

身边的名中医
(16)

遵中医理法 攻疑难杂症

去年12月30日，湖南长沙举行了一场高规格的全省中医药大会，会上58人喜获“湖南省名中医”称号并接受颁奖，其中就有湘乡市中医医院院长、主任医师赵玲瑜。赵玲瑜毕业于湖南中医药大学，系国医大师中国科学院首届学部委员刘志明、国家级名老中医袁长津学术继承人，第四批湖南省名中医，“湖南省基层老中医药专家学术经验继承工作”指导老师，湘潭市首批高层次人才、湘潭市第二批第三批名中医。

工作三十余年来，赵玲瑜积累了良好的医学理论功底和丰富的临床经验，尤其擅长中医治疗糖尿病、胃肠疾病、疑难杂症和亚健康调理。总结出化浊利湿清热的连曲运脾方（以黄连、神曲、荷叶等为主药）治疗糖尿病初期或者糖耐量异常代谢综合征，薯蓣地黄汤治疗糖尿病后期脾肾亏虚全身机能衰退，麻痛活络散治疗糖尿病周围神经病变，黄芪乌贝散治疗慢性胃炎胃溃疡等均取得了很好的疗效；在疑难病症诊疗中，不被现代医学诊断所迷惑，通过望闻问切对病人症状体征全面分析，辨证施治。

57岁的湘乡中学教师冯先生患糖尿病十余年，持续服用降糖西药并多次赴省级三甲医院诊治。因降糖西药继发性失效而不断增加剂量，其时二甲双胍缓释片一天4粒（2000毫克），达美康一天服药剂量90毫克，配合辛伐他汀长期服用。冯先生血糖仍高达12毫摩尔/升，血脂高，口干，乏力明显，腹型肥胖，食量自觉控制，夜尿1~2次。于2015年冬到湘乡市中医医院门诊找赵玲瑜诊治，赵玲瑜认为该患者壮年患病，平素饮酒，属于

湿热蕴结中焦，脾胃运化失司，日久伤正，正虚邪恋。予中药扶正固本祛邪降浊，用自拟连曲运脾方，重用黄连清热利湿为主药，黄芪、西洋参、灵芝益气扶正，配合神曲、山楂、内金、藿香、佩兰、苍术健脾醒脾消食降浊，以此为基本方治疗三个月后冯先生血糖血脂逐渐降低，半年后由改善症状到逐渐减少降糖西药。冯先生坚持近三年时间后停服西药，血糖维持稳定在6.3~7.0毫摩尔/升之间。

湘乡市新湘路办事处壕塘社区37岁的王先生是一名水电工，于2017年11月就诊，主诉口腔巨大溃疡持续一年半。在当地和长沙辗转多家医院诊治排除口腔肿瘤和免疫系统疾病，长期使用抗生素的同时服用大量清热解毒中药。就诊时见后鄂弓成片溃疡，左上颤一个7×8毫米²大小溃疡，悬雍垂下1/3布满溃疡，溃疡周围粘膜苍白无生机。面色苍白少华，怕冷，大棉衣包裹，舌胖淡齿痕、脉沉细。赵玲瑜认为，该患者病程日久，服药颇多，且多为清热苦寒之银花、石膏等，耗伤人体阳气，从症状看有形寒怕冷，面色白，溃疡周围粘膜淡白无生机，舌质胖大齿痕脉沉细，一派阳气不足的表现。故辨证为脾肾阳虚，予附子理中汤加减，一周后溃疡范围缩小1/3。继以补肾温阳之右归丸合健脾益气之理中汤，服药4周后所有溃疡消失。该患者因表



赵玲瑜主任医师在湖南省中医药大会颁奖现场。

现为口腔溃疡，不少中医会受西医的“炎症”误导使用清热解毒以冀消炎，殊不知被“真寒假热”所蒙蔽了。

医学是一种需要终身学习的职业，大学毕业三十多年来赵玲瑜始终没有停止过学习。她的家里和办公室到处都是中医典籍，不仅自己坚持学习，她还在湘乡举办“龙城经典理论提高班”，讲授《黄帝内经》。为了提高大众科学素养，赵玲瑜于2016年建立个人公众号“谷风健康园地”，在繁忙的管理和临床工作之余，撰写中西医文章50余篇，其中“气血调和百病消”“切莫乱用安宫牛黄丸”“望舌辨健康”等中医知识，通俗易懂，深受大众喜爱和肯定。

通讯员 谭炜

中药服用期间 饮食禁忌

- 忌吃辛辣、刺激、油腻、生冷及不易消化的食物。
- 服用中药时不宜喝浓茶。茶叶含鞣酸，茶汤越浓，鞣酸含量越多。浓茶与中药同服会影响人体对中药有效成分的吸取，降低中药疗效。
- 服用人参、黄芪等滋补类中药时不宜吃萝卜。萝卜会削弱人参等滋补类中药的补益作用。
- 服甘草、黄连、桔梗、乌梅时忌吃猪肉。
- 茯苓不宜与醋同服。

湖南省肿瘤医院
中西结合科二区 李孟好
通讯员 彭璐

按摩风府穴能防感冒及中风

穴30~40下。

上述按摩以自觉酸胀、不感痛为宜。此外，风府穴还可以治后脑勺头痛，按摩时一手扶住前额，另一手拇指点按风府穴，其余四指固定住头部，按摩时要稍微用力，能感觉到有股热流窜向前额，每次按摩30~50下即可。

四川省彭州市通济镇姚家村卫生所
主治医师 胡佑志



按摩方法

弹法：用双手掌掩耳，用双手食指、中指、无名指轻轻叩击风府穴36次。

点法：用双手中指点按或者拇指点按，每天点按2次，每次3~5分钟。

压法：用食指和拇指按压风府



趣谈 “人体中药材”

中草药是中华民族得以繁延五千年的瑰宝，来源于动植物、矿物，以及部分化学、生物制品。而人体本身也有中药材的源头。

血余炭

中医认为：发为血之余。血余炭其实就是人头发制成的炭化物。它的制作不复杂，取头发，除去杂质，用稀碱水洗去油垢，再用扣锅煅的方法，煅至深黄色，待凉后剁成小块。

血余炭是常用的中药，有止血、化瘀的功效。可用于吐血、咯血、尿血、崩漏下血、外伤出血等。临床和药理实验证明：血余炭有良好的止血作用。

紫河车

本品是健康产妇的干燥胎盘。它是将新鲜的胎盘除去羊膜及脐带，反复冲洗至去净血液，蒸或置煮沸水中略煮后，干燥。

紫河车这个名字挺有诗意，而且充满着温情，可见古人的智慧。其中紫是血液干燥后的颜色，河车就像一艘小船，轻轻地托住宝宝，让他在妈妈子宫里健康成长。

紫河车有温肾补精、益气养血的功效。临床主要用于肾阳不足、精血亏虚、阳痿遗精、久咳虚喘、气血两虚等症。它的药理作用，主要表现为雌激素样作用，能促进乳腺、子宫、阴道、卵巢以及睾丸等发育。

人中白

有人会疑惑，人中白到底为何物？其实人中白是人尿自然沉淀的固体物。这个名字既告诉了我们它的来源、外表的颜色，又能很好地掩盖这种物质可能带给我们的不良反应。

人中白有清热降火、止血化瘀的功效，可用于肺痨劳热、吐血、衄血、喉痹、牙疳、口舌生疮、烫火伤等症。人中白运用到很多方剂中，与其他药物一起制成散剂和丸剂。

其他中药

生庵金汁和人中黄散（丸）已经极少药用，主要成分是人的粪便。除此，还有人的乳汁、血液、脐带、指甲等也曾药用，但目前就中医药而言，用的极少。

湘西土家族苗族自治州人民医院
中药房执业中药师 周志平