

家庭中医药

常生气 伤身体

人有七情六欲，谁没有生过气呢？但是，经常生气不但影响人际关系，更会对人的身体尤其是女性的身体产生伤害。那么，生气后怎么把危害减到最小呢？中药擅长调整情志，对症选用中药泡茶可事半功倍。

中药泡茶 减轻危害



地骨皮 + 桑白皮 生气容易导致气滞，气滞则激素分泌紊乱，从而使皮肤长出出色斑，让人容颜憔悴、双眼浮肿、皱纹多生。应用地骨皮、桑白皮各3克，泡水代茶饮，不但具有开肺气、顺肝气的作用，而且具有美白肌肤的作用。

川楝子 + 醋元胡 生气能损伤胃气，使人不思饮食，久之必致胃肠消化功能紊乱。此时应用川楝子、醋元胡各5克，煎汤代茶，不但可以调理胃气，且能改善胃肠道血液循环，增进食欲。



玫瑰花 + 牛膝 生气时会使血液上行，损坏脑血管内皮细胞，加快脑细胞衰老，同时易使人做出鲁莽或过激举动，严重者气血上冲，还会导致脑溢血。这时饮用玫瑰花和牛膝煎的汤，不但能活血理气，且能引血下行，缓解生气对脑的损害。

川芎 + 丹参 生气会引发心跳加快，长期生气易致心律不规律。此时服用中药川芎加丹参，不但能顺心气，且能改善心脏跳动的节律，使心脏趋于平缓。

柴胡 + 白芍 生气伤肝，人处于气愤郁闷状态时，可致肝气不畅、肝部疼痛。此时服用中药柴胡和白芍，不但可以疏肝、柔肝理气，还可以减轻肝区胀闷不适，改善愁闷情志。

温州市中医院 董飞侠

中医常识

君臣佐使是中医方剂学术语，是方药配伍组成的基本原则。方药中的君药、臣药、佐药、使药其实就类似于朝政体系。

一个国家，君主最重要，“一山不能容二虎”，所以，一个国家也只有一个君主。在方子中，君药就是在治病中针对主病或者疾病的主要方面起主要治疗作用的药物，一般也只会有一味，药力大，份量重。有的治疗方药中有两味甚至三味君药，这样配置君药就体现了强强联手，增强疗效。

一个好汉三个帮，君主的帮手就是大臣。在方子中，臣药就是帮助君药，加强君药的作用，或者治疗兼病、兼症的药物。一般臣药稍多于君药，药力以及份量轻于君药。朝廷中还有不少佐助政事的人。方子中的佐药就是加强君药和臣药的作用，或者消除君药和臣药的毒烈之性。佐药一般数量较多，份量较轻。

“两国交战，不杀来使”。在古代，国家都配有使者，专门负责两国信息的沟通和关系的协调。有的方子中也有使药。使药就是我们常说的“药引子”，可以引药力直达病患之处，或者调和诸药。使药一般就一、两味，份量也较轻。鲁迅先生曾经在小说《药》中提到的“人血馒头”就是被华老栓当作“药引子”来治疗小栓的肺结核。当然，这是没有中医依据的，就像鲁迅先生曾经提到的用“原配的蟋蟀”作药引子一样，纯属文学创作的需要。

中药配方·君臣佐使

千家药方

莱菔子祛黄褐斑

莱菔子用小火炒，炒至略焦且闻有香气时取出，稍冷时去皮取仁，碾碎。饭前冲服，每日2-3次，每次6-9克，1个月为1疗程，可连服2-3个疗程。

成都中医药大学副研究员 蒲昭和献方

减少老年斑简方

1、杏仁适量，去皮捣成泥状，与鸡蛋清调匀，涂患处，半小时后用温水洗净。

2、茯苓适量，研成细末，与鸡蛋清调匀后涂患处，涂患处，半小时后用温水洗去。

李祥农主治医师献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

岐黄传奇

医圣仲景改名“偷艺”

四川 叶乃卫

医圣张仲景从师于同乡张伯祖，学成从业后仍敬尊同行。他曾乔装改名，谦恭求学，受到同道高度评价。

有一年，仲景收到弟弟一封书信，知道弟在外做生意，身上长了一个大痈疮，被襄阳一位姓王的名医治好了。信中还介绍了王名中医是中医外科“神人”，治病有绝招。仲景远在南阳，欲求王名医之医技，拜其为师，来丰富自己的外科技术。

主意已定，仲景不顾长途劳累，第二天便赶至襄阳。在同济药堂的大门，站着一位身背行李，手拿雨伞的年轻后生。主人王先生出来相见，仲景自我介绍来意：“我从河南而来，生活没有着落，请贵店收留我当个伙计吧！”王先生见年轻人利落，思维敏捷，便同意收他当个炮制药材的伙计。由于他聪明好学，没有几天，王先生便将他换到前店柜台当司药，他边司药边暗中留心王名医给人治病的情况。

有一天，有位老者到药堂说他儿子患急腹痛，特来请王名医给出治疗，王先生去了半时辰，老者便拿方来配药，仲景见药方内有味毒性药为驱虫，知道病人腹内有虫，但又见该药量过轻，迟疑片刻，随即照方配

齐。

不久，王先生回来了，准备去歇息，仲景急忙上前道：“先生慢走，病人还会来请的。”王先生惊奇地说：“病人已诊，药已取回，他还来干什么？”仲景说：“恕学生直言，方中毒性药虽有死肠中虫子的作用，但毕竟量太轻只能将虫毒昏而已。”话音刚落，那位老者果然又来了，说：“王先生，不得了啦，儿子吃药后仍痛得死去活来，你快去救救吧！”于是，王先生又赶到病家，仍为虫厥，依允仲景之言，将有毒性的药加大剂量，病人服药后，晚上排出一条尺余长大虫，虫去痛止，转危为安。

王先生甚感纳闷，问仲景到底是干什么的，为何有这样高深见解？仲景不慌不忙地说：“学生姓张名仲景，又名张机，前慕名求学外科绝技，故到王先生门下拜师做徒弟来了！”王先生早已闻仲景的大名，急说：“哎哟哟，可不敢当，不敢当！后生可畏，惭愧啊！”此时仲景已跪拜王先生。王先生深受感动，把毕生外科经验传授给仲景。从此，年轻的仲景名声更加卓著。数年后，终成一代名医巨匠。

肺科良药夏枯草

夏枯草，为唇形科植物夏枯草的干燥果穗。各地常见，生长在荒地或路旁草丛中。苦辛，性寒。能清肝，散结。治瘰疬、癭瘤、乳痈、乳癌等。夏枯草为肺科良药，下面介绍三方。

1、治肺门淋巴结核 夏枯草、猫爪草各30克，川芎12克，水煎服，每日1剂，连服2个月。

2、治肺结核、支气管扩张之顽固性咯血 夏枯草30克，百部20克，黄芩、炙杏仁、代赭石各12克。水煎服，每日1剂。

3、治渗出性胸膜炎 夏枯草30-50克，鱼腥草15克，葶苈子、川芎各12克，大枣10枚。水煎服，每日1剂。均可取得良好治疗效果。

陈修源

慢性心衰治疗的新思路

河北省中西医结合医药研究院 高怀林 博士

慢性心衰可以说是大部分心脏疾病的终点，不管是高血压心脏病、风湿性心脏病、还是心肌病，最终往往都会发展为慢性心衰。临床上慢性心衰患者主要表现为心慌、气短、呼吸困难、夜睡不能平卧、下肢浮肿、乏力等症状，严重者可危及生命。

随着医学的发展，人们对慢性心衰的认识不断深入。现代医学研究发现，慢性心衰之所以发病，根本就在于人体神经内分泌的过度激活，以及心脏变大，形态发生改变，也就是医学上所说的“心室重构”，只有解决这两个问题，慢性心衰才能得到根本改善。

治疗理念的更新，带动了治疗药物的改变。过去治疗慢性心衰的主要药物是地高辛、速尿等，以强心、利尿、扩血管为主，现在普通使用倍他乐克等受体阻滞剂，用于改善神经内分泌的过度

激活。心衰是一个长期疾病，但是这类药物长期使用却受到限制，如减慢心率，引起心律失常等。那么有没有同时对心室重构和神经内分泌激活具有双重作用又安全的药物呢？

医学专家纷纷把眼光转向整体治疗的中药。治疗慢性心衰的现代特色中药芪苈强心胶囊集益气养心、活血通络、利水消肿药于一身，其中人参、黄芪、附子等益气养心药物能增强心脏舒缩功能；葶苈子、泽泻等利水消肿药物能够消水肿、通小便，减轻心脏的负担，中药利尿的最大特点是不会引起脱水和电解质紊乱；丹参、红花等活血通络药物可以扩张血管，改善心脏的血液供应，减轻周围血管阻力。芪苈强心胶囊既可以强心、利尿、扩血管治疗心衰出现的尿少、水肿、气喘不能平卧，又可以抑制神经内分泌过度激活，减轻心室重构，从根本上改善衰竭的心脏功能。

糖尿病的最后一站

重大消息：纯中药【三十六味消渴胶囊】(国药准字B20020668)被国家卫生部指定为世界糖尿病日的糖尿病专用药品，其独特疗效被糖尿病患者所公认，在国内，【三十六味消渴胶囊】也被权威专家认定为治疗糖尿病安全、有效、放心、值得信赖的药品。

【三十六味消渴胶囊】疗效验证
 [1]服用7-10天血、尿、糖平稳恢复正常。
 [2]服用15-20天血、尿、糖正常外，并发生明显减轻。
 [3]服用30-60天胰岛β细胞恢复正常分泌功能。
 [4]康复期：糖尿病及其并发症症状完全消失。
 良心药、放心药、不怕您验证。如您对本产品有任何疑问，可网上查询。

特别提示：纯中药【三十六味消渴胶囊】由国家质检部门、中国保护消费者权益基金会提供防伪标识，如发现患者服药7-10天无效者，凭药盒无条件原款退回，康复后10年内如有复发可凭购药发票免费指导治疗直到康复。

凡购买【三十六味消渴胶囊】的患者均可享受国家政策补贴，原价一疗程429元【30天用量】，补贴后一疗程120元【邮局汇款免邮资——货到付款另加40元】

咨询 010-81836142
 电话 010-81836143
 全国销售地址：北京大学糖尿病研究中心
 邮编通信地址：北京市东城区100021
 信箱7分箱专家对外部
 联系人：张志蓉教授 邮编：100021