

醫友



甘肃中医药大学附属医院
Affiliated Hospital of Gansu University of Chinese Medicine

2017.09

□ 11 □

内部资料

免费交流



- 做与文化相适应的医生
- 萧龙友先生医范十条
- 你能不能别那么优雅？

樂先藥後

心身同醫

李鐵龍



能够促使心情愉快的不是财富，而是健康。

我们不是常在下层阶级——劳动阶级，特别是工作在野外的人们脸上找到愉快满足的表情吗？而那些富有的上层人士不常是愁容满面，满怀苦恼吗？所以我们当尽力维护健康，唯有健康方能绽放愉悦的花朵。

至于如何维护健康实在也无需我来指明——避免任何种类的过度放纵和动荡不安的情绪，但也不要太抑制自己，要经常做户外运动、冷水浴以及遵守卫生原则。

没有适度的日常运动，便不可能永远健康，生命过程便是依赖体内的各种器官的不停运动，运动的结果不仅影响到有关身体各部分，也影响了全身。

亚里斯多德说：“生命便是运动。”运动也的确是生命的本质。有机体的所有部分都一刻不停地迅速运动着。比如说，心脏在一收一张间有力而不息地跳动，每跳二十八次便把所有的血液由动脉送到静脉再分布到身体各处的微细血管中。肺像个蒸汽引擎无休止的膨胀、收缩。内脏也总在蠕动着工作着。各种腺体不断地吸收再分泌激素。甚至于脑也随着脉搏的跳动和我们的呼吸而运动着。

世上有无数的人注定要从事坐办公室的工作，他们无法经常运动，体内的骚动和体外的静止无法调和，必

然产生显著的对立。本来体内的运动也需要适度的体外运动来平衡，否则就会产生情绪的困扰。大树要繁盛荣茂也须风来吹动。人的体外运动须与体内运动平衡，此点尤为重要。

幸福系之于人的精神，精神的好坏又与健康息息相关。这只要想想我们对同样的外界环境和事件，在健康强壮时和缠绵病榻时的看法及感受如何不同，即可看出。使我们幸福或不幸福的，并非客观事件，而是那些事件给予我们的影响和我们对它的看法。就像伊皮泰特斯所说：“人们不受事物影响，却受他们对事物看法的影响。”

一般说来，人的幸福十之八九有赖健康的身心。有了健康，每件事都是令人快乐的；失掉健康就失掉了快乐。即使人具有伟大的心灵，快活乐观的气质，也会因健康的丧失而黯然失色，甚至变质，所以当两人见面时，我们首先便问候对方的健康情形，相互祝福身体康泰，因为健康实在是成就人类幸福最重要的成分。只有愚昧的人才会为了其他的幸福牺牲健康。

不管其他幸福是功、名、利、禄、学识，还是过眼烟云似的感官享受，世间没有任何事比健康来得更重要了。

（亚瑟·叔本华，1788年2月22日—1860年9月21日，德国著名哲学家。作品有《论意志的自由》《论道德的基础》等。）

论健康

叔本华 / 文

醫友



甘肃中医药大学附属医院
Affiliated Hospital of Gansu University of Chinese Medicine

准印证号:(甘)LK000143

主 办:甘肃中医药大学附属医院

主 编:李应东

副 主 编:李勋堂 汪龙德 张晓刚

刘保健 张志明 靳子明

江 涛 易 华

责任编辑:邢喜平 刘增荣

编 辑:杨文强 李百龙 张 欣

滕霏霏

医学编辑:王庆胜

编辑部地址:甘肃中医药大学附属医院

院长办公室

邮 编:730020

联系电话:0931-8635229

邮 箱:ywq739@126.com

医院网站:<http://www.zyxyfy.com>

腾讯微博:<http://t.qq.com/gansuzhongyi1991>

新浪微博:<http://weibo.com/u/2709587243>

今日头条官方号:甘中附院

扉页题字:李铁映

版面设计:麦朵设计

承印单位:新华印刷厂

封面图片:秋日荷塘(宋奇华 摄)

目录 CONTENTS

杏林名医

- 03 传岐黄仁术 育杏林英才 刘俊宏 吉文举
08 药海耕耘五十载 终有书香扑面来 徐晓艳

医药论坛

- 12 做与文化相适应的医生 袁 钟

中医特色

- 15 蒲公英的妙用 徐璞子
16 守望红花 何鹏庆
17 什么是冬病夏治 刘小勤

医者随笔

- 19 萧龙友先生医范十条 张绍重

艺术长廊

- 21 艺术长廊 司俊杰等

文学之窗

- 25 白居易:半生似“圣”半生如“仙” 杨文强
30 回忆是最靠不住的 李百龙
33 写给甘中附院的歌 江 涛
34 陇上中医药楹联欣赏 殷世鹏 南惠霞 黎斌宁
36 你能不能别那么优雅? 奇 奇
38 诗二首 李惠艳

养生保健

- 39 健康饮食强迫症 哈雷特·沃克
41 立秋后 煮煮更健康

中医故事

- 18 病入膏肓
44 啤酒花香飘万里 韩 静 杨锡念

医友文摘

- 49 地震心理学:12秒求生指南
52 六个表现提示抑郁来袭
53 你的“前中年危机”杀到了吗?
54 数字新闻两则
55 甘肃省全面推开公立医院综合改革知识问答



传岐黄仁术 育杏林英才

——国医大师周信有传略及治疗肝病学术思想

刘俊宏 吉文举/文



周信有，男，汉族，中共党员，中国民主同盟盟员。生于1921年2月，山东牟平县人。甘肃中医药大学终身教授，兼任张仲景国医大学名誉教授。荣任甘肃省中医学学会名誉理事，中华中医药学会终身理事、全国内经专业委员会顾问，甘肃省政协委员，北京飞达国际保健城医学专家理事会理事等职。全国第一、二、三批老中医药专家学术经验继承工作指导老师。甘肃省首届名中医，甘肃首位国医大师，享受国务院政府特殊津贴。全国名老中医工作室建设传承专家之一。2010年入选全国名老中医药传承工作建设项目专家，2015年荣获甘肃中医药大学“特殊贡献奖”。

周老自幼从师习医，博闻强记，攻读刻苦。20岁时经日本统治下的伪满政府实行汉医考试，应试合格，获得《汉医认许证》，取得中医资格。20世纪40年代悬壶于安东（今辽宁省丹东市）。设诊疗所挂牌行医，名噪一时。50年代曾先后任安东市中医师协会会长，安东市联合中医院院长，安东市第二人民医院中医科主任，市人大代表和市人民委员会委员。1960年调入北京中医学院（今北京中医药大学）内经教研室任教。

1970年，在北京中医学院任教且享有盛誉的周信有响应国家号召，支援大西北医疗事业，从首都北京调到甘肃。临行前，很多人建议他先一个人去甘肃，日后再回北京和家人团聚。他却说：“一个大夫到哪里都是看病，虽然甘肃的生活条件差、机会少，但那里更需要好大夫”。后来同周老一起来大西北的许多医务人员都陆续返回了北京，但是周老却不忘初心，致力服务于甘肃人民。七十年代后期，北京中医学院曾两次来函欲调周老回京，都被周老婉言谢绝。周老抱着支援西北中医药事业、服务基层患者的信念，把远在吉林、山西、河南工作的3个孩子也相继调来甘肃，举家西迁，扎根陇原，46年如一日，成为甘肃中医界德高望重、硕果累累的常青树。

1978年，他牵头组织筹建甘肃中医学院，任中医筹备组组长，积极选拔名医名师，打造了第一支甘肃中医药高等教育的师资队伍。学院建成后，他先后任内经教研室主任、教务处处长等职，为甘肃省培养出一大批中医和中西医结合人才，他（她）们现遍布于全省各地，其中晋升高



周信有与国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长王国强合影

级职称者已逾四五百人，为振兴甘肃中医和中西医结合事业做出了贡献，可谓“桃李满天下”，当之无愧。

在教学工作期间，周老积极制写中医药各专业培养方案，编写教材，完善中医药教学体系，奠定了甘肃乃至西北高等中医药教育的基础。周老精研经典，是内经学研究领域的开拓者和奠基人之一，特别是对内经五行学说、藏象学说、气血理论、运气学说等均有独到见解，被誉为西北内经泰斗。1964年参与编写出版了全国中医院校二版教材《内经讲义》，在学界较早归纳出内经的理论体系，并条分缕析，规范了内经的研读、教学和运用框架，奠定了中医药高等院校内经学教学基础。他还先后

著述出版了《内经类要》《内经精义》《决生死秘要》《中医内科急症证治》《老年保健》等。其中《内经精义》获甘肃省普通高等学校优秀教材一等奖；《决生死秘要》一书后经台湾再版发行，对弘扬中医学和交流海峡两岸文化起到积极作用。在临床科研上，研制推出中药新药“舒肝消积丸”和“心痹舒胶囊”，对治疗病毒性乙型肝炎、肝硬化和冠心病疗效显著并已通过省级鉴定作为国家级中药新药上报国家新药审批中心。周老学术论文近百篇，其中《慢性乙型肝炎辨治体会与舒肝消积丸的研制》学术论文获“第二届世界传统医学优秀成果大奖赛”“国际优秀成果奖”；《冠心病的辨治体会与心痹舒的研制》获首届国

际民族医药科技研讨会及展览会论著一等奖。

周老15岁时便投拜当时安东名医李景宸、顾德有门下，跟师侍诊，学习中医。他认为临床诊疗是中医药最重要的实验室，中医不能没有临床，离开了临床中医搞不出新的东西。在临床实践中，他遵古而不泥古，形成了自己独到的临证思路与遣方用药特点，能够“复方多法、综合运用、整体调节”，在处理诸多疑难重症时往往得心应手，对肝病、血液病、冠心病、肺心病、痹症等疾病均有心得体会，所创方药，配伍精当，疗效确切。周老不但医术精湛，而且医德高尚，治病救人是周老人生的主题，也是他的快乐之源。他告诫后学“对病人要有大慈恻隐之心，无欲无求，视同至亲，努力探求，研理务精，处方严谨，一心赴救，乃不失为医之道也”。他把病人当成亲人，对前来求医的患者一视同仁，不论在诊室还是在家中，不论白天还是夜晚，都会认真诊治。年逾九旬仍坚持在兰州市基层社区卫生服务中心坐诊，看病人，带徒弟。活到老、学到老、为病人服务到老，被授

予“甘肃中医名家大型义诊特别贡献奖”。据不完全统计，75年来，周信有亲自诊治的患者达到54.8万人次。

周老学术造诣精深，知识渊博，深谙《内经》经旨，兼通诸家之说，善治疑难杂症，屡起顽疾沉痾，临床经验丰富。周老常言：“尽管《内经》博大精深，涉猎广泛，但自始至终，贯穿着一条主线，这就是统领全书的‘整体观’，‘系统观’和‘辨证观’的哲学思想”。这一基本观点，使中医学形成了一套完整而独特的理论体系，同时也形成了中医在认识疾病和处理疾病时独特的思维方法，即从宏观的、动态的角度去观察人体生理、病理；用整体调节的方法去协调阴阳，以达到恢复机体平衡，治疗病痛的目的。整体观、系统观和辨证恒动观是《内经》学术思想的精髓和核心，也是中医学的指导思想。特别是对乙肝的治疗，探索出一套特色鲜明、疗效显著的诊疗思想和经验。乙肝是一种常见却较为难治的疾病。不仅因为此病的传染性，以及患者本身出现的乏力、肝区疼痛，更因为难以控制的肝脏炎症和肝细胞变

性、坏死导致肝功能损害、肝纤维化和癌变的不良后果，严重影响患者的生活质量。中医对此病的治疗疗效显著，其优势已为世人认可。周老认为乙型肝炎是一种病情复杂、迁延难治的疾病，每多发展成肝硬化、肝坏死、肝癌，属中医之“胁痛”、“癥积”、“鼓胀”等范畴。“病毒性乙型肝炎”虽为现代医学概念，但在祖国医学中，对与其类似的病症早有记载，远在2000多年前的《内经》中即有“湿热相交，民病瘴也”、“寒热，身痛面色微黄，齿垢黄，爪甲上黄，黄疸也”、“肝胀者，胁下满而痛引小腹”、“臌胀者，腹胀，身皆大，大与腹胀等也；色苍黄，腹筋起，此其候也”等语，并对肝脏病的黄疸、臌胀、胁痛、积聚等的发病机

理、特征都作了较详细的论述，提出了治疗法则，总结了一些行之有效的治疗方法。

周老认为乙肝的病因病机不外湿热邪毒互结、正气虚衰、气滞血瘀三大方面。表现为正虚邪实，虚实夹杂的特点，其病理特征为本虚标实。本虚表现为肝脾肾三脏不同程度的虚损；标实则表现为湿热、毒、血瘀。对乙肝既重视辨证，又重视辨病。根据其临床症状、体征和病理特点，将乙肝分为湿热未尽、肝郁脾虚、气阴两虚和虚瘀癥积等4种类型。但临床四型之间在症状表现上往往交错出现。因此，对本病的诊治，周老认为既要侧重抓住各型的特点，又要综合分析，始为得当。既要重视望、闻、问、切，注重整体辨证，又要借助现代医学诊疗技



周信有参加科室病例讨论



周信有坐诊

术所得出的微观指标，并将两者有机地结合起来，从而使证型分类更加准确。总结湿热、虚、瘀贯穿疾病全过程的特点，在治疗上清解、补虚、祛瘀三法综合运用方能收效显著。为此，周老拟定一基本方，疏肝化瘀汤用于治疗各种病毒性肝炎，临证时可随证加减。基本处方：柴胡9g、虎杖20g、茵陈20g、板蓝根15g、当归9g、丹参20g、莪术9g、党参9g、炒白术9g、黄芪20g、女贞子20g、五味子15g、茯苓9g，水煎服，1日1剂，3个月为一疗程。临证时再随证加减。如湿热偏重或有淤胆现象者，方中茵陈可重用至40-60g；虚羸不足者，如偏阳虚，酌加制附片、淫羊藿、仙茅以温补肾阳；如

偏阴虚，酌加生地、枸杞、麦冬、何首乌以滋补肾阴；纳差者加砂仁、焦三仙（炒山楂、炒麦芽、炒神曲）；气滞而肝区痛甚者加川楝子、枳实、郁金；血瘀甚者加赤芍、旱莲草、泽兰、姜黄等以柔克刚之品，而不用桃仁、红花。临证经验表明，治疗乙肝单纯从病原学观点出发，选用对乙肝病毒有抑制作用的苦寒药进行组方，往往疗效不甚理想。周老认为，对于虚甚、肝功较差、血清白蛋白含量异常者，除祛邪外，应重用扶正培本、补益肝肾之品，方能使病症得以改善和恢复。说明扶正补虚药物可调整机体的免疫机制，促进肝功的恢复，有利于病毒的消除和抗原转阴。周老认为慢性病毒性肝炎病虽在肝，但绝不

能肝病治肝，要从整体上认识疾病和把握疾病，真正领悟“见肝之病，知肝传脾”的内在含义。故在治疗慢性肝炎时，不忘调节脾、肾、胆等其他脏腑的功能，他认为“药有个性之专长，方有合群之妙用”，在长期的医疗实践中，周老对古今大量治疗肝病的专方、验方进行了深入研究与临证，在治疗上强调标本兼顾，攻补兼施，综合运用，整体调节，反对墨守一方一法，自拟复方治疗肝病验方。正如徐大椿在《医学源流·方药离合论》中说：“方之与药，似合而实离也。得天地之气，成一物之性，各有功能，可以变易气血，以除疾病，此药之力也……圣人为之制方，以调剂之，或用以专攻，或用以兼治，或以相辅者，或以相反者，或以相用者，或以相制者，故方之既成，能使药各全其性，亦能使药各失其性，操纵之法，有大权焉，此方之妙也”。而这种相互联系、全面兼顾、综合运用、整体调节的治疗方法与原则，正是中医学系统观、整体观在临床治疗上的体现，也是中医学理论的特色和优势所在。

如患者某男，36岁，干部，2005年10月15日初诊。1998年单位体检时查乙肝3项指标：HBsAg、HBeAg、抗HBc均阳性，肝功能正常，时未作治疗。2002年初因无明显诱因出现腹胀、身体乏力、食纳差、右肋疼痛等症，曾多处治疗，但未获寸效。近来因病情加重求治。体查可见：面色黧黑，口唇紫暗，巩膜轻度黄染；肝肋下两指，质硬，触痛，脾未触及；舌质淡暗，边有齿痕，苔黄腻，脉弦长。实验室检查：“大三阳”，ALT290U/L，总胆红素 $36\mu\text{mol/L}$ 。诊为慢性活动性肝炎。中医辨证属肝郁脾虚兼有血瘀，治当疏肝健脾、解毒化瘀，方用舒肝化癥汤加减。处方：茵陈20g，虎杖20g，板蓝根15g，贯众20g，柴胡9g，枳实20g，当归9g，丹参20g，莪术9g，党参9g，炒白术9g，黄芪20g，女贞子20g，五味子15g，茯苓9g。服药1个月后复诊，诸症已基本消除。以上方加延胡索20g、半枝莲20g继续服用，3个月后患者诸症消失，B超显示肝、胆、脾正常；化验除HBsAg阳性外，余均正常。疗效甚好。

除中医外，周老还精通京剧、武术、书法，集四大国粹于一身的养生之道，使他在耄耋之年依然耳聪目明，行动自如，2004年被评为“全国健康老人”。他提出应饮食、情志、运动、药物等多法综合运用以养护生命，强调以神御气，动静结合。积极倡导武术养生，并重视温补脾肾之阳，自创螺旋运动健身法和养生药酒，效果显著。提倡养生保健、防老抗衰应从青壮年开始。时至今日每天练坐气功，所练坐气功方法简便易行，叫“一分钟练功法”。具体方法为：平身端坐，莫起一念；以意导气，引气下行；息息归根，意守丹田；默念安静，切勿间断。这种功法只要有一分钟的短暂时间，即可进行习练。

周老出身于武术世家，早年以武名传世，刀、枪、剑、棍、鞭样样精通。曾在1953年第一届全国武术表演赛上获得表演优秀奖。周老的名字与武术成就被纳入1990年10月北京体育学院出版社出版的《中华武术实用百科》一书的《武林人物》之中。周老认为，武术是中华民族的宝贵遗产，而武术的形成和理论基础亦渊源

于中医，属于中国传统康复医学中体育保健的内容。周老能够集中医、武术一身，以中医传统理论为指导，对武术从理论和套路上进行了精心研究，使之更好地发挥保健康复的医疗作用。所以，周老练武术的风格特别重视“培养元气”。而且能够融少林、武当风格于一炉，动作与发劲，有柔有刚，刚柔相济，作到了“意到气到，气到劲到，以气运身，神气合一”。周老还酷爱书法，并融汇了自己练习武术刚柔相济的风格挥洒自如。周老所写的防治肝病墨迹，在1988年10月参加《全国名医墨宝展览》时，获得参展者的赞誉和好评。中医、武术、书法是中华民族瑰宝，三者之间有一种潜在的联系。周老将三者完美地揉合在一起，为中医事业的继承的发展做出了贡献。

周老幼师名医，志存高远；研修《内经》，博极医源；大医精诚，妙手回天；扎根西北，造福陇原；杏林育人，桃李满园；习文练武，艺多才全；注重养生，耄耋体健，桑榆不晚，红霞满天。



杨锡仓主任中药师生于1950年10月，甘肃灵台人。为甘肃中医药大学附属医院药学技术顾问、中药炮制制剂科首席专家、首届全国老中医药专家学术经验继承人。甘肃省第三批、第四批老中医药专家学术经验继承指导老师、甘肃省五级师带徒第一批、第二批、第三批指导老师，共带出10名药学人员。现任中华中医药学会炮制分会理事；甘肃省中医药学会中药分会副主委；甘肃省中医药学会中药鉴定专业委员会副主委；甘肃省药品和医用耗材评审专家库专家；甘肃省科技厅科研评审专家库专家；甘肃省食品药品协会“甘肃省中药炮制专业技术人员培训班”授课教师。

药海耕耘五十载 终有书香扑面来

——记甘肃中医药大学附属医院主任中药师杨锡仓
徐晓艳/文

杨锡仓主任早年师从全国老中医药专家马炎铭先生，虚心讨教，得其真传，至今从事中医药工作50年。杨主任主持或参与完成学术专著九本；取得国家专利两项；主持或参与完成了省、厅级科研课题13项，获奖多项。在中医药学术刊物上发表论文共计32篇；其中《蜡壳的传统制作工艺》一文被载入《中国实用科技成果大辞典》（1995年版）；在甘肃日报等刊物上曾发表了中医药类科普文章9篇；主持或参与完成的影视类作品有三部。在国家中医药管理局建设项目—省级中药炮制技术传承基地的工作中，指导并出演中药炮制绝活实录七集。

一、师拜名家得真传 勤学苦练谱新篇

杨锡仓主任早年以学徒入职，拜师全国名老中医药专家马炎铭先生。马老十六岁进兰州庆仁



堂当学徒，是京帮学术流派的传人，他将传统的中药经验鉴别知识和中药炮制知识无保留的传授于徒弟，由于徒弟杨锡仓秉性勤奋，谦恭好学，故倾囊相授。在几十年的工作学习当中，他“探赜索隐，钩深致远”。在师傅所传授的基础上，不断耕耘、博览群书、勤于钻研，足迹遍布甘肃省药材产地和药材市场。在中药材以及饮片的真、伪、优、劣鉴别中，有着非常独到的娴熟技能和丰富的实践经验。他除了擅长中药传统技术中之经验鉴别、传统中药加工炮制、中药传统制剂制作、中药传统储存管理方面外，在现代制剂技术方面也有着较深的造诣。在不断探索中药学

专业的同时，他还研修医古文，他常讲：以文学药，则药精；以药学文，则文博。所有这些的积累，无不体现在了他日后的工作中。在浩瀚的中医药海洋里，杨锡仓从未满足过。如今年近70的他，依然为医院把好进药关，不让假药、劣药流入医院，成为甘肃省首屈一指的集中药鉴定、炮制、储藏和经营的技术人才。

二、技高一筹会识药，经鉴别有真功

古有神农尝百草，传人代会识药。甘肃是中药大省，自古以来就是多种中药材的出产地，中药材分布遍布省内各地，具有深厚的中医药文化底蕴。杨锡仓先生自幼热爱中药事业，他的老家中药材种类繁多。他从小在山上摸爬滚打采药挖药，对中药的热爱几近痴迷，为他日后从事中药工作打下了坚实的基础。在拜师学艺后，更是刻苦钻研，掌握了一整套鉴定技术，只要是涉及到中药鉴定方面的问题，无论是理论知识，还是实践经验；无论是中药原植物，还是中药饮片，他都能信手拈来、一一讲解清楚，这套过硬的本领，让人叹为观止。因此，也奠定了他在我省中药界的领军地位。

对中药鉴定，他认为：中药鉴定也称中药鉴别，有广义和狭义之分。广义指对中药材的全面质量检查；狭义仅指鉴别真假。在日常工作中，他通常通过“眼看、口尝、鼻闻、手摸”这四种直观的方法进行鉴别。对较难鉴别的88种中药材，他总结出了自己的经验，并于2002年出版了《中药师实用传统技术》一书，供广大中药同仁们学习和参考，这本书在业内引起了巨大的反响。在书中杨锡仓有很多独到的见解。例如，在鉴别毛壳麝香时，通过性状鉴别，鉴别出正品的“黑衣子”“银皮”，而伪品无此特征；通过对毛壳麝香含水量的检查，鉴别出麝香质量好坏；用香针来检验麝香所特有的“冒槽”现象。对麝香的检查，通过性状、水试法、火试法、纸压法、口尝法、鼻闻法来鉴别是否正品、是否有掺假；冬虫夏草正品横断面有一“人”字图纹或者“U”字图文，有“人”者是甘南虫草或川虫草，质较次；有“U”字纹者，是青海玉树、果洛虫草；而伪品绝无此特征。太子参断面平坦，白色，粉色。在阳光或放大镜下观察其断面，有三条灰色筋脉纹从中

心射线到达皮部，将断面分为三个三角区，杨锡仓主任把这个标志称为奔驰车的标志，而伪品则无此特征；在海金沙的鉴别中，他则认为，水试法比火试法更直观，更简便，排除掺伪方法更好。

因此，因为有着过硬的中药鉴别功底，自杨主任接管质量入库验收后，在他的带领下，验收小组严把质量关，药品质量投诉率几近为零。

三、中药炮制有绝活 倾囊相授传后人

影响中医临床疗效好坏的因素，除了医术之后，最重要的就是中药的质量了，而优质的中药饮片就要依赖于药材的炮制得法。中药材必须经过炮制加工，除去泥土、杂质、减毒增效后方可入药。通过净选、切制、炮制处理，将药材制成一定规格的饮片，才能达到使药材纯净、改变药性、降低毒性和干燥而不变质的目的。据杨锡仓主任的老师马炎铭先生讲，当年的庆仁堂要求非常严格，制度森严。在沿用古人的基础上，又有所发展和创新，别具风格，自成体系。杨锡仓主任跟师傅学到了很多庆仁堂真传。庆仁堂有很多炮制歌诀、顺口溜，他在教学时

常常念叨给学生们，比如：

白术要切如意片
厚朴切成盘香片，
山药宜切马蹄片，
桑枝、黄芪柳叶片，
白芷、泽泻顶头片，
归头、佛手顺身片，
木香、大黄骨牌片，
苏梗切成蝴蝶片。
茯苓、茯神小方块，
陈皮、枳叶丝如线，
枳壳切得像纽袪。

作为甘肃中医药大学附属医院中药炮制制剂科首席专家，杨锡仓主任在传统中药炮制方面，也是造诣很深。尤其在炮制贵重中药材、毒性中药材、常用中药材方面更是积累了丰富的经验。他牢记前辈的谆谆教诲：“医生用药如羿之射日，不特谙其理，尤贵择其道地也，制之尽善。不然欲以滥恶之剂冀其功验，虽扁鹊复生其可得乎？”最难能可贵的是，他毫无保留的把自己的炮制绝活传授给弟子们。为了保护传统饮片加工的手工艺，进一步研究和发掘甘肃道地药材黄芪、当归、党参等药材的最佳加工、炮制方法，他通过查阅相关历史文献和实地走访，搜集、整理出甘肃民间加工、切制、炮制黄芪、当归、



党参等药的方法，并把这些珍贵的资料和工艺传授给弟子们。制作科教片《甘肃五大宗地道药材的传统加工炮制技术》，他还参与整理、编写包含429种药材信息的《漳县地产中药材》。在多年的工作和教学中，尤其是在甘肃省五级师带徒学习过程中，他把这些珍贵的制作过程，通过边带教边讲解的形式，拍成电视专题片，保存了下来。为甘肃省的中药炮制学留下了宝贵的图文并茂资料。例如，在炒王不留行的过程中，他说别小看这简单的炒法，火候掌握不好，要么过火，要么不开花，炒出来的王不留行完全不一样。因此，他手把手的带教，使弟子们受益匪浅。在菟丝子饼的制作、海螵蛸棒的制作、阿胶的传统烫珠法、炼丹、黑膏药的

制作方法中，弟子们学到了书本上根本见不到的东西。这些宝贵的制作方法，也被拍成了视频。他常讲，只要你们肯学，我会毫无保留的传授给你们，希望你们把我所知道的东西都学走，超过我。在理论教学中，年近七旬的他经常熬夜制作课件，他把这些枯燥的专业知识制作成鲜活的课件给弟子们讲解。在带教中药炮制的时候，他说，炮制中药时，不能仅仅知道它的炮制方法，要把每一种中药的鉴别、性状特征、药效、炮制都熟记于心，这样，这个药才能活生生的存在在你的脑海里。比如，在传授菟丝子饼的制作方法时，他不但讲解了菟丝子名字的来历、功效、炮制方法，还对菟丝子的历代文献都一一介绍，这在他2016年66岁时出版的《走进神奇的中药王国》中，都有非常详尽的介绍。正所谓：“窥一斑而知全豹”。在炮制蒲黄烫（炒）阿胶时，杨锡仓主任讲炒时用微火，不能将蒲黄炒黑。阿胶与蒲黄比例3:1。其他同蛤粉烫阿胶，当炒至胶丁膨大成圆球形且浮起时离火，此时翻炒速度应减慢，幅度变小，以粉盖珠，若无冒气或冒气很少，则证明已无糖

心，可用铁丝瓢捞取出锅。阿胶补血、止血、滋阴润燥，蒲黄有止血、行血、消瘀的功能。故阿胶经蒲黄炒成珠后，取其“相须”之功。从而增强阿胶止血、补血之功效。蒲黄炒阿胶止血安络力强，用于阴虚咳血、崩漏、便血。入汤剂煎时，防止糊锅和易于粉碎。

十几年来，他传道授业解惑，培养出师了10名徒弟。如今他们多已成才，有些已成为我省药学领域的专家、医院的领导。今年，先生又新收了两名高徒，一位是胡芳弟教授（中药化学博士后），另一位是李芸教授（中药学博士）。

四、传承创新做制剂，药海泛舟立新功

在杨锡仓担任制剂室负责人的期间，我院于2006年建成了符合国家GPP标准的（净化级别10万级）现代化制剂室，内有“水丸剂”“胶囊剂”“合剂”“软膏剂”四条生产线；同时，通过申报批准了26个医院制剂批准文号。例如刘保厚教授的经验方“肾1”“肾2”“肾6”等由杨主任重新进行资料整理和命名来申报批准文号；肛肠科的“肠风散”等制剂也是在他的协助下顺利完成申报和生产。作为甘肃省中药

领域的顶级专家，年近70的杨主任依然不断学习，孜孜不倦。在给弟子授课手工制作大蜜丸时，他说现在手工制蜜丸已不用了，但是作为一种传统剂型，你们一定要掌握。杨锡仓主任着重强调炼蜜的重要性。他说：对嫩蜜、中蜜、老蜜的判断目前还是主要凭经验控制。

判断嫩蜜的标志为：牛眼泡转为鱼眼泡时，色泽无明显变化或略黄白色时，滴入冷水中即散开不能成珠时即可出锅。

判断中蜜的标志为：鱼眼泡将转珍珠泡之时，颜色由白转黄色时，滴入冷水中即形成半圆珠时即刻出锅。

判断老蜜的标志为：转为珍珠泡，颜色由黄转为金黄色或红棕色时，滴入冷水中即形成圆珠，用木棒挑起能在空中冷却形成白丝。

他搬出做蜜丸的搓板，仔细的告诫每一步步骤，经他指导做出的蜜丸，色泽一致，软硬适度，非常符合蜜丸的质量要求。在制剂方面，他基于传统，但不拘泥于传统。在制剂的推陈出新上，他鼓励大家要敢于创新，开发新制剂。在中药适宜技术产品的研发上，他

积极参与研制我院“针灸外敷药袋”、“参茸补益酒”。数十年来，通过不懈努力，杨主任在学术思想、教学工作、医院中药入库验收工作中取得了卓越成就。

做学问他一丝不苟，努力钻研；日常生活中，他做人低调、谦逊、和善，也赢得了广大同仁们的赞赏和尊重，成为了弟子们学习的榜样。2017年6月甘肃中医药大学举办的全国中药特色技术传承人才培训项目中，他为学员授课了《甘肃地道药材产地加工之特色技术》，他对甘肃省药材资源，尤其是“五大宗药材”，从种植、采收、加工、炮制都做了非常详实的讲解介绍，其内容之全面、丰富、地道、真实，可以说是对他这么多年来学术工作的最好阐述和总结。在获知甘肃省正式获批建设国家级中医药产业综合发展试验区后，杨锡仓主任更是信心满满，以饱满的热情迎接未来。

（徐晓艳，甘肃中医药大学附属医院药学部主任药师，煎药室主任。）

做与文化相适应的医生

袁 钟/文

医疗中如果没有爱，那叫交易。

经常有学生问我人文医学有什么用处？我想从两个层面来说，第一个层面是价值观，第二个层面是人文智慧。价值观是道，人文智慧是术。

只想赚钱，就不要当医生

首先，我想说一下“道”的问题。我听过一些院长开总结大会时说：过去的一年，经过全院职工的不懈努力，我们医院的住院患者增加了20%，我们的门诊患者增加了30%，我们的收入增加了10%。那么这句话是不是有什么问题？可能在座的主任和医生们都会觉得这是一件很自然的事情。其实我告诉大家，这不应该是院长说的话，这应该是企业家说的话，我们院长该怎么说？我们应该说的是“我们治愈了多少人，我们帮助了多少人。”

我们已经忘了什么叫医院，这是价值观出了问题。也有医生告诉我说，自己当医生就是为了赚钱。这本身没错，但我想告诉你，只想赚钱，千万别当医生。

这个社会上比当医生赚钱的工作还有很多，卖房子、开矿、做金融、做IT……但是，只有两个行业又有钱又有尊严，一个是医生、一个是教师。在日本，只有两个职业能被成为“先生”，同样是医生和教师。

医生要好好看病，而不是看患者的口袋

我有一个朋友，是北京协和医院的科研处长，他是维吾尔族人。他曾经给我讲过一个事情，在维吾尔族人认为人去世了可以升天，但是不是所有人都有机会升天，要经过集体讨论，贪官、坏警察、坏城管要被打入地狱，但只有两个职业可以不经讨论集体升天，那就是医生和教师。

什么叫尊严？我也是一名医生，我非常有体会。一个人找你看病，把所有隐私告诉你，把衣服脱光了让你检查，把所有痛苦告诉你，把生命都交给你，这种人是仅次于神的人，而不是一般人。如果医生不好好看病而是看患者的口袋，患者会恨死你。

基督教两个东西很重要，一是神



圣观念，再者是博爱精神。神圣观念告诉我们医生是一群优秀的人。中华中国医师协会的张雁灵会长跟我讲，他九十年代去日本，日本当时有人专门来拜访这帮医生，这让中国去的医生们很奇怪，“我们不是政治代表团，我们又不是经济代表团，也不是外交代表团，只是医生代表。”最后那位拜访者说了一句“我一辈子想当医生，可是考不上，我尊敬医生！”

北京和睦家医院的董事长李碧菁是个犹太人，她曾告诉我犹太人为什么比其他人好像多那么多聪明、成功的人，其实就是因为犹太人有神圣观念。犹太人认为他们是上帝的子民，所以他们比其他人更努力、更勤奋，也就更易成功。

医生应该有神圣观念，都是最优秀的一群人，不管在哪个层面，即使村医也是当地最优秀的人。前两天台湾有个医生很优秀，他叫柯文哲，现在成了台北市市长。医生在当地不仅是医生，他是领袖，一个好医生不仅是技术而且他的人品也要得到大家的认可。

但是大家也很清楚，这些年我们社会出了很多问题。上海复旦大学医学院的学生投毒杀死自己的同宿舍同学，他说过一句话“我是个‘空人’，没有价值观。”

我不知道大家想过没有，他为什么是个“空人”？想一想这些年还有几个大学生杀人的，比如马加爵、药家鑫。我们这些年创造了巨大的物质财富，但我们创造了精神财富吗？大家可以扪心自问。我们国家有很多传统美德，爱国家、爱家庭、爱故乡、讲孝敬、讲勤俭、讲以德服人，讲天下为公，讲克己复礼，讲温良恭俭让，讲礼义仁智信，好像现在这些都没有怎么讲。

医生不能为完成指标而违背良心

我们真的应该好好反省，有一次我和撒贝宁



在武汉对话，他问我“医疗行业怎么样？”，我则回应“先别说医疗行业怎么样，当中央电视台在播“冬虫夏草含着吃”“生命一号”等虚假广告的时候，就说明整条河流都已经被污染，没有哪个鱼能摆脱被污染，治理污染的办法就是治理上游。”

有位医生告诉我，他在消化科上班的第一天，他们科室要完成的一个指标还没完成，快要下班的时候来了一个患心血管病的农民因为挂错号找到了他，但是他当天一个病人都没有，因此当时就违背良心给这位农民看病给开了药，病人抓药再回来问他时，他觉得内心实在过意不去。他就告诉这位农民再去挂一个心血管的号，那个农民突然哭道“我钱都用光了”。这位医生后来说道，他当时有一种坐台的感觉，从此告别了医院，不再做医生。

我们在当医生、院长、干部在制定政策的时候，千万不能让我们的医生去牺牲善良才能获得正当权益。他本来该有一万块钱的工资却只给他发两千，另外八千块钱让他自己去赚，这是邪恶的。

什么叫医疗？医疗起源于同情心，人贵在有



同情心。最初人们因为看到受苦受难，有人难受就去帮他，这才叫做医疗。什么叫医院？中世纪的时候，基督教派的社会有很多流浪的、无人管的乞丐穷人。因此，他们设了一个场所让他们缓解苦难，最后慢慢形成了医院。因为爱才有了医疗和医院，如果把这个精神泯灭了就不再叫医疗，那叫交易，它不可能有尊严。

我们几乎把医院当成一个企业，我们的领导们在一块开会最喜欢说的是“我们医院5个亿，我们医院8个亿，我们医院9个亿，我们医院12个亿，我们医院20个亿。”我想这医学人文就是干这个的，塑造医生的价值观。为什么协和的妇产科主任郎景和院士告诉他们科室医务人员每周必须读一本本专业以外的书，就是为了扩大知识面。我们的医生应该学会和人打交道，我们不能只会和疾病打交道。

“有时去治愈，经常去帮助，总是在安慰”，总是抚慰，但我们有抚慰能力吗？这恰恰是医学人文要弥补的。中国医生和美国医生的区别在哪？中国医生现在临床经验非常丰富，我们做了那么多手术。但是中美医生比较下来，我们的差别在于爱。美国医生让病人感到有爱，中国医生

感觉不到。

为了孩子做个好人

我讲最后一个问题，也就是怎么当好医生的问题。

第一，我不想讲让大家如何去学雷锋，学白求恩，我只需要给老专家和当老师的讲，你们一定要想到自己老了会落到什么样的医生手里。你先做好医生，你的学生才能是好医生，等你老的时候，这个老医生就会照顾你，你现在不好好做

医生，等你老了你的学生就会按你的方法收拾你。

第二，为孩子做个好人。很多事情，中国人只有为了孩子才会做，才会改变。我经常讲戒烟的问题，如果我们学老外在烟盒上印上骷髅和黑肺，但很多人根本不会戒烟。我们什么情况下才会戒烟？只要在香烟包装上写下“抽烟会让你的孙子变为畸形”，我想他一定戒烟。

第三，人这一辈子干嘛来了？如果有机会去新疆的沙漠里面看看，如果有一摊水，就一定有草，有草就有牛羊，有牛羊就有人，人背后就没有东西吃我们了。草的价值就是让牛羊活的好，牛羊的价值就是让人活的好，人的价值就是让其他生物活的好，这个社会有了你多一份美好，千万不要让这个社会因为有了我而多了一份痛苦或者不好。

（袁钟，中国协和医科大学出版社社长/总编、北京协和医学电子音像出版社社长/总编、中国医学科学院健康科普研究中心主任。）

蒲公英是一味常用中药材，也是一种很好的食材，大部分人可能只知道它是药材，岂不知它的食用价值和药用价值一样高，这也是中医理论药食同源最好的体现之一。

《新修本草》记载，蒲公英“主妇人乳痈肿”。

《本草备要》记载：蒲公英专治痈肿、疔毒，亦为通淋妙品。

现代药理研究发现蒲公英含蒲公英固醇、蒲公英素、蒲公英苦素、肌醇和莴苣醇、蒲公英赛醇、咖啡酸及树脂等。对金黄色葡萄球菌、溶血性链球菌及卡他球菌有较强的抑制作用，对肺炎双球菌、脑膜炎双球菌、白喉杆菌、福氏痢疾杆菌、绿脓杆菌及钩端螺旋体等也有一定的抑制作用，除以上普通老百姓难理解的药理作用以外，蒲公英还有利胆、保肝、抗内毒素、利尿、抗肿瘤的作用。

说了一大堆专业术语，大家现在肯定急于想知道，在日常生活中我们究竟该怎么用这种神奇的植物，下面笔者作一些介绍。

一、急性乳腺炎

先用毛巾湿热敷患侧乳房，然后将鲜蒲公英捣碎均匀

蒲公英的妙用

徐瑛子 / 文



涂抹到整个乳房再用纱布包裹固定，每日两次，还可以将蒲公英做菜吃，新鲜蒲公英洗净放到沸水中稍焯，然后凉拌着吃，每日吃50克左右。

二、疔毒肿痛

身上任何一个部位只要长疔，无名肿痛，都可以用蒲公英20g野菊花20g紫花地丁20g金银花20g紫背天葵子15g也即五味消毒饮。（《医宗金鉴》）。水煎服每日一剂。

三、肺痈

咳吐脓痰，也即肺痈可用蒲公英30g，鱼腥草30g煮水喝，再配合抗生素治疗效果更佳。

四、肠痈腹痛

一般就是指急性阑尾炎，浅表性胃炎等胃肠道疾病。

1. 浅表性胃炎，用蒲公英

30g，大黄10g，茯苓15g，砂仁9g水煎服，15剂为一疗程。

2. 急性阑尾炎。药用蒲公英30g，金银花30g，牡丹皮15g，大黄15g，赤芍15g，桃仁12g，生甘草6g水煎服，每日一剂。急性阑尾炎热毒期，患者出现发热恶寒，面红耳赤，唇干舌燥，口渴欲饮，恶心呕吐，腹痛拒按，腹肌紧张，有反跳痛，大便秘结，舌质红，苔黄腻，脉洪大滑数。用阑尾清热解毒汤，重用金银花和蒲公英。可以用到60克，效果非常好。

另外蒲公英还可用于其它疾病。如：蒲公英、生山楂、桑寄生、黄芪、五味子同用可治疗高血脂症，效果显著。还有蒲公英配伍乌梅、大黄、五味子等药水煎服，治疗乙型肝炎效果良好（治疗用药须遵医嘱）。

蒲公英性苦寒，但无毒副作用，口服偶见恶心呕吐，所以只要用量适度，餐后服用，应该很安全，大家可以放心服用。

（徐瑛子，自由撰稿人。）

《本草中国》里面讲述的那一个个动人的故事，带给我很多的触动与思考。每一味药物的生长和收获、每一位中药人艰辛的汗水，以及他们背后所蕴含的天人之道，都深深打动着。今天，我也想借着一个故事，来与亲爱的您分享生命的美丽和高贵。

在现代都市里面生活，人们时刻都被生活的

快节奏和压力所裹挟，很少有人停下来去观察并思考生命的美丽和意义。而我求学在兰州这所北方的都会，时间都随着匆匆的脚步与身影而逝去，也少有机会去体验自然、领悟生命的力量，体验大自然生生不息的伟大。

谷雨到了，虽然错过了播种的最好时间，但为了一个夙愿，一个积蓄已久的夙愿，老师依旧决定播种。在校园的一角空地上，我们二人一边交流，一边忙碌着手中的活。小小的锄头和铲子灵巧的翻动着，带着馨香之气的泥土被吵醒了，仅仅为了一个夙愿，看似不值，其实韵味极深。带着对生命的敬畏和感动，师徒俩撒下了那看似不起眼的红花籽，那一颗颗红花籽，密密麻麻，静静的躺在犁沟里面，等待着泥土的覆盖。盖上一层薄薄的泥土，浇上水，剩下的只有等待和守望。也许，您会有很多疑问，不就是些不起眼的红花吗？值得守望和等待？守望的不仅仅是红花，更是对生命的尊崇与敬仰。

“草木中空善治风，对枝对叶能治红。叶边有刺皆消肿，叶中有浆拔毒功。”菊科植物的红花，一年生草本，茎直立，上部多分枝。叶互生，边缘有刺齿。而红花的确具有破血、活血、消肿止痛的作用。先贤的智慧，总是能够冲破时间的迷雾，在被后人反复验证时而不断地惊叹！

红花那小小的籽粒，实在是蕴含着巨大的能量，也许你从来没有正眼瞧过它一眼，也许你甚至不知道它，也许她被安放在最不起眼的位置，从来比不上参、苓、芝、朮那般受宠，但她却用自己生命精华的牺牲，展示自我存在的价值。

“人只有亲和万物，万物才会施惠于人。”这是生命的魅力，更是人与自然

和谐共处的写照。从一颗红花种子的播撒，到最后收获红花，期间需要锄草、浇水、施肥、采摘、修事，她才算是药柜中的一名正式成员。每一个过程都需要守望、等待、付出。

守望红花，是守望一份对生命的感悟。节气、时令、温度、时间，遵循自己的规律而生长，这个过程本身就是红花对守望者的馈赠。红花在她生命之中的每一天，都在顺应自然，顺应规律，即使到了生命的尽头，也不忘记顺应那生生不息的自然规律。发芽、开花、结果、死亡，每一个过程，都是一段生命的奇迹。她背后的顺服、努力、牺牲，启迪守望者的思想，净化守望人的心灵。

守望红花，更是守望中医人的精神与信念。红花，是一代代中医人灵魂的象征，秉承医道，薪火相传。一代代中医人，恰如红花一般，为了让自己更好地去维护别人的健康，默默努力，静静等待，等待成熟之后，毫无保留，全心全意地付出。红花，开了又谢，谢了又开，如同一代代中医人，为了一段奇缘，甘愿经历一切的磨难，让中医的血脉虽历千年而永续相传！

（何鹏庆，甘肃中医药大学2015级中西医全科。）

守望红花

何鹏庆 / 文

冬病夏治是中医学防治疾病的一个富有特色的中医疗法。它是根据《黄帝内经》中“春夏养阳”的原则，利用夏季气温高，机体阳气充沛，体表经络中气血旺盛的有利时机，通过适当地内服或外用一些方药来调整人体的阴阳平衡，使一些宿疾得以恢复。在一年中最炎热的三天（“三伏天”）以穴位贴敷（即三伏贴）最为普遍，此外还有针刺、艾灸、理疗、按摩、泡洗，以及内服温养阳气的中药和食物等综合治疗的一种方法。

冬病为何要夏治

冬病之所以夏治，是因为冬病的产生多为寒湿阻滞经脉、气血不通所致。只有夏天才能除去此类病人体内的“病

根”。以慢性咳嗽病为例，其病根就是寒和痰，寒痰一日不除，咳嗽一日不愈。人的阳气在冬季是一年中最弱的，冬病患者本身体质偏虚寒，再加上冬天寒冰一片，两寒夹击，毫无解冻的可能。所以在冬天治寒病，就像是雨天晾衣服，很难晒干。到了盛夏，人体阳气会达到一年中的高点，外界暑热骄阳，这时躲在体内的寒邪、痰湿，也就是病根，最易被赶出来。倘若不在夏日祛除积寒，等到秋风一起，外寒复来的时候，就又会内外交困了。穴位是人体脏腑、经络、气血的汇集点，三伏天进行综合治疗，最易由皮肤渗入穴位经络，直达病处，起到标本兼治的效果。

基本原理

冬病夏治的医生会根据患者个体情况进行四诊后实施辨证论治，使得治疗更具有针对性，从而提高疗效。在每年农历夏季三伏的开始，连续治疗效果更好。

一是穴位作用：运用敷贴疗法刺激体表穴位，通过经络的传导和调整，可纠正脏腑阴阳的偏衰，改善经络气血的运行，对五脏六腑的生理功能和病理状态，产生良好的、温和的治疗和调整作用，从而达到以肤固表、以表托毒、以经通脏、以穴驱邪和扶正强身的目的。

二是药效作用：药物直接敷贴于体表穴位上，药性透过皮毛腠理，渗透达皮下组织，一方面在局部产生药物浓度的相对优势；另一方面可通过经络的贯通运行，直达脏腑失调、经气失调的病所，发挥药物归经和功能效应，从而发挥最大的全身药理效应。

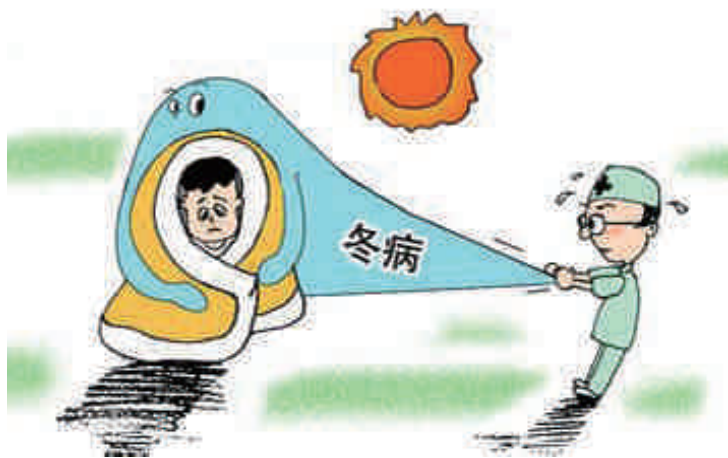
三是综合作用：敷贴疗法是传统针灸疗法和药物疗法的有机结合，其实质是一种融经络、穴位、药物于一体的复合性治疗方法，既有药物对穴位的刺激作用，又有药物本身的作用，几种治疗因素之间相互影响、相互作用和相互补充，

什么是夏治

冬病

刘小勤/整理





共同发挥整体作用。

注意事项

冬病夏治期间，应注意夏季特点，从饮食、药物及起居方面综合调养。

首先是慎用辛燥之品，以防伤阴。夏季气候炎热，易伤阴液，而辛温香燥之品容易导致燥热内盛，暗耗津精，所以应慎食肉桂、花椒、大茴香、小茴香、狗肉、羊肉和新鲜桂圆或荔枝等。

其次是忌大量服用寒凉之品。夏季炎热，往往易贪凉饮冷，若大量进食寒凉之品，则易致中阳受损，脾胃虚弱，甚至损及一身之阳气，轻则泄泻腹痛、恶心呕吐，重则造成阳虚宿疾。

三是慎食大量肥甘滋腻之品，因为夏季易生暑湿，湿热之邪易侵袭人体，若服用大量肥甘之品，则易导致内外湿热

之邪合击人体。

四是忌过量运动，以免汗出过多，导致气阴两虚。

禁忌人群

“冬病夏治”也有禁忌人群：3岁以下的小孩、孕妇、恶性肿瘤、肺结核活动期、支气管扩张患者，强过敏体质者、感冒发烧者、患有感染性疾病以及阴虚火旺者，不宜进行“冬病夏治”。

“冬养三九补品旺，夏治三伏行针忙。”这是古时中医养生的场景，讲的是对于身体虚弱者来说，三伏天针灸、拔罐能起到与冬天吃补品一样的效果。因此，冬病夏治体现了中医学中人与自然相协调的整体观念和对疾病重视预防为主的理念。

(甘肃中医药大学附属医院护理部刘小勤整理。)

中医故事

病入膏肓

相传，晋国的君主晋景公生病，先请来装神弄鬼的巫医替他治疗，病情反而有增无减。于是，他派人到秦国求医。秦国派了一位名叫医缓的医生去给他治病。医缓的高明医术全国上下无人不知。

当医缓还在去晋国的路上时，晋景公做了个梦，梦见从他的病中跳出两个小人。其中一个说：“医缓是医术高明的医生，可不比前次那个巫医，他恐怕要抓住我们，该往哪里躲避呢？”另一个回答说：“到心的下面、膈的上面，叫‘膏肓’的那个地方去吧，看他能把我们怎么样？”医缓到了晋国，给晋景公辨症后为难地说：“这病不可治啦！病在膏肓，不能采取攻伐的治法，何况药物也不能到达那里去发挥药效。”

后来，人们常用“病入膏肓”形容病情严重，难以医救。这句话进一步引申时便用来形容一个人犯错误到了不可挽救的地步。

萧龙友先生医范十条

张绍重 / 文

先师萧龙友先生，北平四大名医之首。生平著述，积稿颇丰，早年著作，皆毁于光绪间庚子之乱，中年之后，所有文稿，十年浩劫，尽为祝融所噬，幸存者多为零篇断简。绍重立雪于先生之门，垂二十年，耳食之余，记录之稿，零星断简，尚有存者。偶拾旧篋，得先生《医范十条》稿，亟录之以飨同道。

一、造父非良马不善御，羿非调弓矢不善射，医非有验方妙法不能治病，汗、吐、下三者，张长沙所传之遗法也。后世有以此法不能尽病之变者，于是假他道而矫饰，偷他技为附会，崇利名誉，交战方寸，而医道遂一落千丈，圣学不兴，百技陋衰，后学者何处问津耶？虽然学视者先视舆薪，学听者先闻抚钟，汗、吐、下者，即如视者之薪，听者之钟也。医者舍此将安适从哉，此汉学之所以可贵也。

二、以学稽古，以才御今，医者之务也，不明乎此，何以见张长沙之所述耶，苟徇俗之所习，囿己之所见，不遵古法，此之谓不学无

术，不学则失师，无术则非技，以之治病，岂非盲于心者哉。何能稽古，何

能御今，吾见其误人而已矣，奚可



哉！

三、以今眼观古术，犹登塔楼而望泰岱，其高难跻，以古眼观今术，犹对明镜而察妍媸，其蔽立见。故泥于古不可言医，囿于今更不可言医，必也斟酌损益，以求合乎今人之所宜，而后可以愈病。然非困于学，竭于术，不能至斯境也。彼夸寸长，衒小慧，而扬扬得意者知所反已。

四、帝王不同礼，齐鲁各异政，天变道不变，世异艺必迁，其势然也。古医不可知，即载在典籍者，如和缓之类，亦仅震其名而矣。自后汉张长沙之法与晋王叔和之法行，唐宋元明各医家莫不遵而守之，虽著书立说各有不同，而惟阴阳之理是循则一，至于五行生克之说，皆后起者也，不可泥也，然今之医，舍是无可言，岂非悖古之甚者耶？

五、人之生也，七窍相同，九脏无异，然有夷夏之别，南北之殊，山海之奇，寒热之变，虽夏葛冬裘，酒醉肉饱，比比皆是，然所病则千变万化，无一可以同治，药石之施，岂易言哉，此我道之所以易知而不易行，而获古之业其可以已耶？

六、今医能如古医耶？今药能胜古药耶？吾之其必不然也。古之人医重师传，阳年采阳药，阴年采阴药，悉皆野产，得天地之气厚，日月星辰之精华多，风雨霜雪之蕴泽厚，故其力专而功大，医用之又有法，故称为特效。今之药多出于种植，生者气力已薄，及制为膏丹丸散，药水药片，其效虽专，其气力更薄，盖不得天地山川阴阳之真气，徒以欺世骇俗而已，医药云乎哉！

七、以镜鉴人，不如以人鉴人，盖镜中影

只自知无可比，而书中影则使万世之人皆知也。伤寒诸书，仲景之影也，以之作鉴则治病必有一定之法，如影之不变也，反是则离神而取影，鉴中之影，皆非真影矣，学医者其鉴诸。

八、国异政，家殊俗，三代两汉之人之言医者，吾未之见也。医书汗牛充栋，究其可读者，不过二三种。灵素伪书也，皆不可信，王叔和《脉经》以次，亦多伪书也，皆不可信。其不伪可信者，惟《伤寒》《金匱》《本草经》而已。然《伤寒》虽分六经，而多脱简，《金匱》亦非完全之本，特古医之精义皆在，故汉以来皆奉为金科玉律，《本草》尚可以解药性、药味及出产之地，舍此又奚从哉。

九、夫医者意也，意生于心，必心正而后

意诚，意诚而后能辨证，而后能处方。大学所谓诚其意者，勿自欺也，即学医之要诀也，今之医能不自欺者有几人哉，自不能信而欲信于人，难矣！徒以糊口而已，诚意云乎哉。

十、人有观英雄之迹，闻烈士之行，中心慷慨而向慕之者无他，忠愤之感。千古一气，不可止也，况举古之术以疗今之病，吐下寒热苟中窍，则知古贤之不欺，自可与之晤言于一堂，交欢于万里，梦寐之间，如相晤语，岂非神乎技也哉，然而难矣，望古而未之见矣，徒向慕而矣哉，知闻而欲行古之道者，可以反观矣。岂知仲景之书即英雄之迹，烈士之行也哉！

（张绍重，甘肃中医药大学图书馆。）

专家介绍



张绍重 1930年生于北京，满族，祖籍辽宁铁岭。甘肃中医药大学研究馆员，中国农工民主党党员，甘肃省文史研究馆馆员，甘肃省古籍保护专家委员会委员。

张老五岁识字，熟读经史辞赋，兼习书法，后师从“北京四大名医”之汪逢春、肖龙友两先生习岐黄之术，兼攻中医医史文献。上世纪五十

年代初参加工作，1960年，奉调至中国中医研究院。七十年代，响应国家“六·二六”号召，来到甘肃省会宁县，开展中医临床工作。八十年代初，借调至中国中医研究院，协助筹建中医古籍出版社并担任编辑。1985年奉调至甘肃中医药大学图书馆，专注于中医古籍研究与保护工作30多年。

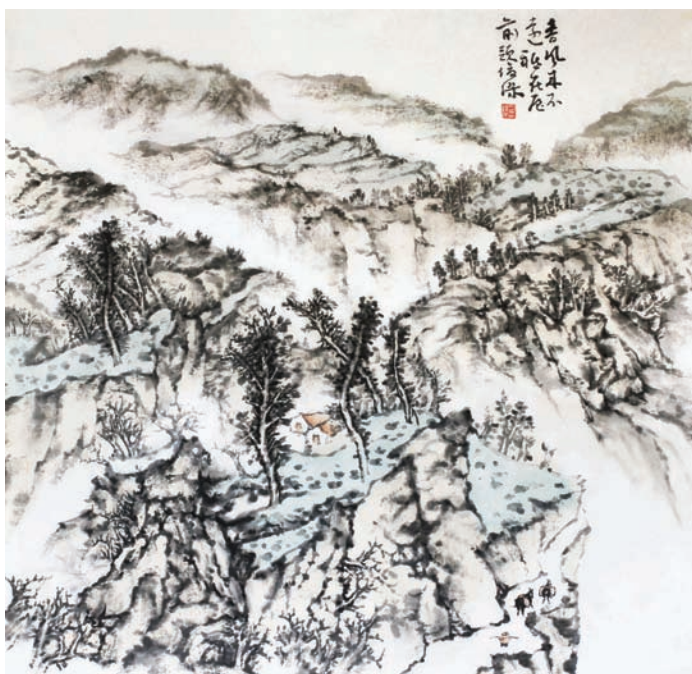
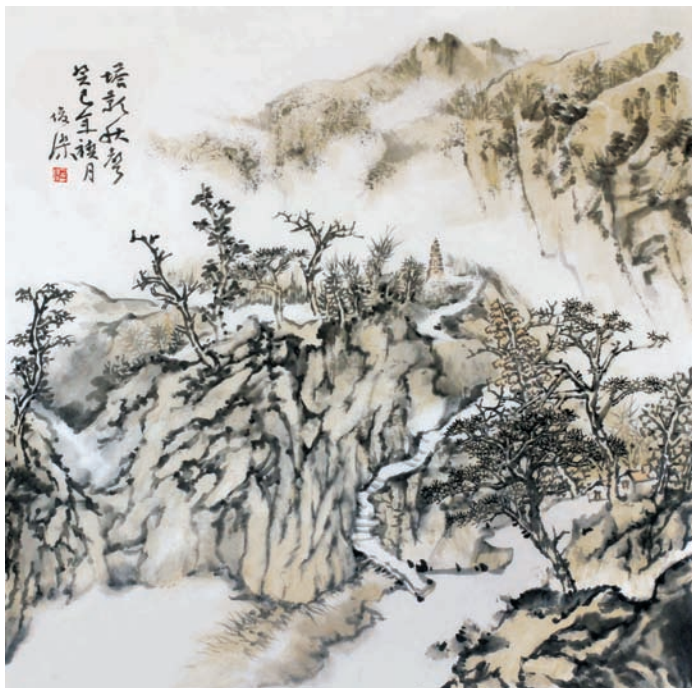
张老：

幼承庭训，家学深厚；师出名门，医儒并修；
五岁执笔，工于小楷，字体圆润，神骨兼备；
辨识古籍，独具慧眼，披经阅典，手不释卷；
游艺国学，阐发幽微，秉性谦和，嘉惠后学。

（甘肃中医药大学图书馆提供资料）



司俊杰 字介斋，号讷夫，斋名半砚轩，别署瓜棚豆架闲人。中国书法家协会会员，甘肃省书法家协会副秘书长，甘肃省美术家协会会员，甘肃省作家协会会员，甘肃画院特聘书法家。两届被评为“全国中青年书法百强”。作品被中国美术馆、军事博物馆等多家文博单位收藏。



国画 司俊杰



荷叶田田 王 婷(摄影爱好者)



水天一色 马荟翔(甘肃中医药大学附属医院计划财务部)



雾凇



芦苇月色

宋奇华（甘肃中医药大学附属医院放射科）

钱塘湖春行

白居易

孤山寺北贾亭西，
水面初平云脚低。
几处早莺争暖树，
谁家新燕啄春泥。
乱花渐欲迷人眼，
浅草才能没马蹄。
最爱湖东行不足，
绿杨阴里白沙堤。



1

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦！”

这首《悯农》是李绅（公元772年—846年，字公垂）流传最广的一首诗，也是这位诗人没有做官之前的一首杰出的作品。短短20个字，道尽了农人的辛苦和餐饭的来之不易。

然而，自从“悯农”之后，李绅除了“悯”他自己之外，好像就很少“悯”过其他什么人了，没有了“路有冻死骨”的怜悯，反倒是多了些“朱门酒肉臭”的奢侈。

后来，这位诗人从刺史做到了节度使，最后还封了个赵国公，偶然的仕途不顺也会让他忍不住发发怨气，可是当他

白居易：半生似“圣” 半生如“仙”

杨文强 / 文

坐在大餐面前、怀抱美女，可以横行霸道、乱施淫威的时候，恐怕再也不会想起当年的那首《悯农》了。

但是又能怪李绅什么呢？有时候生活就是这样，你稍微不注意，它就会让你在权力、财富、美色之中完全忘记最初的动机，忘记那些“达则兼济天下，穷则独善其身”的基本“教条”，走上一条你曾经唾弃和不屑的肮脏道路。

2

比起李绅“悯农”的经历

来，白居易（公元772年—846年，字乐天，晚年号香山居士）则“悯”过更多的人，农夫、灾民、宫女、织女、卖炭翁、琵琶女甚至是李隆基和杨贵妃。

白居易的诗歌据说连老太太都能听得懂，这只是因为他认为内容和精神比华丽辞藻和矫柔做作更重要，其实他的诗歌并不是写给老百姓听的，他只是想站在普通人的角度用普通的话说一些普通的事情，而这些事情早被那些发达的文人忘在脑后了。

白居易的诗歌主要还是给统治者听的，因为他所坚持的是“乐府”精神，他得通过诗歌完成“讽喻”的目的。

所谓“讽喻”就是给当官儿的听，让他们明白，社会还不够和谐、人民还不够富裕，别只顾奢侈享受、贪污腐败，干点儿好事积点儿德。

3

元和二年（公元807年），白居易在盩厔（zhōu zhì，今天的陕西周至县）任县尉，因为有感于农民冒着酷暑收割麦子，所以写了一首诗歌叫《观刈麦》。

《观刈麦》主要讲了三个人：

第一个人是位农夫，作为家庭的主要劳动力，他很早就到田地里收麦子，中午时分，暑气熏蒸，背灼炎日，但是这位农夫表示，我即使用尽全力也不嫌热，只希望这炎炎夏日能够长久一些，让我把庄家收完。

第二位是农夫的妻子，她也不轻松，胳膊抱着孩子，还得挎个篮子捡麦穗。用得着这么辛苦么？农妇说，家里的粮食都要缴税，我得靠这些拾捡的麦穗给全家人充饥啊。

第三个人是白居易自己。他反问自己，我有什么功德可以不用干种田养蚕那么辛苦的活儿，却能享用三百石的俸禄，年底还能有些许余粮？这样一反问自己，竟然让这位诗人觉得羞愧和耿耿于怀。

读完这首诗，你会发现，李绅对农夫的态度主要是“同情”，除了觉得粮食来之不易之外，他并没有想太多。可是白居易一下子就把自己也“陷”进去了，农民那么辛苦地劳动，把收割的粮食都交给了我们统治者，可是我们除了收税还干了什么？

白居易写诗有两种方式非常让人钦佩，一是对比，这当然是老杜“朱门酒肉臭，路有冻死骨”的传统了；二是变换，同一件事情，当事人和旁观者总会得出不同的看法，而且一旦从自己的角度来看问题，他又习惯性地反观到自身。

这也许就是《长恨歌》究竟“恨”什么一直存在争议的原因吧。李隆基有李隆基的恨，杨玉怀有杨玉怀的恨，老百姓有老百姓的恨，白居易有白居易的恨——这一切在《长恨歌》的缠绵叙述中不断变换和发展，你总能找到令你感受

最深的一种恨。

当然，白居易不管是从什么角度出发，总是有一个底线，那就是谁吃了亏就替谁说话。

4

贞元、元和年间，白居易在长安生活，期间他写了一组诗歌，叫《秦中吟》，一共包括10首诗歌，都是讽喻诗。

其中，《议婚》是白居易有感于当时的婚姻状况写的一首诗歌，他看到，当时的人们普遍喜欢攀高结富，“贫为时所弃，富为时所趋”，以至于长相上差不多的女孩子，贫富差距竟成了婚姻的决定因素。

白居易对这种婚姻观质疑道：“富家女易嫁，嫁早轻其夫。贫家女难嫁，嫁晚孝于姑。闻君欲娶妇，娶妇意何如？”

假如容易嫁出去的富家女结婚后对丈夫不屑一顾，而难嫁的贫家女嫁出去之后对婆婆非常孝顺，请问您要是娶老婆的话会如何考虑呢？

白居易如果生活在今天，类似的质问恐怕还是不可避免。究竟是有车有房有工作重要，还是有理想有道德有文化有纪律重要？大家恐怕不会那

么容易做出选择，因为如果不把前面的“三有”和后面的“四有”排列组合一番，总不会太甘心。

5

《秦中吟》中的每一首诗歌几乎都值得一提。其中，《重赋》仅从题目就可以看出白居易要对当时的赋税状况大发愤怒了。

这首诗歌提出了地方官员的政绩和老百姓的富裕之间的矛盾——这两者本来没有矛盾，但是地方官员的动机不纯，他们为了GDP要脸不要“命”（要别人的命，有时候自己太过分也会要了自己的命）。

地方官员为了讨好上级巧立名目，大肆搜刮聚敛，以“羨余”（即赋税之盈余）的名义向皇帝进贡，从而得到加官晋爵的机会。

群众则为了地方官员们的表演付出了惨重的代价：在重税压迫下衣不蔽体，食不果腹，困苦不堪。

很多制度的执行似乎总是在“中央政府—地方官员—群众”的中间环节出现问题，地方官员一旦开始尽兴表演，整个政治制度都注定会沦为玩笑。

这就像老百姓的一扇窗户，地方官员砸了玻璃，中央政府问起来他会说：“你看，这块玻璃多明亮，啥都看得清清楚楚。”中央政府一看，“哇，真的很和谐，你们都做得不错。”好吧，挨冻受冷的不还是老百姓么。

6

白居易看到什么写什么，他的讽喻让统治者很不爽。

达官贵人们大兴土木、建造豪宅。白居易说，兴建豪宅的钱省下来救济贫民不是更好？（《伤宅》）

——人家有钱投资点儿房地产你就不高兴？

朝廷大龄官员老眼昏花，可是仍然“爱富贵”“恋君恩”。（《不致仕》）白居易说，你们应该退休，给年轻人让位子啊！

——这又是得罪人的观点，你怎么能这样不尊重人家“老不死”嘛！

宦宦之家喜欢立碑夸耀门第，歌功颂德。白居易又表示不能苟同这种做法，他认为立碑“谀墓”不能名留千古，不如施行仁政；品德高尚的人没有碑文不是照样留名后世？（《立碑》）

——给死人说点好话有什么不好，这都反对？就别把仁政、品德那一套拿来教育老子啦。

宦官们一个个香车宝马，穿着朝廷的官服尽是应酬、赴宴，一天大餐吃个没完没了，而且吃饱了还更加盛气凌人。（《轻肥》）这次，白居易只说了一句话：“是岁江南旱，衢州人食人！”

——人家都是不完整的男人，就吃点东西显摆显摆你就受不了啦？拿出“人吃人”来吓唬人？

你看看，白居易对统治者们哪有一句好话？

元和十年（公元815年）六月，白居易因为在政坛的尔虞我诈中得罪了人，也因为他一直在用讽喻诗的方式说当权者的不是，被贬江州司马。从此，白居易过着“大隐隐于仕途”的生活，在地方上一边做官，一边写写文章喝喝酒。

7

元和十一年（公元816年）秋天的一天，草木索索，白居易送客湓浦（pén pǔ）口，遇到一位琵琶女，于是写了后来广为流传的《琵琶行》。

一场意外相遇怎么会让白



白居易故居

居易到最后竟泣不成声？

答案很简单：一位是失意文人，一位是失落歌女，他们“同是天涯沦落人”。

我在前文就说过，白居易喜欢做比较，喜欢变换角度，还会有意反观自身。这次的有感而发当然是“换位思考”的结果。

一开始，白居易和他的客人大概只是觉得离别之际、痛饮之时，应该有点音乐做点缀，于是把正好碰上的琵琶女请到客船上为大家的别宴助兴，谁知琵琶女演奏的《霓裳》和《绿腰》让白居易大为惊讶，一方面是因为琵琶女的技艺，一方面是因为他从琵琶声中听到了琵琶女坎坷的一生，也“听到”了他自己惨淡

的过往。

在白居易听来，琵琶女的演奏无非是要表达两方面的内容：

第一，“似诉平生不得意”，也就是说琵琶曲是琵琶女失意的人生经历的一种表达，所谓“低眉信手续续弹，说尽心中无限事”。

此时的白居易贬谪为江州司马，江州是“蛮瘴之地”，司马又是闲置之职，对这位忧国忧民、胸怀大志的读书人来说，这当然是失意非常了。白居易一边听着琵琶声，一边回忆自己的过往，不可能不感伤。

第二，“别有幽愁暗恨生”，在白居易听来，琵琶女的演奏中暗含了一些深沉的忧

愁和怨恨。

此时白居易已经了解到这位琵琶女原也是从长安流落至此，曾经在长安时，她跟穆、曹两位著名的琵琶师学习过，算是歌女中的佼佼者，但是如今年长色衰，委身商人，这中间的落差给她带来的忧愁常人如何能体会得到。

白居易，曾经是翰林学士，曾经草拟诏书、参与国政，是“书生意气，挥斥方遒”的年纪，可是一场场官场的尔虞我诈之后，如今，雪染双鬓的他不过是贬谪在他乡的落魄文人而已。他能够听懂琵琶女的琵琶声中幽咽絮叨的愁思，因为这让他想起自己的愁思啊。

所以，听完了琵琶女自述身世，白居易深感“同是天涯沦落人，相逢何必曾相识”，贬谪以来，他也听了不少杂乱、繁碎的“山歌村笛”，可是哪儿有琵琶女演奏的来自京城音乐更让他觉得亲切和感动。

白居易很快就作了一首《琵琶行》，并邀请琵琶女为他演奏。这一弹不要紧，感动得船宴在座的所有人都掩面哭泣。而白居易自认为流泪最多，连青衫都湿了一大片。