

■华佗故事

# 治寒湿症

一位妇女得了“寒湿症”，怕冷发抖，一发病，盖三床棉被悟不出汗来。请了许多医生，吃了许多发汗解表药，也发不出一滴汗。医生束手无策了，妇人一家苦苦愁愁的，暗暗地准备着后事。就在这“山穷水尽”时，华佗来了。

病家哀求华佗，给他媳妇的病治好。华佗点点头说：“我来想办法。”

华佗皱着眉头，走到村外。此时，三九隆冬，漫天飞雪。华佗看到有一口井，水井旁边有个石槽，心里一琢磨，有了。就急急忙忙赶回去说：“大嫂，你起来打水，打一百瓦罐水把石槽灌满。身上出了汗，你病就好了。”

病人家属心里怀疑：“治病应该吃药，哪有打水治病？”病人也不愿意：“你这人不是给我治病，故意叫我死。外面刮风下雪，这么冷的天，怎能叫咱下床提水呢？”

华佗耐心地对妇人说：“你要想治好病，就得听医生的话，我叫你咋干你咋干。你去提一百瓦罐水，把石槽灌满，如果不出汗，病不好，你指着鼻子责备我。”

为了治好病，公婆和她丈夫都劝说她要听医生的



话。妇人没法，只得从床上爬起来，穿好衣服，提着瓦罐，走出门外，迎着风雪，走到水井边，咬着牙提罐打水。

村上人觉得奇怪，某家媳妇生病，医生叫她到村外去打水呢！村上来了许多人看笑话：“叫病人起来打水简直胡闹……”华佗不管，只是逼着病人打水。

妇女打了二十罐水，累得受不了，坐在井栏边歇着，华佗不许她休息，要她继续打水，越快越好。那妇人又坚持打到六十罐，实在受不住了，要求歇一歇。华佗不让。村上人看不下去，指着华佗说：“这样大冷天叫病人打水，累了还不让休

息，哪儿来的这种治病法？”华佗说：“你们不知道，一歇就前功尽弃了，到这个时候，更不能休息。”

病人打了七十罐水，身上发暖了。华佗说：“好了！再加一把劲。”病人打了一百罐水后，身上大汗淋漓，觉得浑身舒服多了。

华佗说：“你回去吧！给你五付汤药，药吃完，病就好了。今后此病再发，照这老法子办，不需要吃药。”

果然，妇人出了一身汗，病全好了。妇人问华佗：“咱得了啥样的病？”华佗告诉她：“你是得了‘寒热症’，又叫‘寒湿病’，得了这种病的人，发汗为主，汗出病愈。为防此病不发作，多吃‘寒食散’，每天晚用冷水洗足，以补身养性增阳寿。如果病发，不要吃药，你就下地劳动，累得发出汗来，病就好了。”

妇人哈哈大笑：“劳动能治病，发病无须吃药，要医生干嘛呢？”华佗说：“靠医生认识啥病后，治病全靠病人自己。古人言，‘三分治病，七分休养’。三分治病靠医生发药，七分休养，全靠病人自己。”

妇人听了有道理，感谢华佗的指教。

口述人：范朝山

## 蒜臼茅檐水

据说华佗一年就有八、九个月离家在外给人治病。他吃得苦，走到哪，歇到哪，不管城镇乡村，不计较饮食、床铺，一心为病人看病问诊。

遇有疑难病症，好的单方，也是随手记载下来，存入青囊，供日后参考或研究用，不断提高自己的医疗本领。

这年，华佗在淮北青杏庄，给一个单姓穷老汉的儿子治病。华佗号过脉，开过药，让单老汉煎药。因为这孩子病怪沉的，一时未敢离开，他就背着手踱出门外，村前村后，随便地看看。天忽然“哗哗”地下起雨来，华佗赶忙踅进村东一个姓王的老汉檐下躲雨。这时，王

老汉正捧着一只蒜臼在接茅檐滴的水。华佗百事留心，见老汉的行动有些蹊跷，便问道：“老大爷，你接这水啥用？”

“医生，这是付单方！”

“啊！”华佗从未听说过，感到新奇，便追问道，“它管治啥症？”

“洗猴疣，不生疤痕！”

“好药！”华佗一喜，忙凑到老汉面前，边看边问道，“王大爷，这单方治好多少人？”

王大爷扳着手指数了数，本村的哪些人，邻村的哪些人，华佗一一记下了姓名。

在青杏庄，华佗呆了七天，在为单老汉的儿子治病的同时，偷闲挨家挨户去看视蒜臼茅檐水治好的猴疣病

人。果然，这些人中，无论男女老少，猴疣患于何处，如今都好了，无疤无痕的。华佗看了，还用手摸了，验证无疑。于是，他非常高兴地展纸记下了这付单方：

第739种单方：蒜臼茅檐水。主治：猴疣患症。

治法：洗敷。

提供者：农民王老汉。  
地点：谯郡青杏庄。

这样，华佗又收集了一个单方，解决了一个疑难病症。俗话说：“大海不拒细流”，所以它水势浩大；华佗是“处处留心皆学问”，所以他医术高。

摘自《华佗故事》，安徽人民出版社出版

## 健康之上： 重新发现“卫生”的人文内涵

每年4月7日，世界卫生日如期而至。这个纪念世界卫生组织成立的日子，本应是全球公共卫生议题的聚焦时刻，却在喧嚣的信息浪潮中常常沦为一句口号、一则简讯。当我们机械地重复“健康是最大的财富”时，是否思考过这句话背后更为深刻的人文内涵？健康不仅是没有疾病，卫生也不仅是洗手消毒，它们共同构成了人类存在的基本条件和尊严保障。

回望历史长河，人类对健康的追求始终与文明进程交织。古希腊医生希波克拉底将医学从巫术迷信中解放出来，提出“四体液说”；中世纪黑死病肆虐欧洲，催生了最早的公共卫生措施；十九世纪巴斯德发现微生物，奠定了现代医学基础。这些里程碑无不证明：人类对健康的理解，映照着对自身存在的认知水平。当我们将“卫生”简单归约为医学专业词汇时，实际上割裂了它与人类文明的血肉联系。真正的卫生观念，应当是对生命质量的整体关照，是对生存环境的系统性维护。

当代社会面临着一个悖论：医学技术日新月异，健康焦虑却与日俱增。我们拥有基因编辑技术和人工智能诊断，却被慢性病、心理问题困扰；我们建造了豪华医院，却忽视了空气、水源和土壤的安全。这种割裂揭示了现代健康观的局限性——将健康视为可以单独修复的技术问题，而非人类与自然、社会和谐共生的状态。世界卫生组织提出的“健康不仅是没有疾病，而是身体、心理和社会适应的完好状态”这一定义，在功利主义盛行的时代显得尤为珍贵却难以落地。

健康不平等是当今世界最尖锐的矛盾之一。发达国家与发展中国家之间、城市与乡村之间、不同阶层之间的健康鸿沟日益扩大。据调查，高收入国家人均预期寿命比低收入国家高出18年；在同一城市，富裕社区与贫民区的婴儿死亡率可能相差数倍。这些数字背后是资源分配的不公，更是基本人权的缺失。当一部分人可以享受尖端医疗服务时，另一部分人却连清洁饮水都难以获取，这样的世界难言公正。健康权作为基本人权，其实现程度检验着一个社会的文明水平。

重建健康人文观，需要我们超越生物医学模式，将健康置于更广阔的文化语境中考量。中国古代“上医治未病”的智慧，与当代预防医学理念不谋而合；印度阿育吠陀医学强调身心平衡，为现代整合医学提供启示；非洲Ubuntu哲学认为“我在，因为我们同在”，提示我们健康具有社会属性。这些多元的健康观共同指向一个核心：健康是连接个体与自然、自我与他者的纽带，是生命意义的物质基础。

世界卫生日不应仅是纪念日，而应成为反思与行动的契机。在气候变化、环境污染、传染病跨境传播等全球性挑战面前，健康已成为跨越国界的共同议题。我们需要的不仅是更先进的医院和药物，更是对生命价值的普遍尊重，对健康公平的不懈追求。当我们将“卫生”重新理解为一种文明态度、一种生活哲学时，世界卫生日才真正实现了它的设立初衷——让每个人都能在健康中实现潜能，过上有尊严的生活。

健康之上，是人类对美好生活的共同向往。在这个互联互通的时代，他人的健康就是我们的健康，地球的健康就是人类的健康。重新发现“卫生”的人文内涵，或许是我们这个时代最重要的文化自觉之一。

梁湘茂（湖南）