■读书时间

我国第一部完善的妇产科专著——《妇人大全良方》

□黄新生

陈自明(1190~1270),南宋医学家,字良甫,晚年自号药隐老人,抚州临川(今属江西)人,江西历史上十大名医之一。陈自明出身于中医世家,从小随父亲学医;他14岁便已通晓诸多经典医学著作,并能将名家医论与祖传经验相结合,在临床实践中融会贯通。陈自明医德高尚,治病不论贫富,一视同仁,随到随诊;对于家庭困难者,不取分文。陈自明在医学实践中发现,妇产科疾病往往是最为凶险的疾病,"医之术难,医妇人尤难,医产中数症,则又险而难"。但妇产科方面的书籍存在诸多欠缺,"有纲散漫而无统,节目详略而未备",以致在临床上形成"有才进一方不效,辄束手者,有无方可据,揣摩臆度者"的局面。于是,陈自明深入研究了历代妇产科方面的著作,广泛收集民间妇产科方面的秘方、验方,编成我国第一部完善的妇产科专著——《妇人大全良方》。

《妇人大全良方》又名《妇人良方大全》《妇人良方集要》《妇人良方》。《妇人大全良方》共24卷,分为调经、众疾、求嗣、胎教、妊娠、坐月、产难、产后八门,包含266论、1118方、48例医案。《妇人大全良方》中引录南宋前与妇产科有关的医书近30种,在编写体例上分门列病,每门又分若干病证,分述各种疾病的病因、证候及治疗方法。在论治方面,《妇人大全良方》涉及妇女在不同生理阶段的疾病200余种,总结出"产前先安胎、产后先补益"等治疗方法。《妇人大全良方》理论精辟,详而不杂;条目清晰,编次井然;内容丰富,科学合理,有很高的学术价值和实用价值。《妇人大全良方》具有以下特点。

一、系统总结了妇产科的诊治特点

一是病因上重视虚损和风寒的致病因素。如在调经门十九条中,有十条论及虚损致病,五条论及风寒致病,这既是巢元方《诸病源候论》妇产科学术思想的发展,也切合当时实际。

二是在病机上重视血气、脏腑、冲任。陈自明认为气血调和,则月经正常,容易受孕,人若有病,势必影响气血,同时指出肝脾损伤是月经病的主要病机,在治疗原则上提出调理气血和脾胃,因为脾为气血生化之源。《妇人大全良方》阐发了冲任二脉在妇产科的重要作用,认为"妇人病有三十六种,皆由冲任劳损而致,盖冲任之脉为十二经之会海"。

三是治疗上注重辨证论治,调理冲任。临床诊治中注重审证求因、辨证论治,注重调和气血阴阳、调理心肝脾肾,因心主血、肝藏血、脾统血、肾为冲任之本。陈自明注重冲任二脉的调理,认为冲脉为总领诸经气血之要冲,能调节十二经之气血;任脉具有妊娠孕育胎儿的作用,故冲任二脉气血不足,则会出现月经不调、经闭、不孕等。

二、系统总结了妇产科的用药规律和经验

一是强调"男子调其气,女子调其血",如对情志所伤而致的闭经,陈自明反对盲目滥用凉血行血之剂,主张患者必须改易心志,同时用药扶持,可用柏子仁丸、泽兰汤等制虚火,益阴血。对于风冷客于胞络而月经不利者,用牛膝散;经行腹痛者,用温经汤、桂枝桃仁汤;妊娠小腹痛者,用紫苏饮、八珍汤;妊娠心腹胀满者,用下气汤等。

二是总结了妊娠用药规律,如"妊娠用药,宜清凉,不可轻用桂枝、半夏、桃仁、朴硝等类。凡用药,病情退则止,不可尽剂,此为大法"和"妊娠胎动,当推其因而治之,若因母病而胎动,但治其母,若因胎动而病,唯当安其胎"。

三是总结了一些用药经验。如月经不调用当归、川芎、白芍等,闭经用红花、泽兰、牛膝等,痛经用延胡索、香附、木香等,经水过多用阿胶、槐花等。

三、系统总结了优生优育知识

一是提倡适当晚婚晚育。陈自明提出"男子三十而娶,女子二十而嫁",则"阴阳充实,育而子坚壮强寿",早婚早育容易导致不孕和孩子夭折。

二是提倡婚前检查。"凡欲求子,当先察夫妇有无劳伤痼疾,而依方调治,使内外和平,则有子矣"。

三是强调房事有节。陈自明认为纵欲无度、醉酒行房可能导致妇女罹患多种妇科疾病,并可导致不孕和孩子夭折。

四是重视胎养胎教。"(妊娠三月)欲子端正庄严,常口谈正言,身行正事;欲子贤能,宜看诗书"。书中告诫孕妇要生活规律,做到起居有节、劳逸适度、合理膳食,保证孕妇及胎儿营养全面。孕妇患病,应及时治疗,避免影响胎儿发育。

四、系统总结了难产的常见情况及处理经验

一是认为难产的内因是"今富贵之家,过于安逸,以致气滞而胎不转动";外因是"稳婆不悟,入手试水,致胞破浆干,儿难转身,亦难生矣"。

二是总结了常见的几种难产情况和处理手法,包括横产(肩先露)、碍产(脐绕肩)、盘肠产(临产前肠子先出)、偏产(额先露)等。

三是记载了常见的产后疾病及治疗方法,如胎衣不下、产后血晕、产后腹痛、恶露不下、恶露不绝、产后发热、产后发痉、产后大便难、产后小便不通、乳汁不通等。

五、创造性地提出了一些妇产科的观点

一是将妇女的生理发育和病理变化分为室女(青春未婚期)、已婚(已婚期)和七七天癸尽数之后(绝经期)3个阶段。青春期以思虑积想等情志变化为多,故其病多在心脾。对绝经之后的胞宫出血,则多考虑肝肾虚热。一般的月经失调,多与冲、任、肝、脾有关。

二是对妇人乳悬、乳疠、乳硬、带乳、乳位、吹乳诸症都有独到见解,特别是论述乳岩(乳腺癌)尤为精辟。书中指出乳腺癌"早期治疗或可内消;若不予治疗,乳将巉岩而崩裂如热瘤,或内溃深洞,血水滴沥,则后果险恶"。

《妇人大全良方》是我国现存最早、具有系统性的妇产科专著,促进了中医妇科学的发展,甚至对现代治疗妇科疾病也有重要参考价值。

(作者供职于武陟县卫生计生委)

■杏林撷萃

麻香花椒

秋天是个收获的季节,家乡漫山遍野的花椒成熟了,但见一棵棵枝杈旁逸斜出、怪刺丛生的花椒树上,缀满了红艳艳的花椒果儿,远远望去分外耀眼,成为故乡秋日一道亮丽的风景线。

花椒是中国特有的香料,位列调料"十三香"之首。它有浓郁的香气,特别的麻香,是中华美食烹饪中一个不可或缺而且很常见的调味剂。花椒能除腥、提鲜、添香,那缕缕浓香、丝丝麻辣,令很多人迷恋,品之不尽。尤其在四川、重庆等高热、寒湿天气为主的地区,须臾离不开祛湿解毒、温中散寒的花椒,也诞生了许多以花椒为主料制作的佳肴,像麻婆豆腐、麻辣火锅、水煮鱼片、椒麻鸡等。无论红烧、清蒸、水煮、爆炒、油焖、盐焗等,都离不开它的麻香。

花椒喜光、耐寒、耐旱,抗病能力强,是中国特产。野生花椒原生长于喜马拉雅山脉,后沿江河移植到四川盆地等进行人工培植,所以又叫蜀椒、川椒。关于花椒最早的文字记载是在《诗经》里,"有椒其馨,胡考之宁",意思是花椒的香气远闻,能使人们平安长寿;在《尔雅》里,花椒被称为椴、大椒,这说明国人很早就已经利用花椒了。

花椒名称的来历,民间还有一种说法。相传在上古之时,蜀地有女名为花娇。村中父老身生怪疮恶疾,花娇上山采野树上的红粒治好了众人之病。为了感念花娇,村人把这种树称为"花娇",时间久了,便写为"花椒"。

花椒不仅被作为主要的调味品食用,还是常用的中药材。它味辛、性热、归脾、胃、肾经;有芳香健胃、温中散寒、除湿止痛、杀虫解毒、止痒解腥之功效,用于脘腹冷痛、呕吐泄泻、虫积腹痛,外用于湿疹、阴痒等症,还可作表皮麻醉剂。早在汉代已有药用的记载,成都老官山汉墓医简《六十病方》中,有花椒入药治痛风的记载。最早的药物学专著《神农本草经》,也将花椒列为上品,言其"主风邪气、温中、除寒痹、坚齿、明目"。汉代名医张仲景的《金匮要略》中,就有用花椒治寒痛和饮食不振的记载,最具代表性的药方是"大建中汤",其歌诀云:"大建中汤建中阳,蜀椒干姜参饴糖,阴盛阳虚腹冷痛,温补中焦止痛强。"

在古代宫廷,还有用花椒掺入涂料装饰的房子,称为椒房、椒宫,是给皇后嫔妃居住的。如班固《西都赋》有"后宫则有掖庭椒房,后妃之室"的句子;白居易《长恨歌》也写到"椒房阿监青娥老";最著名的则是汉未央宫椒房,为汉代皇后居住的宫殿。古代帝王认为,后妃居住在这样的房子里,一来可以辟邪除祟;二来可以除湿驱寒保温;三来花椒籽粒繁多且生命力顽强,以其寓意帝王之家人丁兴旺、生生不息。

食用药用大都是用花椒的果皮。而花椒黑色的籽被称为椒目,它的药用与花椒的果皮功效不同。它苦辛、寒,有毒,入脾、膀胱二经,具有行水、平喘的功效,用于治疗水肿胀满、痰饮咳喘、不能平卧,常与防己、葶苈子、茯苓配伍。椒目还是引药入脑的药引子,如著名的调理头晕的药膳"天麻炖鱼头",加上几粒椒目一起炖,效果会更好。椒目的祛湿作用更强,尤其对下焦湿气重的女性,调理效果更佳。此外,椒目也有杀虫的作用,能帮助杀灭肠道寄生虫。

不光是花椒的果皮、果实有那种麻香,就是花椒的枝叶、针刺也有特殊的麻辣味,特别是枝枝杈杈上丛生的坚硬利刺,让人望而生畏,一不小心被它扎了,那股子酸麻刺痛,好长时间消不去。不过,这些其貌不扬、令人生厌的枝杈和硬刺,还有杀菌止痒的功效,对于多种皮肤癣菌、真菌,都能起到很好的抑制、灭杀的作用。民间常用其来杀菌消炎、疗治脚癣脚疾等顽症,比如用花椒刺扎破毒疮水疱以释放毒素,然后抹上花椒猪油消炎杀菌的;还有用经了霜冻的花椒针、花椒枝熬水泡脚,治脚癣、脚气等真菌感染的。那温润那酥麻,给人特别舒服的感觉。

(山东 刘琪瑞)

本版图片为资料图片

■中药传说

续断

□李爱军

续断是一味补肝肾、续筋骨的常用中药,因能"续折接骨"而得名。续断的得名还与一位民间郎中有关。

相传,有一位长年走村串乡的郎中,有一天走到一个小山村时,看见一户人家在办丧事。郎中上前询问情况,得知主人家的儿子遭坏人毒打后,遍体鳞伤而亡。郎中上前察看后,发现"死者"尚有微弱的脉息,便对主人家说道:"丧事且慢,此人还有救。"主人家听后将信将疑,因为此前已请郎中看过,都无济于事。

此时,只见郎中打开自己身上带的药葫芦,从中倒出两粒药丸,吩咐主人家把"死者"牙关撬开,将药丸塞进"死者"嘴里,用温水送下。大约1小时后,"死者"竟然慢慢苏醒过来。郎中告诉主人家,他用的这种药丸叫"还魂丹"。乡亲们闻知这件事后,纷纷请这位郎中到自己家中,热情款待,问病求药。

郎中用"还魂丹"救活"死者"的事情很快就传到邻村的一个山霸那里。山霸把郎中请到家中,备好了酒菜,提出要郎中传授制丹妙法。郎中之前也从乡邻口中听说过山霸的一些恶行,因此拒绝了山霸的要求。于是,山霸就命令手下夺下郎中身上的药葫芦,还打折了郎中的一条腿,将其扔进山沟。

后来,一位小伙子去山沟砍柴,发现了郎中并把他背到山坡上。郎中用虚弱的声音和手势,让小伙子给他挖一种茎直立、多分枝、叶对生、边缘有粗锯齿、开淡黄色花的野草。小伙子照着做了,并把郎中背回自己家中,悉心照料,每天用这种野草煎汤给郎中服用。两个月之后,郎中的腿复原了。郎中料想山霸不会放过他,便对小伙子说:"这野草能'续折接骨',万一我有个闪失,今后就由你传给乡亲们吧!"说话间,山霸就和手下闯进门来,照着郎中就是一阵毒打,并杀害了郎中。从此,"还魂丹"失传了,但是这断骨再续的药草却留传下来。因为这种药草能"续折接骨",后来人们就把它称为"续断"。

续断又名川断、川续断、接骨草等,为川续断科植物川续断的干燥根;主产于四川、湖北等地,野生、栽培均可,秋季采挖,除去根头及须根,用微火烘至半干堆置"发汗"后再烘干,切片用。

《神农本草经》记载:"主伤寒,补不足,金疮痈伤。折跌,续筋骨,妇人乳难。"《本草经疏》记载:"为治胎产、续绝伤、补不足、疗金疮、理腰肾之要药也。"中医认为,续断味苦、辛,性微温,归肝、肾经,具有补益肝肾、强筋健骨、止血安胎、疗伤续折等功效。民间用以治疗肾阳不足、遗精滑泄、遗尿、尿频,常与鹿茸、肉苁蓉、菟丝子等配伍;若治疗肝肾不足、腰膝酸痛,可与杜仲、牛膝、萆薢等配伍;若治疗崩漏下血、胎动不安,可与侧柏炭、当归、艾叶等配伍;若治疗跌打损伤、筋伤骨折,可与桃仁、红花、穿山甲、苏木、当归、木瓜、黄芪等配伍。

现代药理研究表明,续断有抗维生素E缺乏病的作用,对疮疡有排脓、止血、镇痛、促进组织再生作用,可促进卵巢子宫的生长发育等。

(作者供职于郑州广安中医院)

漫谈秋梨膏

唐朝,有一年的初冬,魏徵的母亲患了严重的咳嗽。虽有名医良方,老太太却嫌药苦不肯服用,病情日益加重。这可急坏了魏徵。魏徵突然想到母亲平时爱吃梨,便投其所好,买来许多鸭梨,并将治疗咳嗽的中草药研成细末,与梨和冰糖共熬成膏。其母亲吃后,十分喜爱,膏未吃完,病就好了。这就是我国历史上第一份秋梨膏。

又过了200多年,有一次,唐武宗李炎患病了,终日口干舌燥,心热气促,服了太医开的许多药物均不见效。在满朝文武百官焦虑不安之际,从青城山来了一位道士,自称有妙方可医治唐武宗的病。道士将梨绞出汁,配上蜂蜜熬制成膏,请唐武宗服用。连喝几天后,唐武宗的病果然好了。这个妙方就是流传至今的秋梨膏。

秋梨膏的传统制作方法:一、选上等的秋梨擦丝,进行发酵。二、将发酵的秋梨丝榨汁,加精白糖熬成糖浆。在熬浆过程中,要不断地放新鲜鸡蛋清,蛋清遇到滚热的糖浆就会凝固,同时吸收糖浆内的杂质。把凝固的蛋清捞出。这样放入、捞出约15次,糖浆中的杂质才能清除干净。三、将糖浆用密质的白绒布过滤,成为透明的黏性液体,在黏液中放入3%的蜂蜜,配以熬制48小时的茯苓贝母汤或燕窝灵芝汤,再用文火熬12小时即成。

这种秋梨膏叫苓贝秋梨膏。苓贝秋梨膏含有丰富的葡萄糖、钙、磷、铁和多种维生素,具有润肺、化痰、止咳、平喘、安神、健脾胃等功效。

我国梨的资源丰富。据分析测定,每100克鲜梨中含苹果酸、果糖、葡萄糖、蔗糖等8克,碳水化合物10克,蛋白质0.1克,脂肪0.1克,钙5毫克,磷6毫克,铁0.2毫克,还有胡萝卜素、维生素B_1、维生素B_2、维生素C等多种营养物质。

梨性甘寒微酸,具有清心润肺、利大小肠、止咳消痰、清喉祛火、除烦解渴、润燥消风、醒酒解毒等功效。李时珍在《本草纲目》中记载:"梨能治疗风热,润肺凉心,消痰降火,解疮毒酒毒。"

(苏州 倪世俊)

■养生堂

眼睛健康要"三养"

□张凤梅

眼睛是人体最累的器官之一,眼部该如何保养才不会受损生病呢?

食养

菊麦决明饮

原料:菊花、麦冬、决明子各3克。

做法:决明子捣碎,加入菊花、麦冬,沸水冲泡5~10分钟,每日饮用数次。

功效:健脾益胃,养肝明目。

适应证:用于治疗肝阳上亢之头晕眼花、目珠干涩、烦躁易怒等。

生地百合粳米粥

原料:生地黄、百合、粳米各10克。

做法:将生地黄(鲜品)切细,加水煎煮取汁,共煎两次。取两次药液浓缩至100毫升,将百合、粳米洗净后煮粥,待粥熟后,掺入地黄汁搅匀,加入白糖少许调味,即可食用。

功效:滋阴润肺,清热明目。

适应证:用于治疗肺肾阴虚之双眼频眨、不耐久视、咽喉燥痛等。

枸杞桑葚药枣煎

原料:枸杞子、桑葚、山药、大枣各10克。

做法:取枸杞子、桑葚、山药、大枣,加水适量,水煎,去渣取汁,每日3次,口服。

功效:滋补肝肾,养血明目。

适应证:用于治疗肝肾亏虚之目珠涩痛、须发早白等。

动养

远眺按摩养目法

站立闭目,眼球从右向左,再从左向右各转5次,然后突然睁眼,极目远眺;平静端坐,眼球依次注视左、右、右上角、左上角、右下角、左下角,反复5次;用洁净的双手中指由睛明穴(目内眦角稍上方凹陷处)开始,从上至下环形按摩眼眶,然后眨眼一二十次。

熨目转颈明神法

将手心摩擦温热,平贴眼部,缓慢吐气,反复数次,全身放松,吸气的同时,颈部向左向右旋转,眼睛尽量往后方看,然后缓慢吐气,颈部转回中央。

水养

将洁净的毛巾放入温水中(40摄氏度左右),浸透,折叠,然后将其放在闭合的双眼上,双手在毛巾上轻柔地揉摩。待毛巾稍冷后,用温水重浸,循环热敷。每次做时保持呼吸自然,心情放松,每次三五遍,每日一两次。

(作者供职于河南省中医院)

国医大师授课 颁发继续教育结业证书
北京中医药大学
"中医经典临床应用"精修班招生
目的:继承中医优秀文化,传承经典临床应用验方,提高中医工作者的临床水平。
对象:中医爱好者、中医药工作者均可。
待遇:国医大师及名医名家授课。学习结束后,颁发继续教育结业证书。
时间:每周五、六、日上课,授课共计96个课时。
费用:29800元。本期学员吃、住、行(往返车票限高铁)全部报销。
注:第一期开课时间为2018年11月16~18日。
联系人:朱老师 18911523827
户名:北京迅达天成网络科技有限公司
开户行:中国银行北京朗琴园支行 账号:322059655891 广告

健康管理师火热报名进行中……
健康管理师河南培训中心——郑州市元康职业培训学校
郑州市元康职业培训学校是河南省率先进行健康管理师培训的专业学校,前身是1993年郑州市教委批准成立的郑州市营养学校,权威的师资团队由国内高校、医院、疾控中心、健康管理行业资深专家组成,拥有完善的培训体系。
健康管理师是慢性病防控、医疗改革"三师共管"(即专科医生、全科医生、健康管理师)中不可或缺的核心部分。
健康管理师职业资格证书由国家卫生健康委员会颁发,是从事健康管理、健康促进等相关工作人员技术水平的证明。
从2018年开始,已经有两批(次)200多名学员参加郑州市元康职业培训学校举办的健康管理师培训班。他们分别于2018年4月和6月参加国家卫生健康委员会组织的卫生行业职业资格鉴定统一考试,大部分学员能通过考试。
报名对象:医院、疾控中心、体检中心、社区卫生服务中心、慢性病中心医护人员,全科医生,大中小学校医等。
学习形式:网络学习+集中面授。
报名时间:即时报名,循环学习,早考试,早拿到证书。
学校地址:郑州市中原区嵩山路222号天龙大厦
联系电话:(0371)67956112
13613804918张老师
13849196168史校长
15936216203曲老师
扫码关注
河南健康管理师培训中心
给您更多精彩内容
广告

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》等栏目期待您来稿!
联系电话:(0371)85966391
联系人:杨小玉
投稿邮箱:54322357@qq.com

中药外治实用技术培训班
每期时间为两天,食宿费150元,资料费50元,提前预约报名,满50人开班。
地 点:河南省安阳市
主办单位:安阳市正本中药外治研究所
主 讲 人:伦西全(1964年出生,1984年毕业于河南中医学院。百度搜索"伦西全"可了解详情)
联 系 人:王红伟(0372)2588505
18623828505(微信同号)
来信来电即寄详细授课内容
广告

供:脐疗及穴位用空白胶贴
本公司提供各种规格具有良好粘贴性和透气性的胶贴,适用于贴脐疗法及穴位贴药疗法固定药物。
凡购买胶贴总金额达到200元以上者,赠送一本《偏方研究与应用》和其他中药外治资料,欢迎联系。
联系方式:(0372)2588505 18623828505(微信同号)
QQ:1352341939 联系人:王红伟
地址:安阳市高新区峨嵋大街火炬创业园8号楼
安阳市康尔寿健康品有限责任公司
广告

本报地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角 邮政编码:450046 电话区号:0371 广告发布登记证号:郑东工商广发登字第009号 照排:本报编辑部 印刷:河南日报印务中心(地址:郑州经开区第三大街168号) 定价:全年190元