

# 中药“毒”性不等于有毒

常言道：“是药三分毒”，人们在看病时，也经常会向医生询问药物是否可以长期服用，是否存在毒副作用。那么，中药到底有没有毒？又该如何认识中药的“毒”性呢？

## 中药的“毒”性是什么

中药的“毒”不同于毒药的毒，事实上，古人所讲的药物的“毒性”，即广义的“毒”，指的是药物本身的偏性，如中药的四气温、热、寒、凉等，根据药性的峻猛程度又有大毒、常毒、小毒、无毒之分。中医药认为，中药之所以能治病，就在于它具有某种或某些特定的偏性。而狭义的“毒”大多是指一些具有毒性或副作用的药物，如巴豆、乌头、马钱子等。中药中的有毒成分通常是治病的关键，可以参考“以毒攻毒”的原理。例如，巴豆中含有的巴豆油，乌头中含有的生物碱，它们不仅是有毒成分，也是药物的有效成分。对中药材进行炮制，用药时进行配伍，这些措施不仅仅是为了更好地发挥中药的药效，也是为了降低中药的毒副作用。

## 使用中药如何做到趋利避害

事实上，中药是否有毒，其最为关键的特征在于是否可以做到对症治疗，在对症治疗的情况下，即便是药物真的有毒，对病人也是安全的，如果没有做到对症治疗，即便是没有毒的药物，也会带来毒副作用。

古人在治病用药方面，强调病好了就不需要再吃药，而不少

现代人则认为中药是调理用的，可以长期服用，这种认识显然是错误的，也是导致慢性毒性和长期毒性出现的主要原因。那么，使用中药如何才能做到趋利避害呢？

1. 对症下药 中医在治病方面，讲究的是一药对一证，这里的证指的是证型，简单来讲就是即便病的名字一样，服用的中药也可能完全不同。比如感冒为病，有风寒和风热之别，风寒感冒时，中医用的是麻黄、桂枝等辛温解表药；风热感冒时，用的是薄荷、牛蒡子等辛凉解表药。中医强调“药证相符”，这样才能治病，如果药证不符，不仅不能治病，还会带来毒副作用。

2. 服药有度 中药治病讲究的是调理人体的阴阳气血，增强机体的抗病能力。在服药方面讲究“有度”，一般来讲，病情严重应适当加大药量，病情较轻应适当减小药量；如果药物无毒，可以适当多用，如果药物有毒，需要控制用量；如果患者本身耐毒性强，可以适当多用，如果患者耐毒性强，应适当少用。中药用量很多时候都是没有定量的，需要根据药物的毒性、病情的轻重和



病人的体质进行调整，做到“服药有度”，才能最大限度地发挥药效，减轻毒副作用。

3. 减毒增效 中药可以通过炮制或者配伍的方式来实现减毒增效，通过煎熬等炮制措施，能够降低或者消除药材本身的毒性，如川乌、草乌、附子等需要先煎一段时间，以降低它们的毒性。借助两种或者多种药物的配伍，也可以达到减轻毒性、增强药效的目的，如生姜配伍生半夏，就是生姜能降低生半夏的毒性。

中医药是祖先留给我们的宝贵财富，值得弘扬和继承。中医药有着独属于自身的理论以及应用方法，与西药存在很大区别，在专业中医师的指导下，依照安全剂量和用药时间服用，就不会引发毒性反应。

洞口县石江镇中心卫生院 刘来香

# 仙方活命饮老方新用临床探讨

仙方活命饮出自《校注妇人良方》，具有清热解毒、消肿溃坚、活血止痛的功效，为散结消痛之剂。《古今名医方论》曰：此疡门开手攻毒第一方也。经云：营气不从，逆于肉理。故痈疽之发，未有不从营气之郁滞，因而血结痰滞，蕴崇热毒为患。治之之法，妙在通经之绝，行气之滞，佐之以豁痰、理气、解毒。是方穿山甲以攻坚（现穿山甲为保护动物，可以猪蹄砂炒代之），皂刺必达毒所，白芷、防风、陈皮通经理气而疏其滞，乳香定痛和血，没药破血散结，赤芍、当归以养血活血，佐以贝母、花粉、金银花、甘草，一以豁痰解郁，一以散毒和血，其为溃坚止痛宜矣。然是方为营卫尚强、中气不亏者设，若脾胃素弱，营卫不调，必须加减随证斟酌而用。

综上，我思之此方配伍精到，应可用于疮疡以外之病证，遂辨证试用之。果然临床疗效显著。特简录三病例于后以飨读者。

一、仙方活命饮合芍药甘草汤，椎间盘脱出疼痛一扫光：2023年5月，一位30岁的男性，因腰椎间盘脱出8毫米，导致左下肢疼痛厉害，不能下地行走，上卫生间只能爬行且疼痛异常。患者因恐惧手术治疗而求治于中医药。望诊见其体格健壮、营养良好，遂用仙方活命饮合芍药甘草汤加四虫6付，一日一付，配合卧床休息。6天后便能下床且上卫生间能直立行走，疼痛大减，效不更方，后续随症稍加减，继服汤药二十四付，疼痛消失80%。复查磁共振，脱出髓核减少至5毫米，遂以原方10付为末，加工成蜜丸，一次12克，一日二次，以收全功。

二、仙方活命饮合五味消毒饮，颈旁肿块全消散：2023年8月，一位57岁的妇女因右侧颈旁肿块（径约4厘米，经上级医院检查暂未发现癌细胞），且同样害怕手术治疗，前来求治中医。望诊脸色偏红，舌质红，舌苔薄白而黄，脉数有力，同时伴高血压

多年，遂投以仙方活命饮合五味消毒饮，加柴胡、生牡蛎、大枣、生姜，15剂，一日一付。15天后，病人来复诊，肿块缩小且质地变软，继进原方，随症加减前后服药四十余付，肿块全消。

三、仙方活命饮合四妙散，治疗痛风显神功：2024年3月，一名50多岁的男性其因痛风性关节炎急性发作，左膝关节红肿疼痛严重，难以行走。其舌苔黄腻，脉濡数，首以加味苍柏散加土茯苓4付，一日一付，吩咐病人严禁喝酒与进食高嘌呤食物。4天后复诊，疗效欠佳，遂进仙方活命饮（不用猪蹄）合四妙丸加土茯苓、百合、车前草4付，一日一付。服完4付后，其左膝关节红肿疼痛减半，继进原方4付，后随访得知病人肿痛完全消失，行动恢复正常。

以上是笔者亲历的真实病例，老方新用，运用得当，确能收到意想不到的效果，以上方药须在医师指导下应用。

湖南岳阳平江梓柏医院 陈必善

## 浅谈疼痛“克星” ——中医针灸

每个人都或多或少经历过身体的“疼痛”，肩颈疼、头痛……反复而来的疼痛让不少人苦不堪言。今天，就给大家介绍一位疼痛与疾病的“克星”——中医针灸，它是怎样做到轻轻几针，就让那些磨人的疼痛“消失”的？

### 针灸：身体的“小开关”修理大师

如果把我们的身体比喻成一台机器，那么机器上就布满了密密麻麻的“小开关”，它们就像是控制身体气血流通、阴阳平衡的遥控器。可是，有时候这些小开关会“失灵”，导致气血不畅，身体就开始出现各种状况。而这时候，中医针灸就像是一位超级修理大师，用细细的银针，精准找到这些“失灵”的开关，轻轻一拨，开关“修好”了，身体也通畅了。

### 银针虽小，却能解决大问题

别看这银针细细小小的，它的作用可不小。通过刺激穴位，调节你身体的气血运行，就像是给你身体的“交通”做个疏导，让那些拥堵的地方畅通无阻。这样一来，疼痛、炎症，甚至是某些慢性疾病，都能得到很好的缓解。这一根小小的银针，却能解决大大的问题。

比如，针灸对头疼症状就效果显著，一针下去，头疼瞬间减轻；再比如，腰疼厉害的患者，针灸的治疗可以让他腰板子立马挺直，走路带风。

### 针灸不是随便扎，需找专业医生

当然，针灸可不是随便就能扎，需要有着丰富经验和精准技艺的专业中医师操作，他们像身体侦探一样，通过观察、询问、触摸，找出你身体上的问题所在，然后制定出个性化的“扎针方案”。

### 针灸好处多多，性价比也高

针灸的好处可不止是解决疼痛那么简单，它还能帮助你调节身体的整体健康状态，提升免疫力，改善睡眠质量，美容养颜，缓解心理压力，调理亚健康。简单来说，就是让你的身体从内到外都变得更加健康，针灸就像一位全能的“身体管家”，为我们的身体健康保驾护航。

### 选择正规机构，享受神奇针灸

朋友们，如果你正被疼痛或者某些疾病困扰着，不妨试试看中医针灸。但同时也需注意，在针灸治疗前，一定要选择正规、专业的中医机构，专业的针灸理疗师才是健康养生的重要保障。

此外，日常生活中，想要健康常在，记住“常笑笑、轻音乐、静静地”九字真言。同时还可了解以下实用养生方法，在家也能调理保养身体：抓搓头皮10分钟发热，捏扯耳朵3分钟发红，站立练气血操（双手举高交叉深吸气10秒），45度水温木桶晚上泡脚20分钟，内踝尖上4指三阴交穴按揉100下与肚脐下4指关元穴按揉100下，坚持刺激人体整个生理穴位反射，不仅长寿还能美颜。

今天的“中医针灸小课堂”就到这里，希望每个人都能拥有一个健康、无痛的身体。

湘阴县洋沙湖镇卫生院 蒋艳