还应多吃些菠菜、芹菜、莴笋、胡萝卜、花菜、柿子椒、油菜和时令水果,以补充维生素、无机盐和微量元素。

暮春时期(包括清明和谷雨),气温日渐升高,此时饮食应以清淡为主,在适当进食蛋白类食物及蔬菜水果之外,可饮用绿豆汤、酸梅汤和绿茶,以防体内积热。不易进食羊肉、狗肉、花椒和辣椒等辛辣之品,否则会邪热化火,诱发疮疖、痈肿等疾病。清明和谷雨时节是野菜生长旺季,要选择适合的野菜尝尝鲜,比如荠菜,中药名叫荠菜花,荠菜是最早报春的时鲜野菜。荠菜清香可口,可炒食、凉拌,做菜馅等,具有食用方法多样、风味特殊等特点。荠菜性平,味甘淡,全株入药,具有明目、清凉、解毒、利尿、治疗痢疾等功效,其花与籽可以止血、治疗血尿、肾炎、高血压病、咯血、痢疾、麻疹、头痛、目痛等。

此时,树木纷纷发芽,香椿芽、柳树芽等被人们采摘下来,它们不仅味道鲜美,而且营养价值很高,被称为“树上佳蔬”。

运动养生

春季,气温的回升是比较快的。人们应该多参加户外活动,这样可以加快人体的血液循环,有助于促进气血的运行。我们经常说春季踏青,四处走走,做一些和缓的运动,例如放风筝、散步、慢跑、打太极拳等运动,这些对养生是非常有好处的。还有,春季,人们不宜做太剧烈的运动,如果大汗淋漓、气喘吁吁,就会消耗阳气,对养生是很不利的。

情志养生

肝脏的生理特点是喜条达,恶抑郁,忌精神刺激。专家指出,春季保健,重点是保持心情舒畅,努力做到不着急、不生气、不发怒,以保护肝脏。

春季养生,情绪上要乐观,不宜抑郁或发怒,不要过分劳累,以免加重肝脏负担。有肝脏疾病的人,要做到心宽、心静。在繁忙浮躁和充满诱惑的尘世纷扰下,要做到“恬然不动其心”,就能保持机体内环境的稳定,防止心理疾病的发生。

结语

在中国,春季的开始是在立春(2月2日至5日),春季的结束在立夏(5月5日至7日)。春季的节气包括立春、雨水、惊蛰、春分、清明、谷雨。春季是一年之始,由寒到暖的转变也容易让人生病。人们应该保养身体,增进健康,努力做到心情舒畅,戒烟忌酒,适当锻炼,多喝开水,少食辛辣油腻食物。春天的阳气在树林、江河、湖边的空气里尤其旺盛,这些地方富含负氧离子,具有止咳、消除疲劳、调节神经、降压、镇静等功效,多与大自然接触,迎接春季和暖的阳光,对改善肝脏功能及身体的健康意义甚大。(作者供职于邓州市张村镇杜庄村卫生室)

■ 中医之最

我国最早的病历

公元前3世纪,我国有一位著名的医生叫淳于意,他不仅医术高明,而且虚心好学,积累了丰富的临床经验和治病良方。从医多年,淳于意深刻体会到,医生往往很难记清病人的发病情况和治疗经过,这会以后的治疗带来困难。于是,淳于意在行医时,就把患者的姓氏、地址、病情、用药、治疗日期和治疗经过等情况详细地记录下来,这就形成了我国最早的医案(当时称作“诊籍”)。据《史记》记载,淳于意记录“诊籍”26例,他是我国最早记录医案的医生。古时的医案,相当于现代的病历。(倪世俊)

本版图片均为资料图片

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。

《读书时间》《我与中医》《养生堂》《中药传说》《中医学说》《杏林撷萃》等栏目期待您的来稿!

联系人:杨小玉
投稿邮箱:54322357@qq.com