

关晓彤被中医把脉引热议

仅凭脉诊易误诊 “四诊合参”才靠谱

演员关晓彤因出演过《一仆二主》、《大丈夫》、《好先生》等影视剧而被广大观众所熟知，还获得了“国民闺女”的称号。近日，关晓彤在参加湖南某台的综艺节目时被中医嘉宾把脉，而医生为她把脉时的细节和最后对她的诊断也引起了观众和粉丝的热议。

太紧张会“切”不准吗？

节目中，医生看到关晓彤非常紧张，就安慰她不要太紧张，紧张的话脉象就会不准，为什么这么说呢？

中医诊病需要“四诊合参”，所谓“四诊”就是指望、闻、问、切四种中医基本功。其中，脉诊是中医辨证的一个重要依据，切脉时，医师一般是用食指、中指和无名指的指腹按在患者手腕部位的动脉，根据动脉搏动的显现部位（深、浅）、速率（快、慢）、强度（有力、无力）、节律（整齐与否、有无歇止）和形态等，以了解疾病内在的变化，对分析疾病的原因、推断疾病的变化、判断疾病的预后等都具有重要的临床意义。

中医认为，“脉为血之府”，贯通全身，所以，脏腑发生病变往往会反映在脉象上，有时甚至在症状出现之前，脉象就已经发生了改变。而情绪过度紧张会导致脉象不稳，以致不能客观反映身体的健康状况，正如《素问·脉要精微论》中强调“诊脉常平且”，这跟西医测量血压之前，必须在患者比较平静的状态下测量是一样的。

把脉时应该保持什么体位？

可能是因为节目场地的限制，医生给嘉宾们把脉时都是站着的，但实际上，中医把脉是很有讲究的，尤其是对于体位的要求。

一般来说，患者把脉时都应该取坐位或仰卧位，使前臂与其心脏处于同一水平，手掌向上，前臂平放，以使血流通顺，其他体位会影响局部气血的运行而影响脉象。

把脉一般是取寸口脉，即手腕部的桡侧，寸口脉又分为寸、关、

尺三部。把手平伸出来，自然放在桌子上，手腕拇指侧会看到一个突起的骨头，医者将中指指腹放在这个突起上，这个部位即为“关”；食指和无名指分别放两侧，关上（手掌方向）为“寸”，关下（手臂方向）为“尺”。三个手指的疏密可根据患者的高矮略微不同，高的话疏一点，也就是三个手指的稍微隔开一些，矮的话手指就放紧一点。切诊时，三指要同时切脉，用力要平衡，由轻到重，分为浮取、中取、沉取三种指力，诊脉时间应不少于1分钟。

把脉真的能把出“喜脉”？

医生给关晓彤把脉时还逗趣地问现场的观众：“你们希望我把一个什么脉来？”而在给其他男嘉宾把脉时，主持人还调侃道：“不会把出怀孕来吧？”引得全场嘉宾和观众大笑。中医的脉诊真的能判断女性是否怀孕吗？

怀孕的人的确会出现一种特殊的脉象，中医称之为“滑脉”，《脉经》中对这种脉象的描述是“往来流利，应指圆滑，如珠滚玉盘之状”，把脉时，会感觉有一排气泡，或者一个小铁珠依次经过把脉者的无名指、中指和食指，速度较快，一个接着一个，且跳动有力。这是因为女性怀孕后，体内的血流量会比平时增加20%以上，因而出现与常人不同的脉象。

但需要提醒的是，出现滑脉不一定就是怀孕。因为正常情况下或者某些疾病也可能出现滑脉，如痰饮、食滞、实热等证都可能出现滑脉。因



此，中医诊断是否怀孕或者其他疾病时，不能仅仅依靠切脉，而是需要结合“望、闻、问”综合判断。

气血两虚是怎么回事？

中医给关晓彤把脉之后的诊断是典型的气血两虚。什么是气血两虚？中医该如何调理呢？

气血两虚为中医证候名，亦称气血两亏，是指气血均亏损不足的证候。气血两虚，则脏腑经络、形体官窍失之濡养，各种机能失之推动及调节，故可出现不荣或不用的病证，临床上主要表现为面色淡白或萎黄、少气懒言、疲乏无力、形体瘦怯、心悸失眠、肌肤干燥、肢体麻木等。

气血两虚的人，中医可用八珍汤或者以八珍汤为主方的膏方来进行调理。八珍汤又名八珍散，为常用的补益剂，由补血名方“四物汤”（当归、熟地黄、川芎、白芍）和补气名方“四君子汤”（人参、茯苓、白术、炙甘草）组成，具有气血双补的功效。方中的人参与熟地相配，益气养血；白术、茯苓健脾渗湿，助人参益气补脾；当归、白芍养血和营，助熟地滋养心肝；川芎活血行气，使地、归、芍补而不滞；炙甘草益气和中，调和诸药。

南京市中西医结合医院脉管病科副主任中医师 赵有利
中医妇科副主任中医师 王俊兰
(杨璞 整理)

五加皮 升压降压两不误

前段时间，张女士和她老公都因头昏、颈背部酸痛等症状去某中医院就诊，可医生检查后说张女士是低血压引起，她老公则是高血压引起，但给他俩开出的处方却同样是“五加皮”。周女士有点不明白，为什么她和老公的病因不同，医生却给他们开了同一种药呢？医生解释说，这是因为五加皮既能升压又能降压。

五加皮又名白刺、目骨、追风使、南五加皮，性温，味辛、苦，有祛风湿、补肝肾、强筋骨、活血脉等功效，可用于治疗风寒湿痹、腰膝疼痛、筋骨痿软、小儿行迟、

体虚羸弱、跌打损伤、骨折、水肿、脚气、阴下湿痒等症。

现代研究发现，五加皮中含有的挥发油（4-甲基水杨醛等）、鞣质、右旋芝麻素、硬脂酸、棕榈酸、亚麻酸、木脂素苷类等，对异常的血压都有使其正常化的倾向，也就是说，五加皮既能使高血压降低，又能使低血压升高。

中药的双向调节作用，主要表现为同一种中药可调节截然相反的两种病理状态，当然，中药发挥双向调节作用还与其使用剂量、适应人群等有关。有类似作用的中药还

有很多，如益母草既能调经止血、又可活血通经；白术既能治疗腹泻，又能治疗便秘；川芎小剂量能使受孕子宫收缩加强，而大剂量则抑制子宫收缩；桂枝配麻黄能增强发汗解表作用，而配白芍却可达收敛止汗的效果。

值得注意的是，现在使用的五加皮有“南北”之分，北五加皮为萝藦科植物杠柳的根皮，有毒，《中国药典》以“香加皮”之名收入；而南五加皮与北五加皮科属不同，功效有异，两者不应混用。

安徽省中医院 王金山

■千家药方

中风后
口眼歪斜外敷方

制马前子 50 克，芫花 20 克，雄黄、川乌、白胡椒各 3 克，胆南星、白附子各 6 克，上药研末后混合备用。每次取药末 10 克，用白酒调成糊状，分别贴于神阙、牵正两个穴位上，每 2 日更换 1 次，10 日为 1 个疗程。

治失音症验方

清半夏 20 克，加水 100 毫升，煎成 60 毫升左右药液，冷却后加米醋 10 毫升，生鸡蛋清 1 枚，搅匀，徐徐含咽，每日 1 剂，一般 2-3 剂可愈。此方适用于痰火互结之实证失音者。

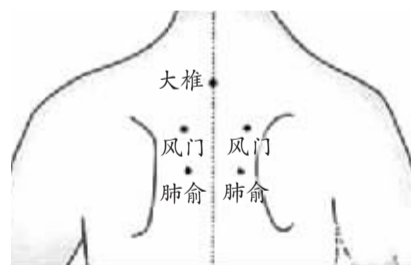
治急性乳腺炎方

大黄 20 克，芒硝 60 克，乳香、没药各 8 克，蒲公英 15 克，冰片 10 克，共研末后装瓶备用。每次取适量用鸡蛋清调成糊状，外敷患处，外用纱布包扎固定，24 小时换药 1 次，一般 4 天即可见效。

山东省沂南中医院
副主任医师 李祥农

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

风寒咳嗽
就用生姜水擦背

“立冬”后，天气会明显变得寒冷起来，小儿稍不注意就容易引起风寒感冒，出现发热、咳嗽、流鼻涕、舌苔白等症状，针对风寒感冒引起的咳嗽，有一个简单无副作用的好方法就是“生姜汁擦背”。

具体方法：生姜适量研末取汁，兑一半温开水，将兑好的生姜汁在小儿背部肺俞穴（第3胸椎旁开1.5寸）、大椎穴、风门穴（第2胸椎旁开1.5寸）反复擦拭，直到背部发红为止，事后用温水洗净擦干，如孩子不能耐受，请随时用温水擦干净。

这些穴位都有补益肺气、宣散风寒的作用，加之生姜汁温肺化饮，可增强温宣肺气、疏散风寒的功效，有很好的止咳作用，家长不妨一试。

吕若琦