

自制“胶囊中药”弊端多

最近,有一些中药房推出了代客加工“胶囊中药”的服务,起因是不少白领为了美容减肥等需要,请中医师搭脉开了方,但因工作忙时间紧,煎制服用不便,就让药房帮助加工粉碎,再装入胶囊,随身携带长期服用。许多人见此捷径,也纷纷仿效这“懒办法”。

据南京东南大学附属中大医院中医内科王长松博士介

绍,把中药饮片直接粉碎成粗末,装入胶囊直接服用,很不科学。首先,将中药饮片打碎了之后,中药没有经过浸泡、杀菌、消毒,很难保证人食用后是否安全,因为它没有正规胶囊制作的一系列消毒流程;其次,有些饮片质地坚硬,有的甚至是矿物质,将中药直接打成粉末,不经过煎煮,一些有效成分就很难提取出来;再次,有的人对硬的胶囊比较敏

感,尤其是本身有胃部不适的,容易伤其胃;最后,由于是将中药打成粉末状,有些商家为了让患者病情有立竿见影的效果,往往会在胶囊里加入西药,而这是不允许的。尤其须警惕的是,如果商家吹嘘每次只需吞服1—2颗,效果就很好,那很可能里面掺入了西药,因为如果是纯中药,常规会让患者每次服用6—7颗,其效果还不太明显。

为了满足一些白领免煎中药的需要,可以用以下几种方法代替。首先可以用中药颗粒剂代替,就如冲泡咖啡式的开水冲服即可;其次让有经验的医生,根据每个人不同的体质、不同的症状配置蜜丸或水丸。这两种替代方法的好处是,整个制作过程,能将有效的成分提取出来,能将不易煎煮的中药粉碎,确保了用药安全。

崔玉艳

中医忌口六类食物

中医在病期饮食禁忌(俗称忌口)方面,积累了很多经验,并有系统的理论指导。根据中医文献记载,可把患病期间所忌口的食物概括为以下六大类:

1.生冷类食物 冷饮、冷食,大量的生食蔬菜和水果等,为脾胃虚寒腹泻患者所忌。

2.粘滑类食物 糯米、大麦、小麦等所制的米面食品等,为脾虚、食欲不振、消化不良,或外感初起患者所忌。

3.油腻类食物 荤油、肥肉、油煎炸食品、乳制品(奶、酥油、酸奶)等,为食欲不振或痰多患者所忌。

4.腥膻类食物 海鱼、无鳞鱼(平鱼、巴鱼、带鱼、比目鱼、鲶鱼、泥鳅、鳝鱼等)、虾、蟹、海味(干贝、淡菜、鲍鱼等)、羊肉、狗肉、鹿肉等,为外感风热症、痰热症、斑、疹、疮、疡等皮肤病患者所忌。

5.辛辣类食物 葱、姜、蒜、辣椒、花椒、韭菜、酒、烟等,为内热症患者所忌。

6.发物类食物 指能引起旧疾复发,新病增重的食物。除上述腥、膻、辛辣等食物外,尚有一些特殊的食物,如荞麦、豆芽、苜蓿、鹅肉、鸡头、鸭头、猪头、驴头肉等,为哮喘、痉挛抽搐以及皮肤病等患者所忌。

山东省聊城市人民医院
副主任医师 谷万里

十大中医之祖(下)

药王——孙思邈 唐朝京兆华原(今陕西耀县)人,医德高尚,医术精湛。因治愈唐太宗、唐太后头痛病,宫廷要留他做御医,他扯谎采“长生不老药”献皇上,偷跑了。监视人谎报采药时摔死,太宗封孙思邈为药王。

儿科之祖——钱乙 字仲阳,北宋郓州(今山东东平)人。著《小儿药证直诀》,共三卷。以脏腑病理学说立论,根据其虚实寒热而立法处方,比较系统地作出了辨证论治的范例。

法医之祖——宋慈 宋朝福建人。1247年总结宋代前法医方面的经验及他本人四任法官的心得,写成《洗冤集录》,是世界上最早的法医学著作。

药圣——李时珍 字东壁,号濒湖,明朝蕲州(今湖北蕲春)人。长期上山采药,深入民间,参考历代医书800余种,经27年的艰苦,著成《本草纲目》,所载药物共1758种,被译为日、法、德、俄等国文字。

《医宗金鉴》总修官——吴谦 字文吉,清朝安徽歙县人。乾隆时为太医院院判。《医宗金鉴》是清代御制钦定的一部综合性医书,全书90卷;它是我国综合性中医医书最完善又最简要的一种。周向前

■成语填空猜中药

1. ()弟之好 ()衣之交
 2. 茫茫苦() 雕镂()绘
 3. 罄()难书 含辛()苦
- (答案见下周)

上周答案

1. 白芥——白芥子,别名白芥。本品为温化寒痰药。入药用植物白芥的种子。具有温肺化痰,利气散结,通络止痛之功。
2. 桔梗——本品为清热化痰药。入药用植物桔梗的根。具有开宣肺气,祛痰,排脓之功。
3. 前胡——本品为清热化痰药。入药用植物前胡的根。具有降气化痰,宣散风热之功。

长沙 徐俊本

湖南博雅文化商务有限公司

独家买断
本报刊头

联系电话: 0731-84313877 联系人: 张小娟

杜仲叶抗衰老

人体衰老的主要特征即蛋白质尤其是胶原蛋白合成减慢,角质层更新速度也随之减慢。日本学者研究证明,中药杜仲叶与杜仲皮所含化学成分极为相近,其药理作用也相近。

杜仲叶热水提取物能刺激假老龄模型大鼠的胶原合成。他们又对杜仲叶的甲醇提取物进行了研究,证明能抑制衰老过程。进一步研究证明,杜仲叶与人参合用有协同效应,在各

种配伍比例中,人参与杜仲叶以1:3的比例配伍在刺激胶原合成及抑制老龄大鼠蛋白质代谢减少方面最有效。

常虹



钩藤散治痴呆

日本和汉药物研究所对139例脑血管性痴呆患者分别给予钩藤散与安慰剂(每日75克,分3次服)对照治疗。结果服用钩藤散的患者主动会话及读书、计算能力等精神症状,以及独

立穿脱衣服、大小便日常生活活动障碍的全面改善率,在服药后第8周、第12周明显高于安慰剂组。

该所专家认为,钩藤散对脑血管性痴呆有效可能是由于它可以改善多发性

脑梗塞患者的眼球结膜微循环。钩藤散含有大量的谷氨酸,可以抑制脑细胞死亡。日本另有研究表明,钩藤散有平缓的降压作用,对高血压及其伴随症状的治疗有效。

卫史文

■岐黄传奇

相传很久以前,湘西有个老郎中膝下老子,只有一个聪明貌美的女儿,转眼间女儿到了婚嫁妙龄。老郎中怕自己的医术无人继承,又舍不得女儿离开自己,于是便与女儿商定,以药联择婿。

他出的上联是:
金叶银花一条根;
药联贴出后,远近不少

药联择婿

怀化 刘光泉

求婚者乘兴而来,但由于想不出下联,只得扫兴而归。一天,来了个年轻人,只见他看完上联后略加思索,上前便挥笔写出了下联:

冬虫夏草九重皮。
老郎中见这后生出手不凡,非常高兴。当即又在门旁题了句上联:
听徐长卿奏黄芩(琴)沉

香阁内曲曲惊云母;
年轻人写出下联:
闻女贞子弹枇杷(琵琶)防风屏前声声动天仙。
在场的人见这后生满腹文才,无不拍手喝彩,老郎中更是喜上眉梢,赶紧将年轻人让到家中,择了良辰吉日,张灯结彩,成全了这年轻人和女儿的婚事。

“金三角”方案一级预防心脑血管病

金钟鸣

心脑血管病的一级预防,是针对没有发生心脑血管病的高危人群的预防,高危人群包括高血脂、高血压、糖尿病、吸烟、肥胖等人群。美国哈佛大学研究发现,对高危人群实行一级预防,可以使脑梗塞发生率减少85%,冠心病发生率减少75%。

高危人群之所以容易发生心脑血管病,是因为血管内皮极易受到高血脂、高血压、糖尿病以及吸烟等因素的影响而受损。人体的血管内皮就如同河堤的护坡一样,护坡在河水的不断侵蚀下会出现塌陷、管涌,进而堵塞河水的畅行。血管内皮在高血压、高血脂、糖尿病、吸烟等因素的影响下,也会变得表面坑坑洼洼,不

再平整光滑连续,血液中升高的脂质、凝集的血小板等就会附着在受损的血管壁上,逐渐形成粥样硬化斑块堵塞血管,影响心脑血管的血液供应,引发心脑血管病。

心脑血管病一级预防的关键就是保护血管内皮,避免斑块在血管内形成,使心脑血管的血液供应保持畅通,这样就能避免冠心病、脑梗塞发生。最近,国内医学界倡导一级预防的“金三角”方案,所谓“金三角”方案就是他汀类药物+阿司匹林+通心络胶囊,三药合用,可以保护血管内皮,防止心脑血管病发生。其中,他汀类药物能降低血脂,阿司匹林抗凝,通心络胶囊与他汀类药物组合可以增强降脂效应,与阿司匹林组合可以增强抗

凝、降低血液黏稠度的效果,并能明显改善阿司匹林抵抗,据统计长期服用阿司匹林有24%的人失效,这就是阿司匹林抵抗,而同服通心络后,可以继续让阿司匹林发挥作用。还有一部分人长期应用阿司匹林引起胃肠道出血,应用他汀类药物引起了肝功能异常。这种情况下,单用通心络胶囊仍可起到较好地降脂抗凝、抗炎效果。国内外许多研究资料表明,通心络胶囊更大的优势在于保护血管内皮,解除血管痉挛,抑制斑块形成,疏通心脑血管。

医学专家们认为,三药同用的“金三角”方案,对于高危人群发生冠心病、脑梗塞的预防意义重大,但一定要长期坚持服用。

■千家药方

罗布麻降压三方

罗布麻,又名红麻、野麻、茶叶花,为夹竹桃科植物罗布麻的全草。本品性味甘、苦、凉,有清火降压,强心利尿之功,适用于心脏病、高血压、神经衰弱、肝炎腹胀、肾炎浮肿。现介绍几则治疗方,供选用。

红麻决明茶 罗布麻10克,决明子15克。决明子用火炒至微黄,与罗布麻同置茶壶中,沸水泡15分钟,代茶频饮。可清热平肝,强心利尿。适用于肝阳上亢型高血压合并冠心病或肾实质病变者,临床上多见头晕目眩、烦躁失眠、湿热所致小便不利或水肿等症。

罗布麻降压汤 罗布麻叶、夜交藤、丹参、钩藤各30克。水煎取汁,候温时足浴,每日1~2次,每次10~15分钟,每日1剂,连续7~10天。可平肝潜阳,清火熄风。适用于高血压伴眩晕耳鸣、头痛且胀,每因烦恼或恼怒而头晕、头痛加剧,面时潮红,急躁易怒,少寐多梦,口苦,舌质红,苔黄,脉弦等。

罗布麻汤 罗布麻15克,稀荬草、红花、三七、水蛭各30克。水煎取汁,候温时足浴,每日1~2次,每次10~15分钟,每日1剂,连续7~10天。可平肝潜阳,熄风通络。适用于中风后半身不遂,患侧僵硬拘挛,头痛头晕,面赤耳鸣,大便秘结,小便短黄,失眠多梦,舌红苔黄,脉弦滑等。

湖北省远安县中医院
主任医师 胡献国 献方

■友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。