

早朝前为何需要吃人参

□李金钢

对人参及其用途,想必大家并不陌生。我国现存最早的中药学著作《神农本草经》记载:“人参,味甘,微苦,性温、平,归脾、肺、心经。主补五脏,安精神,定魂魄,止惊悸,祛邪气,明目,开心益智,久服轻身延年。”

现代医学研究证明,人参含有人参皂苷、氨基酸、微量元素等成分,有强心、抗疲劳、促进物质代谢等功效,并能增强机体对非特异性刺激的适应能力。

我国是世界上最早记载并使用人参的国家。早在殷商时期,就有人参的文字记载。春秋晚期的《范子计然》记载了人参的产地:“人参出上党,状类人形者善。”清代《增补本草备要》记载:“人参向以上党为贵。”《晋书·石勒别传》记载:“初勒家园中生人参,葩茂甚盛。”这证实我国人参栽培有1700多年的历史。

人参是治疗疾病、养生保健之良药。在清代,人参被大臣们转化成为上早朝的必备“宝物”。据清代史料披露,当时许多大臣



资料图片

在紫禁城上早朝时,均要在嘴里含上一片人参。

清代,皇帝在乾清门早朝听政。早朝分为礼仪性的朝会和政务性的奏事论事,在京的三品以上官员必须悉数到场,其余大臣则依事而定。最初,早朝每天举行,后来减至3~5天1次。早朝的起始时间为卯时(5~7时),退朝时间一般在辰时(7~9时)。对于某些大臣来说,若再遇皇帝召见,早

朝的时间就更长了。

早朝之前,大臣们必须到达宫门外等待“点卯”,否则轻者罚俸禄、挨板子,重者贬黜。为了不误早朝,大臣们每天三四点钟便要起床,洗漱、整理仪容,披星戴月赶路,路远的大臣则起得更早。一般来说,上早朝的大臣是欲吃早餐而不能,而且尽量节制饮水。他们担心上早朝之前又吃又喝,极易引发令人尴尬甚至是

殃及生命的“后遗症”。一旦在早朝上内急如厕或者打饱嗝,整出其他动静,属殿前失仪,按大不敬论处,面临革职、杀身之祸。

为了防患未然,大臣们只好忍饥挨饿,空腹上朝。天长日久,大臣们身心疲惫,阴阳俱损。曾经有一位大臣因未吃早饭,加之早朝时间长,晕倒在地。上早朝时,大臣们绝对不敢中途出去,即使是内急逼人,也只能憋着、忍着。虽说紫禁城面积大,房屋多,但是里面没有修建一个厕所(紫禁城里的人们都是用便盆、便桶如厕的)。之所以如此,是因为如厕之后无法实现抽水冲洗,圣殿又是神圣所在,不能受到这些臭气熏天的污染。后来,大臣们开动脑筋,几经实践,终于找到了一个“万全之策”,那就是上早朝前,口里含上人参片来充饥滋补。这样一来,既能有效防止每天早晨因空腹造成体力不支而损害身体健康的状况,也减少了食物、饮水的摄入,从而不必担心早朝时内急、打饱嗝之类的问题。早朝结

束后,大臣们可以在宫中膳房就餐。早朝之中若皇帝内急,太监会察言观色,临时救急。

大臣们上早朝吃人参片,虽说每次用量不大,但长年累月下来也是一笔不小的开支。清代,人参价格昂贵,一路飙升,便有了“中人手家产,不满一杯味”的典故。

据《清宫内务府奏销档》等史料记载,清代人参买卖实行官方定价,康熙年间每斤(质量或重量单位)普通人参的价格为50~60两(古代为银质钱币单位)白银,头等人参为80余两白银;乾隆五十七年(1792)每斤人参的价格为960~1120两白银;嘉庆十五年(1810)每斤人参的价格为1400~2400两白银;道光六年(1826)每斤人参的价格竟达3000~4000两白银。

人参的保健功效虽然非常好,但是在吃之前,要了解一下自身的体质。有些人不适合吃人参,如果食用不当,会造成不利影响。

(作者供职于西安工业大学)

■ 中医典故

孙思邈与车前草

□胡本先

孙思邈,唐朝著名的中医药师,医术精湛,医德高尚。因治好唐太宗李世民与太后的头痛,李世民让孙思邈留在宫中当御医。孙思邈不愿意留在宫中,他说劳苦大众更需要他。所以,李世民就封孙思邈为“药王”,让他在民间行医。

在民间,孙思邈为劳苦大众送医送药,拯救了许多人的生命,并著书《千金要方》,在民间享有极高的声誉,被人们尊称为“药王爷”,并在各地建“药王庙”来纪念孙思邈。孙思邈至今仍受人们的爱戴,他的精神仍激励着后世医家。

车前草是因孙思邈而流传于世。孙思邈的母亲患了浮肿、小便不利的疾病,他一直在为母亲治病,但始终没有找到好的治疗方法。有一天,一位车夫手推独轮车,来到孙思邈家讨饭。看到孙思邈的母亲双脚浮肿,车夫说他可以治好。孙思邈的母亲很高兴,做了些吃的给车夫。车夫吃完饭,就在独轮车停放的地方拔了一些草,让孙思邈的母亲煎服。两天后,外出采药的孙思邈回到家,发现母亲的病有所好转,问明原因,便出门去寻找车夫。孙思邈跑了几十公里,终于追上车夫,向车夫仔细询问有关草药的情况。

后来,孙思邈经过研究和应用,了解了车前草的药性,中药里又多了一味利尿消肿的车前草。

车前草又称车轮草,适应性强的,耐寒、耐旱,生长于路旁、山坡、原野、阴湿地带及池边,全草均可入药。车前草味甘,性寒,具有祛痰、镇咳、平喘等作用,主治小便不利、暑热泄泻、目赤肿痛等病证,有利尿通淋、止泻、明目、化痰的功效。车前叶不仅有显著的利尿作用,还有很强的止咳效果,能促进气管、支气管黏液的分泌,有化痰作用。

(作者供职于陕西省岚皋县中医医院)

■ 我与中医

做中医大夫是一场修行

□郑学农

中医大夫从事着治病救人的职业,其实是一种磨砺修行的过程。中医大夫的理论基础是文化,不可能直接运用到具体的医事活动中。中医大夫可以运用中医的基础知识,为患者开处方、治疗疾病,提出解决问题的方式和具体措施,可以把自己的聪明智慧发挥得淋漓尽致,灵活运用。想达到这个目标,前期需要很厚的积淀,在不断学习中丰富知识,提高决策能力和水平,在大量的经验积累中提高治疗水平。

这个过程和修行一样,既有目的,又没有具体提示,凭借个人心力和意志力,不忘初心、持之以恒,直至到达理想的顶峰。学习中医是一个漫长的过程,要从理

论基础、认识中药、各家学说开始。

要记住中药的药名、功效、品质特征、产地,中药在方剂中的角色、特殊作用,死记硬背,深深地记在大脑里。

通过方歌来记住方剂、常用的汤头,什么方什么出处,什么病用得上,每味药在方子里的轻重角色,什么引子,什么服法,谁先煎,谁后下等。

等总结出一定规律后,又该进入下一个环节——经典学习,学习《黄帝内经》《伤寒论》《金匱要略》《温病条辨》等,要牢记条文,了解各家学说,中医故事,哪些经典在中医发展史上有特殊贡献,对重要的原则条文要记得滚瓜烂熟。

内科常见病和其他疾病如何鉴别,与哪些疾病症状相同,历史上的名家怎样认识这些疾病,有过什么论述。不同类型的疾病用到哪些方剂,如何随证加减,近代有哪些新经验等,都要记下来,死记硬背也可以,灵活记忆也行,绞尽脑汁地记下来。

学中医难于上青天,多少青春耗费用里边,难怪有人感叹学中医的辛苦,说以后可不要让孩子学中医,太受罪了。5年下来弄得一脸沧桑,一头生括方罢。

没有礼拜,没有浪漫。如果你精力没有用完,好吧,图书馆、阅览室有的是资料图书。来吧,有多少精力都可以消耗。这个过

程简直就是炼狱般的苦,等你毕业,到了临床,你就会发现,书本上的东西也不够用,照着书本看病治不好病,因为没有一位患者是照着书本生病的。病情有轻重,体质有强弱,四季有寒暖,家庭有贫富,症状各不同,如何治疗还需要经验,体悟事物,演绎哲理,笃行善良,连接书内书外,使我们不再囿于书本,最终成为一个合格的中医;然后发起对不治之症的挑战,创造出两三个奇迹,你就会成为一方名医;做得久了,患者多了,会震动一方,惊动高手,你有可能成为公认的中医大家。

难不难?到了这个阶段,你就可以执简驭繁,找到大道至简的门径,从此不再踌躇,水来土掩,兵来将挡,立于不败之地。但是,医不可以自大,修行之路永无

■ 杏林轶萃

王维买药的传说

□李爱军

真挚动人。

据记载,王维在居士山隐居读书时,有一次偶染小病,便上街去买药。王维来到一家药铺买药时,见柜台内坐着一位容貌秀丽、文静素雅的少女,有才华出众之气质,心中不禁暗暗称奇:“市井之中,竟有如此佳丽,不知她才学如何,何不试她一试。”于是,王维上前问道:“姑娘,今日小生上街买药,忘记带上药方,但凭记忆要买几味中药,望姑娘方便一二,不知可否?”姑娘彬彬有礼地答道:“敝店虽小,药材却也齐全,客官尽管开口无妨,方便顾客、治病救人

是医家的本分。”

王维脱口说道:“一买宴宴客何为。”姑娘莞尔一笑,从容答生南国,春来发几枝。愿君多采撷,此物最相思。”诗句中的“红豆”“相思”即同为中药相思子。全诗句不离红豆,韵味和谐柔美,把相思之情表达得淋漓尽致,语言朴实又委婉含蓄,情感

刚到货。”王维说:“四买出征在万里。”姑娘说:“万里戍疆有远志。”

王维非常佩服这位姑娘才思敏捷,便继续说:“五买百年美貂裘,六买八月花吐蕊,七买难见熟人面,八买酸甜苦辣咸,九买蝴蝶穿花衣,十买青藤缠古树。”姑娘答道:“百年貂裘是陈皮,秋花朵朵点桂枝,难见熟人是生地,世人都称五味子,香附蝴蝶双双归,青藤缠树是寄生。”

见姑娘对答如流,王维连声称妙,思付这位姑娘洒脱艳丽,可谓才貌双全,自己求学哪能怠慢偷闲,落于姑娘之后。从此,王维更加奋发读书,终于及第。王维始终忘不了那位姑娘,遂到药铺向姑娘求婚,最后喜结良缘。

从此,王维便有一位做郎中的娇妻,这位饱读诗书的女郎中有名噪朝野的大诗人王维为夫婿,成为盛唐时期的爱情佳话。

(作者供职于郑州广安中医院)

■ 读名著 品中医

《三国演义》第八十八回“渡泸水再缚番王,识诈降三擒孟获”中写道:“获撞入中军,只见帐中灯烛荧煌,孟优并番兵尽皆醉倒。原来孟优被孔明教马谡、吕凯二人管待,令乐人搬做杂剧,殷勤劝酒,酒内下药,尽皆昏倒,浑如醉死之人。孟获入帐问之,内有醒者,但指口而已。”这酒内下的药即麻醉药,古人称之为蒙汗药。

蒙汗药同麻沸散一样,也是用曼陀罗花制成。曼陀罗又名风茄儿、洋金花、山茄子等,常生长于住宅旁、路边或草地上,全国各地均有分布。曼陀罗为一年生草本,茄叶互生,卵圆形,端尖,边缘呈不规则波状分裂;夏秋季开花,花呈紫色或白色,有漏斗形三合瓣花冠,边缘五裂,果实为卵圆形,有不等长尖刺,熟时四瓣裂开。曼陀罗主要含有莨菪碱,东莨菪碱和微量阿托品等成分,具有麻醉、镇痛作用。用曼陀罗制成的洋金花制剂,多用于手术麻醉。

用曼陀罗制成蒙汗药,古书中记载颇多。如宋代司马光在《涑水记闻》中记载:“五溪蛮汉,杜杞诱出之,饮以曼陀罗酒,昏醉,尽杀之。”对其制法,《岭南琐记》及《植物名实图考》中都有同样记载:“用风茄为末,投酒中,饮之,即睡去,须酒气尽以寤。”蒙汗药为粉末状,下在酒里,成悬浮液,酒色浑黄。蒙汗药与酒配伍,真可谓“珠联璧合”,麻醉效果更佳,见效快,入口便发挥药力,入胃人便倒地昏睡。因酒在口腔中便可吸收,真是“药借酒力,酒助药性”。

关于解药之法,清人程穆衡在《水浒传略》中介绍“急以浓甘草汁灌下,解之”。此法源于孙思邈《千金要方》中“甘草解百药毒”。李时珍认为:“东莨菪,叶圆而光,有毒,误食令人狂乱,状若中风,或吐血,以甘草煮汁服之,即解。”

(作者供职于湖北省远安县中医院)

■ 中药传说

连翘

□高亚丽

连翘花比迎春花晚开20天左右,因为都是早春花卉,先花后叶,花色金黄,所以连翘总被误认为是迎春。连翘柔软的枝条长长地舒展在空中,像皮鞭一样。连翘的花低垂如钟,花瓣未端微翘。

据《本草名考》记载,连翘源于“翘翘车乘”这一典故。连翘的形状如连车、翘车,故称作连翘。《本草图经》记载:“连翘有大翘、小翘两种……花黄可爱,秋结实似莲,作房翘出众草,以此得名。”

传说山西省某县有两位老中医,一位老中医有个男孩儿,名叫连哥;另一位老中医有个女孩儿,名叫乔妹。由于两家关系密切,这两个孩子两小无猜,青梅竹马。

有一年,匈奴进犯,把乔妹抓走,关入牢房。连哥心急如焚,忽然心生一计。连哥将蒙汗药放入酒里,牢房的士兵喝了后昏倒在地。连哥救出乔妹后,两人跑到山上隐藏起来。

两人在山上靠采药、为乡亲们治病为生,天长日久,山上处处留下两人的足迹。后来,山上长出很多植物苗,长大后开出黄色的花,结尖尖的果实,乡亲们说这种植物是连哥和乔妹的化身,就给这种植物起名“连乔”,后来被叫成了连翘。

连翘入药历史悠久,我们熟知的银翘解毒片、连花清瘟胶囊等治疗感冒的药物里都含有连翘。连翘叶具有抗氧化性且毒性低,可以在食品添加剂方面得到应用。连翘花具有保肝、缓解疲劳、降血脂的功效,还具有较强的抗炎、抗菌作用。连翘苦、寒,主入心经,善清心火、解疮毒,能消散痈肿,故被誉为“疮家圣药”。连翘具有清热解毒、消肿散结、疏散风热的功效,常用于温热病、外感风热、痈肿疮毒的治疗,在临床上应用广泛。

(作者供职于永煤集团总医院)

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。

《读书时间》《我与中医》《养生堂》《中药传说》《中医学说》《杏林轶萃》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

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,权威的师资队伍由国内高校、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4批(次)2000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、6月、9月和11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,大部分学员能顺利通过考试。

报名对象:医院、疾控中心、体检中心、社区卫生服务机构、慢性病中心医护人员,全科医生,大中小学老师等。

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



河南健康管理师培训中心
给您更多精彩内容

遗失声明

通许县中医院秦肖杰的护士资格证书(管理号:12206897,通过时间:2012年5月,丢失时间:2018年6月15日)不慎丢失,声明原证书及复印件作废。
席孟阁的商丘医学高等专科学校护理专业专科毕业证书(编号:137821201306003123)、郑州大学护理学专业本科毕业证书(编号:65411401111008582)不慎丢失,声明原件及复印件作废。
商丘市第五人民医院程倩的河南医科大学护理专业专科毕业证书(登记号:35005405,毕业时间:1998年6月)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

郑州松恩生物科技有限公司

郑州松恩生物科技有限公司第四代治疗鼻炎技术,是纯中药疗法,具有不痛苦、操作简单的特点,对鼻窦炎、鼻甲肥大、慢性鼻炎等疾病可以签约治疗。该技术对过敏性鼻炎也有较好的临床效果。
寻求合作伙伴,携手打造地方品牌。
加盟松恩,助您实现药店、诊所成功转型发展。
地址:河南省郑州市中原区陇海路与桐柏路交叉口凯旋门大厦B座2705室
联系人:李经理 电话:13275972217 广告

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:伦西会(1964年出生,1984年毕业于河南中医药大学。百度搜索“伦西会”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

郑州公交医院诚聘

郑州公交医院(公交集团下属公立职工医院)现因业务发展需要诚聘:
内科、外科医师各5人,五官科医师3人,麻醉科医师1人。以上人员要求45岁以下,男女不限,有医师资格证书。另招聘护士多名。
30岁以下,大专以上学历,有护士资格证书。一经录用,待遇优厚。
请将简历发送至邮箱:gongjiaoyiyuan99@sina.com
联系人:郑晓飞 联系电话:(0371)66968196 广告