

马云枝治疗头痛经验①



# 论头痛用风药

□马云枝

《兰室秘藏·头痛》记载：“凡头痛皆以风药治之者……高巅之上，唯风可到，故味之薄者，阴中之阳，乃自地升天者也。”笔者治疗头痛重视应用风药，既辨证选方，又辨病选药，结合前人经验加减化裁。即使治疗内伤头痛，也常配伍祛风药，如防风、蔓荆子、藁本等。

川芎，中医历来有“头痛必用川芎”之说，川芎应用于头痛，可从以下几个方面进行理解：《神农本草经》最早记载川芎“主中风入脑头痛”；《名医别录》记载川芎“除脑中冷动，面上游风去来”；有祛风通络止痛之功。《珍珠囊补遗药性赋》记载：“散诸经之风，治头痛、经痛。”“上行头角，助清阳之气，止痛；下行血海，养新生之血、调经。”临床以笔者依据该病“风、痰、瘀、脏腑功能紊乱”的病因病机特点，形成了常用配伍药对。风寒头痛者，肝失调导致的头痛居多，病机多属内风。《本草纲目》记载：“川芎治少阳厥阴经头痛”，川芎可走肝经，故而头痛多用；引药上行至头脑。《医宗金鉴·头痛眩暈总括》记载：“痰涎滚痰芍药引”。张锡纯说：“川芎能引凉药之力至脑以清热也。”他结合自身临床经验，以川芎为使药治火热头痛，入血中之气分，活血祛风止痛。陈自明的《妇人良方》记载：“治风先治血，血行风自灭。”《本草汇言》记载：“川芎为血中气药，味辛性阳，气善走窜而无阴凝黏滞之态，虽入血分，又能去一切风，调一切气。”《太平惠民和剂局方》中有治风寒头痛之川芎茶调散（川芎、防风、荆芥、白芷、细辛、羌活、薄

荷、甘草）。《医宗金鉴》有治风热头痛之芎芷石膏汤（川芎、白芷、石膏、藁本、羌活、菊花）。《内外伤辨惑论》有治风湿头痛的羌活胜湿汤（羌活、独活、藁本、防风、炙甘草、蔓荆子、川芎）。《金匾翼》有治血虚头痛的加味四物汤（川芎、当归、熟地、白芷、蔓荆子、菊花）等。

笔者根据临床经验，辨证施方时川芎用量为15克，并指出对于瘀血、痰浊所致头痛可继续增大使用剂量达30克。而对于风热头痛、年迈体弱及病久体虚的患者用量稍减，多为10克左右，并遣以相应的制衡药物一同应用，相辅相成，保证疗效。笔者依据该病“风、痰、瘀、脏腑功能紊乱”的病因病机特点，形成了常用配伍药对。风寒头痛者，肝失调导致的头痛居多，病机多属内风。《本草纲目》记载：“川芎治少阳厥阴经头痛”，川芎可走肝经，故而头痛多用；引药上行至头脑。《医宗金鉴·头痛眩暈总括》记载：“痰涎滚痰芍药引”。张锡纯说：“川芎能引凉药之力至脑以清热也。”他结合自身临床经验，以川芎为使药治火热头痛，入血中之气分，活血祛风止痛。陈自明的《妇人良方》记载：“治风先治血，血行风自灭。”《本草汇言》记载：“川芎为血中气药，味辛性阳，气善走窜而无阴凝黏滞之态，虽入血分，又能去一切风，调一切气。”《太平惠民和剂局方》中有治风寒头痛之川芎茶调散（川芎、防风、荆芥、白芷、细辛、羌活、薄

是指能够入脾降上犯之湿浊，升是指升下降之阳气或清气。另外，中医理论认为甘能入脾，脾在五行属土，土能胜湿。因此，天麻能去脾之湿气。笔者认为，天麻善化痰浊，为痰厥头痛必用之药。《兰室秘藏》记载中的半夏白术天麻汤便是代表方。半夏白术天麻汤中，白术健脾燥湿以断生痰之源，半夏祛痰降逆以消阴霾郁遏，天麻调气机以助白术健脾化痰浊，又善治中焦生清，促进脾升清而降浊。天麻虽非君药，但能牵挽肝脾，运化中焦，为痰厥头痛必用之品。对此李东垣、张元素两位前辈有精确定论，谓之“足太阳痰厥头痛，非半夏不能疗；眼黑头眩，风虚内作，非天麻不能除”。用半夏燥湿祛痰，体滑降逆，辛可散结；用天麻甘平化痰，激浊扬清，疏利气机；天麻之沉降以助半夏之升降，天麻之疏利以助半夏之辛通，二者配伍，能于顽土中疏理滞气，能于浊土中澄浊气而廓中州。徐灵胎谓古人用治之法，并不专取其寒热温凉补泻之性也，或取其气，或取其味，或取其色，或取其形，或取其生所之方，或取其嗜好之偏。其药似与病情愈者可加入黄芪、升麻等。通过适当组合应用，使各味药物之间协同作用，纠正彼此的偏性，缓和药物副作用或毒性，从而让临床疗效提升。

天麻，味甘性平，主入肝经气分，肝属木主风。因此，天麻是治风之要药。经过历代医家的临床实践证明，天麻既可以治疗内风，也可以治外风。天麻的特点是质坚微香，降而能升，降

理脾。脾失健运每生痰浊，肝气不利亦致痰阻，痰厥头痛用天麻可以肝脾兼顾。除了治疗痰厥头痛，天麻随证配伍可用于多种头痛证治，例如与温散表邪药同用则治风寒头痛，与辛凉疏风药同用则治外感风热头痛，与清热降火药同用则治火热上扰头痛，与补益药同用则治气血不足头痛，与辛热药同用则治阳虚寒凝头痛等。

《本草备要》记载：“白芷，辛散风，温除湿，芳香通窍而表汗。行手足阳明，入手太阳，而治阳明主药。治阳明头目昏痛，眉棱骨痛。”《本草求真》记载：“白芷入胃，兼入肺、大肠。色白味辛，气温力厚，通窍行表，为足阳明胃。经祛风散湿主药。故能治阳明一切头面诸疾。”笔者在临床上常用于治疗风痰头痛，因其质润味香，有利利血脉不耗阴之妙。临证时常与川芎配伍，取都梁丸之意，祛风散寒，活血通络。

白附子，味甘辛，大温，祛风痰，定惊痫，有散寒止痛之功效。风痰是头痛常见的病机，常选用白附子合用全蝎、僵蚕，取牵正散之意，有祛风化痰、通络止痛作用。笔者认为，顽固性头痛实证多属痰浊，选用白附子汤，以白附子为祛风痰之主药，

## 单方验方

### 治颌关节功能紊乱方

丝瓜络、当归、白芷、薄荷各15克，三七、乳香、没药、红花、香附、川芎各9克。将上药研为粗末，分成2包，布袋装好密封，入蒸笼加热，趁热敷于下颌关节肌肉处，同时进行开闭颌运动，每天1次，每次15分钟，10天为1个疗程。

### 治梅尼埃病方

吴茱萸、生姜各30克，半夏15克，制大黄10克，葱白（带须）7根。共研为粗末，加醋适量用铁锅炒熟，分2份，纱布包裹，趁热放脐上熨之，冷则换之。每次30分钟~60分钟，每天两三次，连续应用3天~7天。

### 治外耳湿疹方

紫草、地骨皮、丁香各10克，当归5克。用香油250克浸泡24小时，置陶瓷缸中小火焙焦去渣，冷却后涂擦患处，每天两三次，10天为1个疗程。

### 治前列腺肥大方

冬瓜籽30克，黑木耳15克，秦皮15克。水煎，每天口服2次。（以上验方由王芳提供）

本版药方需要在专业医生指导下使用

## 经验之谈

# 经方辨治子宫腺肌症

□王付

詹某，女，31岁，月经初潮时即有小腹疼痛，在某医院检查后被确诊为子宫腺肌症，服用中药、西药治疗，但效果不佳。通过朋友介绍，她来到笔者处就诊。

刻诊：患者小腹疼痛，月经期疼痛剧烈如针刺，经血暗红夹块，情绪低落，急躁易怒，大便干结，倦怠乏力，舌质暗红夹瘀紫，苔薄黄，脉沉。

辨证：瘀热夹郁证。  
治疗：清泻瘀热，疏肝解郁。

方药：桃核承气汤与四逆散合方加味。桃仁10克，桂枝6克，大黄12克，芒硝6克，柴胡12克，枳实12克，芍药12克，红参10克，五灵脂10克，水蛭10克，炙甘草12克。共6剂，用800毫升~1000毫升清水，浸泡30分钟后，用大火烧开，再用小火煎煮40分钟；第2次煎煮15分钟；第3次煎煮时若水少可酌情加水，煎煮15分钟。每天1剂，分3次服用，每次服用150毫升。

二诊：急躁易怒略有好转，大便通畅，依前方继续服用6剂。

三诊：急躁易怒较前好转，大便略溏，方中芒硝改为3克。共6剂。

四诊：小腹疼痛减轻，仍

倦怠乏力，前方加白术12克。共6剂。

五诊：小腹疼痛较前又有减轻，急躁易怒明显好转，依前方继续服用6剂。

六诊：小腹疼痛较前又有减轻，情绪低落较前又有明显好转，以前方继续服用6剂。

七诊：患者诸症基本趋于缓解，又服用前方120剂后，子宫腺肌症消除。

1年后随访患者，尚好。

体会：根据患者小腹疼痛如针刺辨为瘀，大便干结、舌质红辨为热，因急躁易怒辨为肝郁，又因倦怠乏力辨为气虚，以此辨为瘀热夹郁证。方以桃核承气汤清泻瘀热；以四逆散疏肝解郁，调理气机，加红参补益中气，五灵脂活血化瘀止痛，水蛭破血逐瘀。方药相互为用，以取其效。

（作者供职于河南经方医药研究院）

### 润肺止咳喝沙参粥

材料：沙参15克~30克，粳米50克~100克，冰糖适量。

做法：先取沙参15克~30克，煎取药汁，去渣，放入粳米煮粥，加入冰糖同煮为稀薄粥；用新鲜沙参30克~60克，洗净后切片，煎取浓汁，同粳米、冰糖煮粥服食。

功效：润肺，养胃，祛痰，止咳。适用于肺热肺燥，干咳少痰，或肺气不足，肺胃阴虚导致的久咳不愈，咽干，或热病后津伤口渴。（需在医师指导下食用）。

（该方由河南省中医院黄泽春提供）

### 国家专利，艾灸专业设备

专利号：ZL 2016 2 1384826.3

督灸  
火龙灸  
周天大灸

现代科技与传统中医完美结合

大艾健康 生生不息

河南龙菲医疗器械有限公司  
电话：13298305907  
邮箱：1119564171@qq.com

## 膝关节骨性关节炎的康复治疗

针推治验

膝关节骨性关节炎又称膝骨关节炎、退行性关节炎、增生性关节炎、肥大性关节炎，是一种常见的慢性、进展性关节疾病。其病理特点为关节软骨变性、破坏、软骨下骨硬化、关节边缘和软骨下骨反应性增生、骨赘形成。临床表现以关节疼痛、僵硬、活动受限，活动时可有摩擦响声等为特征，属中医膝痹病范畴。因此，对膝关节骨性关节炎患者进行早期康复治疗很必要，包括物理治疗和运动治疗。

发病特点：年龄越大，发病率越高；多发于女性，且以闭经前后为高发期；好发于肥胖人群，10年内体重减少5千克可降低50%的发病率；生活在寒冷、阴湿的地方易发该病；关节损伤、骨密度下降等可能诱发该病。

非药物疗法是临床上首选治疗方法，可有效降低患者局部疼痛，提高关节功能。可进行康复训练、辅助器具治疗、物理因子治疗等。

系统的康复训练对膝关节骨性关节炎患者的关节功能恢复具有至关重要的作用。在康复训练的过程中，膝关节的活动可以刺激关节滑膜分泌透明质酸，润滑关节腔，并且康复训练也增强了关节周围肌肉的力量和耐力，关节稳定性提高，同时还能改善关节的挛缩状态，防止关节僵硬，对肌肉的失用性萎缩也可以起到缓解作用。

膝关节骨性关节炎的康复功能锻炼可分为肌力锻炼、股四头肌等长收缩训练、股四头肌等张收缩训练、膝关节活动训练、主动运动、被动运动、有氧运动等。

### 肌肉锻炼

股四头肌练习：贴墙半蹲。背部贴紧墙壁，双腿分开，与肩同宽，大腿、小腿之间的角度不小于90度。身体慢慢下蹲至大腿与小腿呈90度，停留两三秒，然后站直归位，休息一两分钟。重复以上动作。经过一段时间练习后可以加大难度，尝试单腿站立，贴墙半蹲。

负重直腿抬高练习：在床上绷紧伸直患肢膝关节，并稍稍抬高，使下肢离开床面，保持5秒~10秒。

### 关节训练

不负重屈伸画圈练习：患者坐于床边，患膝屈膝90度，练习屈伸、画圈运动。

负重屈伸画圈练习：动作同上，在足踝处负重，重量从1千克开始，逐渐加重，不超过4千克。

还有踝关节背伸、跖屈活动。

至于物理因子疗法，临床实践证明，在康复功能训练的过程中，针对不同情况，应用微波、超短波、中频、磁疗、激光、水疗、蜡疗等，能有效缓解关节肿胀、关节内积液，消除滑膜炎和关节疼痛，促进康复，提高康复效果。因此，物理因子治疗不容忽视。微波治疗仪产生较强穿透力的局部高频电磁波，可让局部组织发生热效应，促使膝关节局部组织血管扩张，从而改善血液循环；神经肌肉电刺激，可通过提高神经肌肉控制力来增强肌力，能明显改善膝关节稳定性，进一步改善患者行走能力，提高日常活动能力。

（作者供职于洛阳正骨医院）

### 新郑市人民医院人民路院区 胸外科主任赵常青

## 肺癌高危人群 应做哪些筛查

扫码看视频

专家名片：  
赵常青，新郑市人民医院人民路院区胸外科主任，先后在河南省胸科医院、中山大学附属第一医院、广东省肺癌研究所等进修学习；河南省健康科技学会肺结节多学科诊治专业委员会委员，郑州市抗癌协会化疗专业委员会委员；擅长胸腔镜微创手术，在新郑市率先开展单孔胸腔镜手术，在肺癌、食管癌的规范化、个体化治疗及全程管理方面积累了丰富的临床经验。

## 药斗® 医用柜

张家三代技艺 86年传承 全国300多家三甲医院在使用 400-788-0059

主 中药柜、治疗柜、处置柜、配餐柜、储物柜  
营 导诊台、护士台、操作台、实验台、诊断桌

## 中医外治实用技术培训班

（面向乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生）

根据2019年新版《乡镇卫生院服务能力评价》《社区卫生服务中心服务能力评价》加强中医药要求，特开办中医外治实用技术培训班，所传授技术简单易学，学即能用。

培训对象：乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生。每单位限两人。培训费每人200元（含食宿费150元，资料费50元）。

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）

主办单位：安阳市正本中药外治研究所  
联系人：王红伟（0372）2588505 18623828505（微信同号）  
地址：河南省安阳市 来函来电即寄详细资料

## 肛肠全程无痛技术培训 常年招生 学痔疮技术送鼻炎技术

联系人：田长修 电话：13653737333  
地址：卫辉市人民路北段田氏痔瘡专科门诊

### 稿 约

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”，内设《中西合璧》《针推治验》《四诊合参》《临证心悟》《中药用法》《名医堂》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求：尽量原创，言之有物，具体可行；1000字以内；可以用小故事开头，以增加趣味性。

联系人：朱忱飞  
电话：（0371）85966391  
投稿邮箱：5615865@qq.com  
邮政编码：450000  
地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部。

本版未署名图片为资料图片