

安徽中医药大学一附院院报

安徽省中医院



主办:中共安徽中医药大学第一附属医院委员会

http://www.azyfy.com

2023年2月28日
第2期
总第194期



杨文明教授团队研究成果入选2022年度 中医药十大学术进展

2023年2月25日,由中华医学会主办的2022年度中医药十大学术进展发布会在北京召开,安徽中医药大学第一附属医院杨文明教授团队研究成果“中药疏风解毒胶囊治疗新冠病毒感染”成功入选。

新型冠状病毒感染是一种新出现的急性传染性疾病。其病原体是一种先前未在人类中发现的病毒,即新型冠状病毒,该病毒传染性比较强,人群普遍易感,构成了世界性的大流行,同时该病毒在复制过程中不断适应人体产生突变,从而出现变异。2021年11月奥密克戎(Omicron)变异株首次在南非被发现,此后迅速取代德尔塔等变异株,成为具有极强传播力、致病力和免疫逃避能力的全球优势毒株。全世界医学工作者都在聚焦这一病毒,不断探索治疗该病毒的更好方法和手段。中医药抗疫历史悠久,

经几千年的大量临床实践,积累了丰富的抗疫经验,并在此次新冠病毒战役中,发挥着不可替代的重要抗疫作用。

安徽中医药大学第一附属医院岐黄学者杨文明教授团队通过随机对照研究发现,中药疏风解毒胶囊能显著改善新冠病毒感染奥密克戎变异株的临床症状,有效缩短症状持续时间,降低转重率,提高治愈率,缩短核酸转阴时间。此项研究不仅在国际上首次获得了中医药治疗新冠病毒奥密克戎变异株感染的高质量临床循证证据,实现了中医药治疗奥密克戎感染的临床突破,而且充实了中医药治疗新冠病毒感染的现代科学内涵,丰富了中医药治疗该病的手段和方法,为中医药治疗新冠病毒感染全球化的“中国方案”提供有力的理论及临床依据。“中药疏风解毒胶囊治疗新冠

病毒感染临床研究取得新进展”为安徽省首次入选年度中医药十大学术进展的中医药成果,相关学术论文于2022年6月发表在国际著名期刊《Bioscience trends》(影响因子9.083)。

据悉,从2020年开始,中华中医药学会每年发布年度“中医药十大学术进展”,在行业内引起较大反响。2022年度遴选工作坚持“四个面向”,破除“四唯”,突出解决临床问题、回答科学问题、引领行业发展,体现探索性与前瞻性、创新性与突破性,聚焦中医药基础研究和应用基础研究领域取得的新规律、新发现、新方法、新产品、新理论。在发布会上,中国工程院张伯礼院士详细解读了本次2022年度中医药十大学术进展情况,陈凯先院士对中医药十大学术进展情况进行了充分的点评。(戴心悦)

医院赴鲁南制药集团股份有限公司 开展访企拓岗

2月6日,校党委常委、第一临床医学院党委书记聂久胜、院长杨文明等赴鲁南制药集团股份有限公司开展“访企拓岗促就业”专项行动。

聂久胜、杨文明一行参观了该集团中药制药共性技术国家重点实验室等研发机构,以及生产厂区、鲁南制药集团展览馆等,听取了鲁南制药集团股份有限公司党委副书记王义忠关于该集团发展情况、研发情况、核心技术、企业文化、企业党建、用人需求等有关情况介绍,走访了安徽中医药大学毕业在该集团工作的同志。

王义忠表示,鲁南制药集团股份有限公司坚持以人为本,高度重视人才建设,发挥人才在产品质量水平、自主创新能力以及企业管理水平提升中的重要作用,希望与安徽中医药大学及各临床医学院进一步加强合作,也欢迎安徽中医药大学学子来鲁南制药工作,共同为健康中国建设做出更多的努力。

聂久胜表示,鲁南制药集团股份有限公司坚持党建引领,在企业的发展历程中凝练了厚重的企业文化,对我们有很大的启发,也非常值得我们学习。聂久胜介绍了医院医疗、教学、科研和人才培养等有关情况,希望双方发挥各自优势,寻求更多的合作,也欢迎鲁南制药集团来安徽中医药大学选人用人。

(陈小飞)

医院召开2023年医疗工作会议



2月1日下午,医院在科研楼八楼学术报告厅召开2023年医疗工作会议暨中层干部大会,医院党政领导班子成员、总支书记、支部书记、职能科室正副科长、正副主任、科护士长、正副护士长、药学部正副主任及室主任参加会议。会议由医院党委副书记、院长杨文明主持。

本次大会的主题是“厚植优势抓医疗 踔厉奋进提效能 团结一致奔新程”,会上,校党委常委、医院党委书记聂久胜首先代表医院党委向全体医护人员致以新春的问候,通报了自去年十月份以来的工作,肯定了在疫情防控救治工作中医护员工的贡献和努力,同时分析了暴露出的问题,剖析了医院医疗工作中存在的不足。他指出,医疗是医院的中心工作,是促进医院可持续发展的基石,党委将新年第一会定为医疗工作会议,是希望大家能够瞄准2023年医院门诊量、出院人次大幅提升的目标,找准差距、正视不足、积极担当、主动作为,

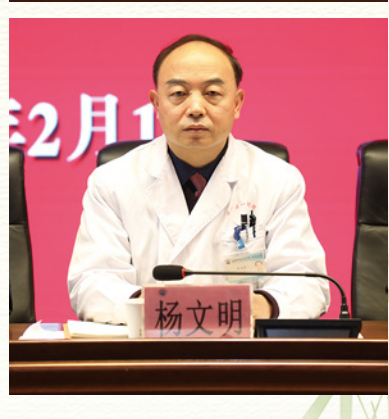


加强人才团队建设,推动专科、亚专科发展,提高中医药传承创新能力,为高质量高水平中医院和“双一流”大学建设贡献力量。

杨文明强调,医院过去成绩的取得依靠广大员工的同心同德和团结奋进,展望未来,希望大家以今天大会为基点,认真传达会议精神,始终不忘全心全意为人民服务的初心,始终牢记中医药传承创新的使命,厚植优势、着力奋进、脚踏实地、自我加压、负重前行,全面实现2023年医院目标任务,助力“双一流”大学建设。

医院副院长汪瀚作《向着新目标 奋楫再出发》的医疗工作报告。报告总结了2022年医疗工作所取得的成绩,分析了当前所面临的的问题和压力,并提出了2023年医院业务发展的目标,并从优化医疗布局、人才队伍、特色优势、规范诊疗等六个方面路径发力,着力推动医院医疗工作高质量发展。

(卜婷婷)



重温党的历史 学习沂蒙精神



2月6日，医院党委理论学习中心组全体成员来到革命老区山东沂蒙，将学习沂蒙精神作为新春“第一课”。

两天的行程，党委理论学习中心组全体成员参观了孟良崮战役纪念馆，向革命烈士墓敬献了花篮，重温了入党誓词，参观了时代楷模赵志全同志纪念馆和当地的党建馆，聆听了《红色沂蒙》艺术党课、廉政党课等。

在孟良崮战役纪念馆，一张张珍贵的照片、一件件有着故事的藏品、一个个可歌可泣的故事……诉说着党和人民水乳交融的历史故事。随着解说员的解说，大家的思绪回到了那段革命峥嵘岁月。国民党王牌74师为什么被歼灭？因为广大革命烈士为了一个共同的信仰而不怕牺牲，因为广大人民群众用小车推出的强大保障，更因为“党把人民利益放在第一位，为人民谋解放”。

在粟裕将军墓前，大家整齐列队，神情肃穆，怀着无比崇敬的心



情，向革命烈士粟裕墓敬献花篮，鞠躬致敬。在烈士墓前面向党旗重温入党誓词。

“一生致力于振兴民族医药，坚持改革创新，注重科技创新，勇担社会责任，把一个濒临倒闭的小厂建设成现代化制药集团公司”。在时代楷模赵志全同志纪念馆，大家随着讲解员的解说，聆听了新时期沂蒙精神的践行者赵志全同志的感人事迹。

“最后一块布做军装，最后一口饭，做军粮，最后一个儿子送战场。”为什么？因为在沂蒙人民遭受苦难的时候，共产党带着人民军队为百姓解苦难来了！为百姓谋幸福来了！“《红色沂蒙》宣讲团成员们以一个个沂蒙英雄儿女的真实经历为原型，通过党群心连心、拥军勇支前、日月换新天等多个篇章讲述沂蒙人民坚定不移跟党走，拥军支前不怕牺牲，勤劳智慧换来幸福生活，体现了“党群同心、军民情深、水乳交融、



生死与共”的沂蒙精神。

纪委书记周其艳从什么是党的纪律；习近平总书记关于加强党的纪律建设的重要论述；当前党的纪律建设中存在的问题；全面加强党的纪律建设四个方面作了廉政党课。

校党委书记聂久胜在学习总结时指出：安徽有大别山精神，山东有沂蒙精神，这些都是中国共产党人精神谱系的重要组成部分。今天大家一起来重温革命历史、重温入党誓词，是党委抓党建、全面从严治党的一项重要工作，目的就是让大家在精神上接受一次洗礼，在干劲上加一把火，发挥班子集体智慧，大家勇当先锋、团结奋斗，踏踏实实走好医院高质量发展的每一步。一是发挥带头作用。一个单位的发展需要领头雁，更需要一群领头雁，需要发挥班子的带头作用，为了实现目标，大家团结一致、分工负责、集体领导、科学决策，深入群众，从群众中



来，到群众中去，带领同志们共同努力、共同进步。二是弘扬沂蒙精神。要从沂蒙精神中汲取信仰的力量，始终坚持党的领导、对党忠诚；要从沂蒙精神中汲取团结的力量，深入群众，了解情况，凝聚起发展的强大力量；要从沂蒙精神中汲取奋斗的力量，要围绕目标，坚定信心，敢于挑战困难、战胜困难。三是践行沂蒙精神。在今年的务虚会上，大家敞开心扉，围绕医院发展，谈了问题、谈了举措、谈了目标，要将问题和目标转化为举措，班子同频共振，围绕制定的工作清单和工作举措抓落实，始终坚持以人民为中心，提升医疗服务能力。要把沂蒙精神践行到贯彻落实党中央和省委的决策部署上来，落实到一流大学、一流中医院建设上来。

（陈小飞）

医院召开2022年度领导班子和党员领导干部民主生活会



2月21日下午，按照学校党委统一部署，医院召开2022年度领导班子和党员领导干部民主生活会。会议紧扣主题，聚焦“六个带头”，结合医院和工作实际，深入查摆问题、剖析根源，严肃开展批评和自我批评。学校第一督导组组长、学校党委书记王琦出席会议并作点评。学校党委书记聂久胜主持会议并作总结讲话。学校党委常委、组织部部长田磊，学校党委常委、组织科科长田磊，学校第一督导组成员、学校办公室主任胡波，学校纪委办公室副主任秦瑜到会指导。医院领导班子成员、党委委员参加会议，医院党办、纪委会、组织科有关负责同志列席会议。

会前，王琦仔细审阅了医院党委班子及成员的对照检查材料，对开好会议提出明确要求。

为了开好本次会议，医院党委

精心制定会议方案，领导班子深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想和党的二十大精神，认真开展学习研讨，广泛征求意见建议，深入开展谈心谈话，找准找实存在问题，认真撰写班子及个人对照检查材料，各项工作准备充分。

会上，聂久胜通报了医院领导班子党史学习教育专题民主生活会整改落实情况，以及2022年度民主生活会筹备情况，并代表医院领导班子作对照检查。医院领导班子成员依次进行，开展自我批评。

王琦在点评中指出，第一临床医学院的这次民主生活会严格落实学校党委部署要求，准备认真，紧扣主题，见人见事，富有成效，给予肯定。班子成员结合工作实际开展自我批评，说得实在、点得具体，互相批评中充分交流思想、严肃认真，收到预期效果。

他提出三点要求，一是提升标杆谋发展，紧抓中医药发展前所未有之机遇，全力谋划一流高校附属医院建设，不辜负省委省政府的重视和期待；二是改革创新促发展，主动适应新形势新变化，发挥中医特色优势，打造优势学科群，提升核心竞争力，向管理要效益，助推医教研各项事业再上新台阶；三是担当作为抓发展，深入推进党的二十大精神学深悟透，持续用党的新理论新思想武装头脑，锻造一支忠诚干净担当铁军，坚持理论清醒，保证政治坚定，大力营造医院风清气正的干事创业氛围。他强调，医院要持续深化“侯勇案”反面典型警示教育，把常态化开展警示教育作为一体推进“三不腐”的重要环节，把严的主基调长期坚持下去，推动党风廉政建设向纵深发展。

聂久胜代表班子作总结表态发言，他指出，一要抓好民主生活会的整改落实，坚持问题导向，用好会议成果，整理完善“四清单”，认真做好民主生活会“后半篇文章”；二要继续强化党委班子建设，做到以上率下，以督导组提出的各项要求为工作导向，不断强化班子自身建设，不断提高医院党委把方向、管大局、作决策、促改革、保落实的能力和水平；三要持续压实全面从严治党责任，强化使命担当，严格落实“一岗双责”，做到真管真严、敢管敢严、常管常严，为推动大学“双一流”建设、医院高质量发展作出新的贡献。

（夏文莉）

医院召开党建专题研讨会

为持续加强全面从严治党，打造医院党建特色品牌。2月14日下午，医院召开党建专题研讨会，校党委常委、医院党委书记聂久胜，医院党委副书记张永先，医院纪委副书记周其艳出席会议，医院党务部门、学生科、研究生科参加会议。

聂久胜首先分析了医院当前党建工作存在的问题和不足，对基层党建工作提出三点要求，一是要深入贯彻党的方针政策，在全院形成统一思想认识和统一部署。二是要提前布置党建工作，提高站位，强化政治引领，推动业务发展。三是要学会“弹钢琴”，抓好党建基础性、阶段性和重点工作，明确侧重点，分类落实。并安排部署了医院2023年党建工作课题。

会上，张永先从宏观层面面对如何做好医院党建工作提出了六点要求。周其艳从纪检监察角度就如何加强作风建设、解决“不敢管”现象提出了相关建议。

与会人员结合我院实际，聚焦党建工作中的难点问题，谈认识、找问题、剖根源、寻对策，既是一场研讨交流和工作谋划，也是一次“思想碰撞”和“头脑风暴”，大家在畅所欲言、对标找差中明确了工作方向，细化了实施路径，增强了信心决心。

（卜婷婷）





《2022年度中医医院学科(专科)学术影响力评价研究报告》发布, 我院五学科上榜

2023年2月19日, 由中华中医药学会、中国中医科学院共同举办《2022年度中医医院学科(专科)学术影响力评价研究报告》发布会暨学科(专科)建设经验交流会在北京召开。此次全国中医医院学科(专科)评价中, 我院中医脑病学、中医老年病学、中医痹病学、中医内分泌学、中医肺病学上榜。

(戴心悦)



医院多名专家获省国医名师、省名中医及省名中药师称号

近日, 安徽省卫生健康委、省中医药管理局联合印发《关于授予郑日新等186人第二届安徽省国医名师、第三届安徽省名中医称号的决定》, 并授予相关荣誉证书。据悉, 医院郑日新、李伟莉、杨文明、张国梁、戴小华5位专家获评安徽省国医名师, 丁碧云、王胜、王艳昕、牛云飞、吕子萌、吕勇、肖洪波、宋若会、易维真、周大勇、周正新、袁爱红、顾健霞、舒仪琼14位专家获评安徽省名中医, 李立华、陈浩、韩燕全3位专家获评安徽省名中药师。

自此, 医院已获安徽省国医名师称号共14人, 安徽省名中医48人,

安徽省名中药师3人, 名老中医药专家队伍进一步发展壮大, 中青年人才队伍进一步扩充加强。

(李力)

附件1 第二届安徽省国医名师名单

- 郑日新 安徽省中医院
- 李伟莉 安徽省中医院
- 李平 安徽医科大学第一附属医院
- 杨文明 安徽省中医院
- 何颖 大冶市中医医院
- 张国梁 安徽省中医院
- 陈先进 芜湖市中医医院
- 曹爽 安徽省针灸医院
- 桑圣刚 安徽省针灸医院
- 戴小华 安徽省中医院

第三届安徽省名中医名单

- 丁碧云 安徽省中医院
- 尚益军 亳州市中医院
- 王士汉 六安市中医院
- 王士荣 黄山市中医院
- 王本林 桐城市中医医院
- 王树国 亳州市中医院
- 王胜 安徽省中医院
- 王艳昕 安徽省中医院
- 王晚星 六安市中医院
- 王峰 合肥市第八人民医院
- 王笑梅 蚌埠市中医医院
- 王云飞 安徽省中医院
- 方梅梅 黄山市屯溪区屯溪街道社区卫生服务中心
- 尹小青 当涂县人民医院
- 付国春 蚌埠市中医医院
- 冯尚亮 滁州市中医院
- 冯森森 祁门县中医医院
- 吕子萌 安徽省中医院
- 吕勇 安徽省中医院
- 朱咏梅 安徽省第二人民医院
- 朱凤中 安徽省针灸医院
- 姚勇 明光市中医医院
- 蔡家富 五河县中医院
- 袁爱红 安徽省中医院
- 耿静 淮北市人民医院
- 顾健霞 安徽省中医院
- 顾植山 安徽中医药大学国医堂
- 钱业旺 庐江县中医院
- 高道雄 黄山市中医院
- 唐伟 六安市中医院
- 黄金玲 安徽中医药大学国医堂
- 黄树林 芜湖市中医医院
- 梅本华 芜湖市鸠江区中医医院
- 曹祥 蒙城县中医院
- 董昌武 安徽省针灸医院
- 韩永升 安徽省中西医结合医院
- 程红亮 安徽省针灸医院
- 程启华 大和县中医院
- 储成志 安徽中医药大学高等专科学校附属医院
- 舒仪琼 安徽省中医院

- 花健平 淮北市中医医院
- 肖洪波 安徽省中医院
- 吴荷馨 安庆市中医医院
- 邱厚华 蚌埠市中医医院
- 何长国 六安市中医院
- 冷治文 阜南县中医院
- 宋家金 安徽省中医院
- 张计臣 凤阳县中医医院
- 张华 芜湖市中医医院
- 张茂根 蚌埠市中医医院
- 张泽荣 蚌埠市第三人民医院
- 张胜友 六安市中医院
- 张晚莉 宿州市中医医院
- 张梅 安徽医科大学第一附属医院
- 陈家平 六安市中医院
- 武超 利辛县中医院
- 易维真 安徽省中医院
- 周大勇 安徽省中医院
- 周正新 安徽省中医院
- 周中奇 宣城市中医院

附件3

第一届安徽省名中药师名单

- 方雯雯 黄山市中医院
- 刘圣 安徽省立医院
- 祁俊 芜湖市中医医院
- 李立华 安徽省中医院
- 陈浩 安徽省中医院
- 金传山 安徽中医药大学
- 桂双英 安徽中医药大学
- 葛朝亮 安徽医科大学第一附属医院
- 韩燕全 安徽省中医院
- 谢若勇 安徽省针灸医院

亳州市副市长曹振萍一行来我院调研交流



进一步推动亳州分院中医医疗事业发展, 加强省级区域医疗建设。

聂久胜代表医院对曹振萍一行的到来表示热烈的欢迎, 感谢亳州市政府对中医药事业的重视与支持, 他表示将继续与亳州市政府携手共同推动亳州分院的建设, 他建议亳州分院要从业务科室层面与总院加强交流, 具体科室进行紧密对接, 切实推动医院各方面发展。

2月2日下午, 亳州市副市长曹振萍一行来院进行调研交流。校党委常委、医院党委书记聂久胜, 医院党委副书记、院长杨文明, 副院长彭长林、汪瀚, 总会计师会武锡及相关职能部门负责人参加会议。

曹振萍代表亳州市政府汇报了亳州市中医院2022年工作进展情况、省级区域医疗中心建设情况以及2023年建设规划, 希望紧密两院合作, 进

会上, 杨文明对亳州市中医院2022年取得的显著成绩表示欣喜。他表示, 今后会在人才队伍建设、临床服务能力建设、中药院内制剂、教学建设、科研创新等方面继续积极提供支持, 加强与亳州市中医院的交流合作。

会后, 亳州市中医院和医院相关职能部门进行了交流对接。

(王舒)

仁心仁术, 名医辈出——医院数名专家入选安徽省第一届“青年江淮名医”、卫生健康杰出人才和骨干人才

近日, 根据中共安徽省委组织部、省卫生健康委、省人力资源社会保障厅和省财政厅发布《关于公布安徽省第一届“青年江淮名医”、卫生健康杰出人才和骨干人才培养对象名单的通知》(皖卫函〔2022〕392号), 经逐级推荐和上级部门审定, 医院陈炜、李明、汪元3名同志入选第一届“青年江淮名医”, 童佳兵、袁爱红、万磊、管玉香、韩辉、段贤春、姜辉、张静、金华、刘丽丽10名同志入选第一届安徽省卫生健康杰出人才, 赵进东、王佳佳、裴培、马守亮、余欣慧、朱磊、董文文、石海平、储诚煜9名同志入选第一届安徽

省卫生健康骨干人才。“江淮名医培育工程”旨在加强省内卫生健康行业高层次人才队伍建设, 强化优秀中青年卫生人才储备培养, 构建以“江淮名医”为引领, 卫生健康骨干人才、杰出人才和“青年江淮名医”为中坚力量的卫生健康高层次人才梯队成长体系, 推动卫生健康事业高质量发展。

通过该项目建设, 医院将持续加强人才强院建设, 切实承担起高层次人才培养管理的责任, 确保人才项目顺利实施并取得预期效果, 为持续提升医院高质量发展提供新动能。

(李力)

国医大师徐经世：中医药学充满美感

从事临床工作60多年，最大的体会就是中医很美妙，诊病、辨证、用药，处处都讲究“艺术”，这是其取得疗效的根本。这里，给大家分享一些我的感悟。

四诊之美

大家都知道《史记·扁鹊仓公列传》里提出“望、闻、问、切”四诊法，此间有几句话形容什么是名医，即谓之“望而知之谓之神，闻而知之谓之圣，问而知之谓之工，切而知之谓之巧”。中医理论指明，“肝开窍于目，心开窍于舌，脾开窍于口，肺开窍于鼻，肾开窍于耳”。“有诸内必形诸于外”，这一说法一直指导中医临床。又如“舌诊”，其是中医诊病的重要方法之一，为辨明阴阳、寒热、表里、虚实提供了客观依据。

数十年前，我跟随祖父随诊，亲眼看到一位舌痛患者，先是咽喉肿痛，几天后舌下发生腐（nǚ）肉，疼痛不能进食。家人带他前来求治，祖父察其症状果断说其为“重舌”（中医病证名），由心脾二经积热所致，内以栝连汤，外用麝香冰硼散撒于局部，一剂肿消，二剂病除。这件事给我印象很深，教会了我想要取得疗效首在识证，然后再准确地取方用药。栝连汤出于《验方新编》，以荆芥、苏叶、牛蒡子、栀子、连翘、黄芩等药物祛风散积、透热开窍，取黄连、木通以苦通积热、引火下行，符合中医“病在上取以清透和导热下行”之妙。2020年年初新冠疫情在武汉暴发，我到安徽省传染病医院进行重症会诊，以“一人一案”予以标本兼施，药进三剂，由重转轻。这充分说明疗效在于识证。

不久前，我外出期间接到电话，说一位90岁的同行因突然发烧咳嗽，不能参加某医学高峰论坛，问我有没有办法？我说请对方将舌苔拍照发过来，视其舌苔滑腻，有痰浊壅塞、肺失清肃之象，病为上感，应用宣解清透、芳香辟秽之剂。我开了一个方子：取南沙参12克、炒桑叶10克、苏叶5克、大青叶15克、炒黄芩9克、霍佩梗12克、桔梗10克、前胡10克、瓜蒌皮12克、车前草12克、生甘草5克，嘱其当晚服用。第二天一早，便接到了其身热得解、咳嗽随平的消息。这位同行说他过去对中医不那么信任，经此一事，看法变了，认为应该做好中西医结合工作，更好地为大众健康服务。

辨证之美

中医看病，重在辨证。随着时代发展，生活方式由动到静的改变，高血压、颈椎病患者日益增多，两病兼见者不在少数。两病皆可发为眩晕，但其病机病因不同，如高血压者眩晕常见眩晕耳鸣、头目胀痛、情志急躁易怒等肝阳上亢之候，方多取天麻钩藤饮平抑肝阳；而颈椎病患者眩晕则多见头晕昏蒙、纳呆（吃不下饭）便溏等清阳不升之证，药多用补中益气汤益气升提。若两病兼见，则要双向调节，平衡升降，除降逆平肝之外，还需升举清阳，使清气得以濡养上窍，方可取效。我常取煨葛根配代赭石组成药对，升清降浊。

葛根之效，本草书中多载其可解表解肌、疏表透疹、升阳止泻。但入药之时，葛根有“生、煨”之分。《本经逢原》记载：“葛根轻浮，生用壮阳生津，熟用鼓舞胃气”。煨用可减其生用寒凉之性，取其向上生发、鼓舞清阳之效。现代药理研究显示，葛根有改善脑及外周血液循环之效。代赭石性寒质重，专入肝、心二经，尤善镇逆肝气、平肝潜阳，用之与葛根相配，一升一降，协调平衡。

谈到辨证，有一位患者给我的印象很深刻。这位患者常年在外务工，5年前不明原因突发不能站立，其他一切如常。医院也检查不出病因，求助于我。通过看诊，我认为他存在脾虚下陷、营卫不和问题，建议用桂枝汤加葛根汤合代赭旋复汤治疗。一个多月后，病情明显好转，后又外出务工，

几年未见异常。直至2020年，因盲目减肥，再次出现不能自主站立，并兼有腹胀、打嗝、腹泻等症状，辨证为肝郁脾虚，致使阴阳失调，胃肠紊乱。建议他用桂枝加龙骨牡蛎汤合代赭旋复汤治疗，以求达到调和营卫、镇纳固摄、升降补虚、调和胃肠之功。服药一个多月后，病情痊愈。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，中医辨证之美在于每个病例都要“量体裁衣”，甚至同一个患者病情的不同阶段也要做好辨证，这是取效的核心。

方药之美

中医方有万则，药有千种，是由历代医家在临床实践中不断积累起来的，历经千年仍在继承中得到发展和升华，即便在医药发达的今天仍有不可替代的作用。临床中，取用方药有“三忌”：一忌峻补、二忌温燥、三忌滋腻，看病用药要做到“补而不滞、温而不燥、滋而不腻”。所以，临证中，用药应切中要点，或重拳出击，或点到为止，同时要注重药对之宜、生制之变，以增强治疗效果。

比如，针对慢性结肠炎的治疗，我自拟有“葛枳三仁汤”，方用煨葛根25克、枳壳15克、姜竹茹10克、杭白芍20克、马齿苋15克、川朴花10克、槟榔10克、沉香曲10克、杏仁10克、煨诃子10克、谷芽25克、生薏米30克，所取药物皆为平和多效之品，兼顾醒脾运脾、燥湿和胃、清热解毒之效。而且，全方寒温得当、润燥适度，增加了用药的安全性。

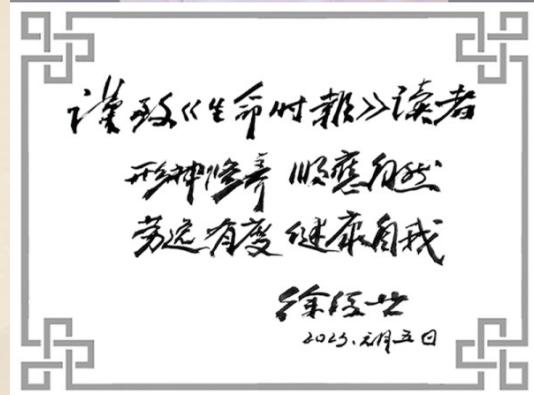
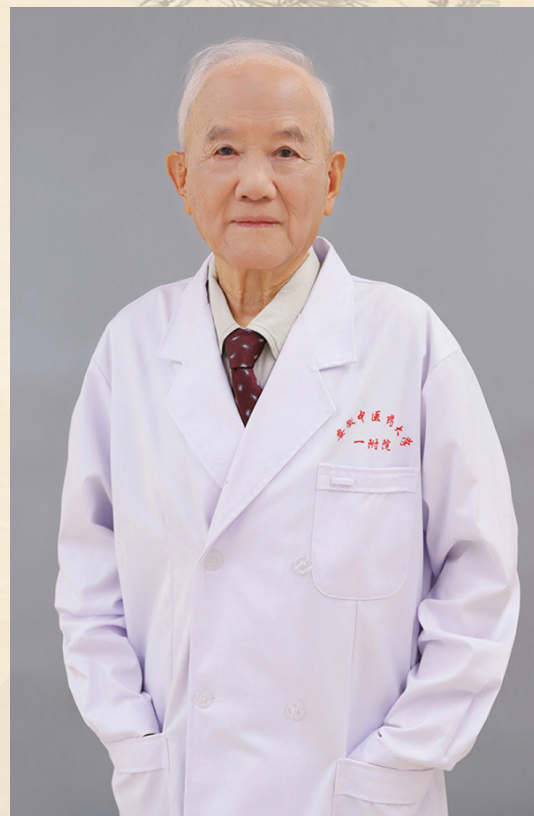
最近，我诊治一个八个月的小宝宝，反复面部皮疹瘙痒，用药膏外涂效果不理想。虽属小恙，但看到孩子不停抓挠，家长很痛苦，无奈之下找到了我。针对面部湿疹，我认为与风火上炎有关，治疗应清热凉血、祛风止痒，但对婴儿取用内服药，要注意轻灵，避免药的副作用，故用桑叶5克、连翘3克、蝉蜕3克、白茅根10克、甘草2克水煎内服，外用滑石15克、冰片1克，研末扑于局部，每天2次，连用数日后，皮肤恢复如常。方中，桑叶清热透邪、蝉蜕祛风除热、连翘清热解暑、白茅根清热凉血利尿、生甘草清热解暑又能矫味，药味不多，取以轻量，配伍切体而收效。

日常保健有“三养”

当今时代，社会经济高速发展，物质生活水平极大提高，时常会出现《黄帝内经》所言“今时之人，以酒为浆，以妄为常，不知持满，不时御神，起居无节”的情形，临床常见因“嗜欲劳目，淫邪惑心”的持久成疾患者。治疗上，药物治疗固然有效，但身心调摄更显紧迫。与此同时，我国正逐步进入老龄化社会，针对老年人群的体质特性，代谢性疾病、心脑血管疾病多发，所以要树立“治未病”思想，自觉改善生活方式，自主防病，做到“养身、养心、养德”相结合。

养身。即顺应自然，起居有“度”。中医强调“天人相应”，人生活在自然界中，自然气候更迭、昼夜更替、环境变迁对人体的生理都会产生不同程度影响，而人体生理也随之出现规律性的适应性调节。但人类适应自然的能力有限，如果自然条件变化过于激烈，超越了人体适应能力，或机体调节能力失常就会导致疾病发生。因此，日常生活中要起居适时（夏慎湿热、冬慎寒凉）、饮食有节（少吃辛辣刺激、寒凉之物，多吃五谷杂粮）。

养心。人之身体健康，首在于心，养身必须养心。《黄帝内经》曰：“心者，五脏六腑之主也，忧愁则心动，心动则五脏六腑皆摇”。“养心”首先在于调整心态，人上了年纪不能让自己闲着，要自己找乐趣。同时，要虚怀若谷，淡泊名利。以中医道德观来说，就是“恬淡虚无”，所谓“恬淡”就是安静，无愧于心，“虚无”就是没有欲念和患得患失的思想情绪。其次要保持乐观，对人生充满



信心，热爱工作，有宽广的心怀，不自寻烦恼。一个人如果有欢乐的情绪、活泼的性格、旺盛的精力，会更有利于身体健康。

养德。“德为立身之本，德为养生之基。”欲修身，必先正心，心正方能身安，身安方能体健，体健方能延年益寿，这正是古人所谓“仁者寿”的来源。如果一个人的德行正，就能够化消极为积极、化对立为统一、化敌意为善意、化阻力为助力，这些会自己的工作、生活创造一个良好的环境和氛围。相反，如果一个人的德行差，处处遭人指责议论，就会使自己心神不宁、寝食不安，不仅影响学习、生活与交友，对身心健康也大为不利。

现代社会物质极大丰富，人们饮食结构发生了很大变化，蛋白、脂肪类的食物摄入偏多，加之老年人消化机能减弱，新陈代谢减慢，在肝胆方面，容易出现脂肪肝、慢性胆囊炎、胆结石等病症，平常可以用干荷叶、炒山楂配伍石斛、佛手之类的中草药代茶饮。三味养生保健的中药，可在医生辨证体质后服用。

1. 石斛。有滋阴清热、润肺养胃、强筋健骨之效，每天取10粒，泡服。2. 三七。具有“止血、散瘀、定痛”功用，长期小剂量服用可活血通络、软化血管、降血压、降血脂、治疗肝纤维化等。每次取3~5克，开水送服。3. 绞股蓝。有保肝解毒、防止血栓形成、促睡眠、防抗癌、提高免疫力的功效，每次取10~15克泡水代茶饮。

（特约记者陈小飞、张博整理
来源：环球时报健康客户端）