苏轼的医药人生

□李金钢

苏轼，字子瞻，号东坡居士，北宋杰出的政治家、文学家。在历史上，苏轼不但有一个旷古烁今的文学人生，还有一个济世救民的医药人生。苏轼深谙“医乃仁术”之理，常存恻隐、慈爱之心。苏轼以自己在中医药方面的专长为天下苍生解除病痛，彰显了中医背景下的别样人生。

据记载，苏轼曾精研《伤寒论》《千金要方》《嘉祐补注本草》等诸多医学书籍，且别有心得。他著有《苏学士方》以及数十篇医药学文章，并注重实践应用。因此，苏轼精通医理，深谙医术，熟稔药材。史载：“轼杂著时言医理，于是事亦颇究心。”清代政治家、文学家纪昀在《钦定四库全书总目提要·苏沈良方提要》中记载：“宋世士大夫类通医理，而轼与括尤博洽多闻。其所征引，于病症治验，皆详著其状，确凿可据。其中如苏合香丸、至宝丹、礞石丸、椒朴丸等类，已为世所常用，至今神效……此书以经效之方，而集于博通物理者之手，固宜非他方所能及矣。”

苏轼热衷于医理的学习，方剂的汇集、研究和应用，但凡听到、见到药方必定搜求，并昭示天下，惠及民众。在政务活动中，苏轼频出举措，积极推进中医药发展。后人编注的《苏文忠公全集》《苏轼文集》中，屡屡可见苏轼记录医方、推介良医、介绍中草药炮制方法、医事活动、传播中医药文化，努力践行自己所言“苟病者得愈，愿代受其苦”“锡以康宁之福，跻之仁寿之域”的仁慈大爱之情怀。

搜求医方济世

苏轼非常钟情医方，且不遗余力地搜集，医方主要来源于友人、宫廷、民间以及文献记载。苏轼在黄州时，得知巢谷有治疗伤寒的家传秘方“圣散子方”，疗效极佳，便苦口婆心地求之。巢谷囿于祖训，不愿将药方外传。苏轼反复劝说巢谷，巢谷最终将药方交给了苏轼，并要求苏轼指松江水发誓，不得传人。苏轼应允。苏轼拿到药方后，如获至宝，精心珍藏。后来，伤寒流行，死者众多。苏轼以解救天下危难为己任，将“圣散子方”传给名医庞安常治病救人。苏轼履职杭州时，又将“圣散子方”派上了用场。苏杭一带瘟疫肆虐，“得此药全活者不可胜数”。此外，苏轼在致友人的信札中说，“公有一痫药方，极神奇。某长孙有此病，多年不痊，可见传否？如许，幸递中示及。承录示秘方及寄遗药，具感厚意。并利心肺药方呈”。

示人良方疗疾

苏轼任凤翔签书判官时，看到当地缺医少药，便将自己在京抄录的太医院《简要济众方》5卷全部重新抄写出来并张贴公布，便于民众知晓、对标使用。在黄州时，苏轼得知天文学家、药物学家苏颂坠马受伤，立即抄录家传秘方“接骨丹”，详注用法，派人送去。文彦博泻痢腹痛，“百药不效”。苏轼将宋宪宗所用之治泻痢腹痛方“姜茶汤”告知，文彦博服用后痊愈。后来，苏轼又得到一个治泻痢腹痛方，自云“比前方益奇”。即用生姜，切如粟米大，杂茶相对烹，并滓食之，实有奇效。又用豆蔻刳作瓮子，入通明乳香少许，复以塞之。不尽，即用面少许，裹豆蔻煨熟，焦黄为度。三物皆研末，仍以茶末对烹之。黄冈县令周孝孙“暴得重腿疾”，被贬到黄州的苏轼将道人徐问真之“汲引法”（即气血“自踵至顶，吸气循经运行”的气功疗法）授之，结果“七日而愈”。苏轼告诉程德孺，治瘴时用姜、葱、豉三物浓煮热呷，无不效者。而土人不知作豉，入此州无黑豆，闻五羊颇有之，便乞为致三硕，得为作豉，散饮疾者。苏轼还将王荆公以白萝卜汁加生龙脑治疗偏头痛方；以熟地黄、麦门冬、车前子治疗白内障方；以酒浸黄连，焙干为末治疗癣疥方；以“摩脚心法”治疗瘴气方；以地黄丸或天麻煎治疗齿痛方；以蜂房、蛇蜕、人发热炭治疗疮疡不愈方；以麝香置枕中，可绝噩梦；以野苋菜捣烂敷之，可治蜂叮；眉发脱落，生半夏擦之复生等验方告知患者。东林广惠禅师臂痛，苏轼向他推荐使用虎骨散及威灵仙丸，并告之广惠禅师“此仙方也”，自己曾多次使用治疗臂痛，其效如神。另外，他还建议广惠禅师同时服用这两种药，效果更佳。苏轼在《与袁彦方》的信函中提及治疗足疾的方法：“足疾惟威灵仙、牛膝二味为末，蜜丸，空心服。必效之药也……久乃有走及奔马之效。”苏轼提示，根据脏气虚实加减牛膝，用酒及开水服下，用药期间要忌茶。

推介良医惠众

苏轼自云“吾平生求医，盖于平时默验其工拙”。有了亲身体验，苏轼才郑重地为患者推介医德高尚、医术高明的医生。

苏轼曾极力推荐庞安常与张君宜。庞安常博学多才，脉药皆精，针术妙绝……已试之验。苏轼在黄州时，肩臂肿痛，请庞安常诊治。庞安常出手不凡，认为疾患“非风气，乃药石毒，非针去之，恐作疮乃已”“安常一针而愈”。苏轼还把庞安常介绍给苏颂等人以治病。苏轼评价张君宜医德医术俱佳，“近世医官仇鼎，疗痈肿为当时第一，鼎死未有继者。今张君宜所能，殆不减鼎，然鼎性行不甚纯淑，世或畏之。今张君宜用心平和，专以救人为事，殆过于鼎远矣”。

分享药材炮制法

苏轼时常将自己炮制中草药的方法告知于人。苏轼对欧阳知晦说：“今人多用枣或黑豆之类蒸熟，皆损其力。仆亦服此，但采得阴干，便杵罗为末，枣肉或炼蜜和入木臼中，万杵乃丸。服，极有力，无毒。恐未得此法，故以奉白。”苏轼还将自己对茯苓、生姜的认知以及炮制法告知友人，云：茯苓为上药，但有赤筋脉，久服于眼有害。当去皮，斫为方寸块，置银石器中，以清水煮酥软，放入布袋中，以冷水揉搜，如作葛粉状，澄取粉，筋脉留袋中，弃之不用。用茯苓粉和蜜蒸，食之尤佳。姜能健脾温肾，活血益气。其法取生姜之无筋滓者，然不用子姜，错之并皮裂取汁，贮器中。久之，澄去其上黄而清者，取其下白而浓者，阴干刮取，如面，谓之姜乳。人参频见风日则易蛀，并忌铁。当归晒干，乘热入缸，不令透风，则不蛀。

自我医疗实践

苏轼还时常自开药方为自己治病。一天夜里，他突然发热，牙齿出血不止。他辨证后认为是热毒所致且根源不浅，当使用清凉药物治疗，于是以人参、茯苓、麦门冬煎煮浓汁作为茶饮，颇有疗效。苏轼患痔疮经年未愈，他戒酒断肉，忌盐酢酱菜，以自制的“胡麻茯苓面”充饥，治疗痔疮，并说“食之甚美，如此服食多日，气力不衰，而痔减退”。时至今日，民间仍有沿用此法治疗痔疮的。

（作者供职于西安工业大学）

■读名著 品中医

美容养颜说珍珠

□胡献国

《三国演义》第三回“议温明董卓叱丁原，馈金珠李肃说吕布”中写道：董卓为交结吕布，命李肃送赤兔马一匹、黄金一千两、明珠数十颗、玉带一条。第五十七回“柴桑口卧龙吊丧，耒阳县凤雏理事”中写道：庞统到孙权处谋职，孙权见其貌丑，不欲启用。于是庞统想到曹操处求职。鲁肃说这是“明珠暗投”，可到荆州找刘备去。这里的“明珠”即中药珍珠。

珍珠，又名真珠，为某些软体动物的贝壳内产生的圆形颗粒，多为乳白色或略带黄色，有光泽，皆为妆饰、美容之上品。自古以来，我国历代帝王的皇冠上均嵌有大而多的珍珠，璀璨夺目，以显示威严、尊荣、华贵。随着现代养珠业的发展和人民生活水平的提高，珍珠已进入寻常百姓家，成为人们生活的饰品之一。

珍珠除作为饰品外，还被人们用来养生、美容。《本草纲目》记载：“珍珠粉涂面，令人润泽好颜色……涂手足，去皮肤逆胪。”《抱朴子》记载：“珍珠径寸以上，服食令人长生。”《御香缥缈录》记载，在慈禧太后的一整套美容驻颜方中，她对服用珍珠十分重视，每隔10天就要服用10克珍珠粉，认为其可驻颜抗衰老；即使到了高龄她仍肌肤细腻，白润光泽，令身边的侍臣、宫女称羡不已。

如今，珍珠养颜法已为世界各国所采用。其方法一般有两种：一是取珍珠粉7~10克，每10天服用1次，可用白开水送服或调入米粥中食用；二是将适量珍珠粉调水溶化，或掺入雪花膏中涂搽面部，一周左右即可见效。

若嫌珍珠昂贵，可用珍珠层粉代替，两者化学成分基本相似。中医认为，珍珠层粉有平肝潜阳、安神制酸、清肝明目、收敛祛湿之功效。药理研究表明，珍珠层粉含有24种微量元素及角蛋白、肽类等成分，有护肤、养颜、抗衰老的作用。研究显示，每天服用2~3克珍珠层粉，可治疗粉刺、黑痣、演员化妆后油彩引起的皮肤过敏、脂溢性皮炎、单纯糠疹、雀斑、螨虫性皮炎等。

中老年人服用珍珠层粉两个月后，能改善记忆力衰退、失眠、多梦、胸闷、烦躁、头昏眼花、关节僵硬、肌肉酸痛、四肢冷痛等。

随着生活节奏的加快，生活水平的提高，空气污染和食物、果蔬中化肥、农药的残留，使人体血液黏度增高，而服用珍珠可清洁血液，降低血液黏度，消除脏腑积热。现在，医学界还研制出了珍珠注射液，用于治疗高血压病、老年人慢性支气管炎、慢性肝炎等，效果显著。

珍珠除养生防衰、美容护肤、装饰点缀外，还用于优生优育、妇科诸疾。孕妇佩戴珍珠项链（海水珍珠最好）或手链，安神定惊、心平气和、消除胎毒，还可使孩子日后相貌端正、肌肤细嫩、光滑柔润。这是中国古代胎养经书中介绍的“珍珠玉石类安胎养儿法”，取其“外相而内感也”之理。

现代医学研究证明，孕妇若经常处于良好的心态环境中，有益于胎儿的生长发育。不少女性在经前或经期情绪不稳，烦躁易怒，胸胁胀闷，乳房疼痛；而珍珠有平肝潜阳、定惊安神、清肝解郁的作用，佩戴珍珠项链有良好的调节作用，可使情绪平稳，心境安泰。

保养珍珠项链应注意以下几点：

一、不要在佩戴部位抹化妆品和香水。

二、不要戴珍珠项链到厨房及油烟重的地方。

三、不要暴晒或汗渍。

四、佩戴时间长后易附着体内的分泌物等，可用牙膏擦拭后，快速用清水清洗，而后用软绸或丝绒擦净。

五、取下后应放在项链盒中，轻拿轻放，避免摩擦与撞击。

（作者供职于湖北省远安县中医院）

■中药传说

紫花地丁

□李爱军

相传，古时候有两个乞丐经常在一起沿街讨饭，日久天长，感情渐渐深厚，便结拜为兄弟。两人白天讨饭，夜晚同宿于庙宇中。

一天，弟弟的手指突发疔疮，红肿发亮，疼痛难忍。哥哥心急如焚，心想若不及时诊治，手指可能会烂掉，于是赶紧带弟弟外出寻医。在不远的集镇上有一家药铺，既看病又卖药，老板见是两个乞丐来买药，就以拿些银两才给药为借口，将兄弟俩拒之门外。兄弟俩又找了好几家药铺，也没能求到治疗疮的药。

到了傍晚，兄弟俩来到一片山坡上歇息时，弟弟突然手指疼痛难忍，哭叫起来。哥哥一筹莫展。此时，满天晚霞照在山坡上，哥哥突然发现眼前有一种桔梗笔直像铁钉，顶头开着几朵紫花，在晚霞中格外显眼，便不由得掐上一朵放在嘴里嚼着，觉得又苦又凉。他灵机一动，急忙把嚼着的花瓣吐出来，顺手按在弟弟的手指上，并安慰道：“先用这湿花瓣给你凉凉吧！”没想到一会儿，弟弟感觉手指舒服多了，又过了一个时辰竟然不痛了。于是哥哥就采了一些带回庙宇中，并捣烂外敷在弟弟的手指上，同时用这种草熬水让弟弟喝下去。

第二天早上，弟弟的手指肿痛消下去一些，于是就继续服用3天，并外敷，疔疮竟然痊愈了。后来，兄弟俩就以上山采此草为穷苦人家治疗疔毒为生。为了让人们记住这种顶头开紫花的草能治病，兄弟俩根据这种草的形象，为其起名为紫花地丁。

紫花地丁，别名野堇菜、光瓣堇菜，为堇菜科植物紫花地丁的干燥全草，我国各地均有种植，春秋二季采收。紫花地丁洗净、切碎，可鲜用和干燥生用。

《本草纲目》记载：“治一切痈疽发背，疔疮瘰疬，无名肿毒，恶疮。”中医认为，紫花地丁味苦、辛，性寒，归心、肝经，具有清热解毒、凉血消肿之功效，适用于疔疮痈肿、丹毒、毒蛇咬伤等。

紫花地丁苦泄辛散，寒能清热，入心肝血分，故能清热解毒、凉血消肿、消痈散结，为治疗血热壅滞、痈肿疮毒、红肿热痛的常用药物，尤以治疗疔毒为特长。若治疗乳痈，常与蒲公英等配伍，煎汤内服，并以渣外敷，或熬膏摊贴患处，均有良效；若治疗肠痈，常与大黄、红藤、白花蛇舌草等配伍；若治疗清热解毒，常与金银花、野菊花、蒲公英等配伍；若治疗毒蛇咬伤，可用鲜品捣汁内服，亦可配雄黄少许，捣烂外敷等。

现代药理研究表明，紫花地丁有明显的抗菌作用，对结核杆菌、痢疾杆菌、金黄色葡萄球菌、肺炎球菌、大肠杆菌、伤寒杆菌等有抑制作用，对皮肤真菌及钩端螺旋体有抑制及抗病毒作用；其提取液对内毒素有直接的摧毁作用及抗蛇毒作用。

（作者供职于郑州广安中医院）

■中医典故

李时珍故里的中药“三宝”

□李笙清

湖北蕲春，古称蕲州，宋元以来名医辈出，医药著作丰富多彩，亦是撰写了我国古代药物学巨著《本草纲目》的明代著名中医药学家李时珍的故乡。当地历来就流传“指草皆为药，路人皆懂医”，留下“人往圣乡朝医圣，药到蕲州方见奇”之说。这里北依大别山，南临长江，雨量充沛，气候温和。丘陵、山峦、湖泊、港汊的复杂地貌，孕育出众多的中药特产。《本草纲目》记载的1892种药物中，蕲春出产的就达700余种。其中以蕲蛇、蕲龟、蕲艾尤为珍贵，都是上等的中药材，号称蕲州中药“三宝”。

蕲蛇

蕲蛇是一种蝮蛇，蛇头扁，呈三角形，背黑褐色，头腹及喉部为白色，剧毒，当地人称它为“五步蛇”，相传被它咬伤的人畜走不出五步就会倒地死亡。因其全身黑质白花，故还有“蕲州白花蛇”的别称。蕲蛇历史悠久，因对医治风痹、惊搐、癞癣有奇效，所以，一直是历代王朝索取的蕲州贡品之一。

据《尔雅》记载：“蛇死后皆闭，惟蕲州花蛇开。”最好的蕲蛇出处，当属蕲阳灵峰寺。《鸡肋编》记载：“今医家所用，惟取蕲州蕲阳镇山中者。去镇五六里有灵峰寺，寺后有洞，洞中皆此蛇，而极难得。得之者以充贡。”

蕲蛇的药用价值主要体现在它的血上。人们往往将蕲蛇不加清洗就直接浸泡于酒中做药酒饮用，或制成中药材，可起到追风祛毒、舒筋活络、止痉止痛的功效。以蕲蛇袋装同酒曲一起放入缸底，用糯米饭盖住，7天后取酒饮用，可治顽痹瘫痪、挛急疼痛、恶疮癞疥。另据相关史料记载，李时珍还曾用蕲蛇药酒治疗麻风病，疗效显著。

蕲龟

蕲龟为蕲春特产，俗称“绿毛龟”，自唐宋以来就久负盛名。蕲龟最小者只有铜钱大小，小巧玲珑。

蕲龟脊背上生长有许多细丝般的绿绒毛，浓密如苔藓，毛中有金线，腹甲则如乳白的象牙。当蕲龟身处陆地，绿毛会紧贴龟背；若是在水中，绿毛会散开漂浮于水面，煞是好看。

蕲龟饲养要勤换水，保证水质干净卫生，以鱼虾或细碎的牛肉喂食。蕲龟含有丰富的脂肪、蛋白质和其他营养物质，是有名的滋补品，滋阴补血，李时珍称“滋补方往往用之，与龟甲同功”。蕲龟入药有很多功效，可治疗阴虚、劳热、骨蒸、疟疾、咯血、血痢等。

蕲艾

蕲艾为菊科艾及其近缘种，是蕲春有名的中药材，香味较之其他地方生长的艾草更加浓郁，药用价值也比其他地方的艾草要高，以至于当地明清时期出现了“千门万户悬菖艾，出城十里闻药香”的景象。较之其他艾草，蕲艾植株高大，可达1.8~2.8米，含有17种化合物，其中所含艾草精油的出油率高出其他艾草几乎一倍，有两种化学成分更是其他艾草所没有的。

李时珍在《本草纲目》中为之正名：“自成化以来，则以蕲州者为胜，用充方物，天下重之，谓之蕲艾。”

李时珍的父亲李言闻亦是蕲州名医，著有《医学八脉注》等多种医药书籍。他曾对蕲艾进行过专门研究，并用蕲艾为患者治疗疾病，结合临床实践写下《蕲艾传》，其中有“艾草，产于山阳，采于端午，治病灸疾，功非小补”。

蕲艾很神奇，相传用其他地方的艾炷“灸酒坛不能透”，用蕲艾则能“一灸则直透彻”。蕲春人常常在端午时期采艾草，用以治病灸疾。“七年之病三年艾，起死回生人所赖”，这是流传于蕲春的民谣，对之赞誉有加。

蕲艾的茎、叶皆可入药，有祛湿祛热、消毒止血、平喘镇咳以及治疗皮肤瘙痒、湿疹、疥癣等多种功效。

（湖北 武汉）

本版图片为资料图片

征 稿

您可以发表自己的看法，说说您与中医药的那些事，或者写一写身边的中医药故事，推荐您喜爱的中医药书籍。

《读书时间》《我与中医》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《中医典故》等栏目期待您来稿！

联系电话：(0371)85966391 联系人：杨小玉

投稿邮箱：54322357@qq.com

洛阳市中医药学校2019年招生简章

河南省重点中等职业学校 河南唯一具有中等中医专业招生资格的学校

洛阳市中医药学校是经省教育厅批准的全日制普通中等专业学校，是全国20所具有中等中医专业招生资格的学校之一，位于风景秀丽的洛阳市南线旅游明珠陆浑湖畔，是莘莘学子求学的理想学校。该校基础设施完善，教学、实训、生活条件优越，师资力量雄厚，有全日制在校学生4100余人。该校常年开设医、护、药系列9个专业，其中中医、生物制药、护理、康复技术专业被确定为市政府重点支持的特色专业。该校以普通中专教育为主，兼有河南科技大学、河南中医药大学成人教育及乡村医生学历教育等多层次、多形式的教育体系。该校与洛阳市八大医院建立合作关系，以满足学生实习需要。该校十分重视学生就业安置工作，实行“订单招生”。该校始终树立以生为本的办学理念，从严治校，科学管理，注重培养学生的创新能力，坚持对口高考和就业技能培养两手抓，以升学和就业需求为导向，强化技能培养，紧跟市场步伐，合理开设专业，构建科学和谐的人才成长立交桥。良好的教学模式、富有特色的办学理念、广阔的就业门路，使学校得到社会各界普遍赞誉。该校目前已成为“学生信赖、家长满意、社会欢迎”的高素质医药人才培训基地。

该校是全省唯一具有中等中医专业招生资格的学校，经教育部、国家中医药管理局批准，2019年继续面向全省招收中医专业学员700名。

国家资助

根据财政部、国家发展和改革委员会、教育部、人力资源和社会保障部《关于扩大中等职业教育免学费政策范围进一步完善国家助学金制度的意见》及国家《秦巴山片区区域发展与扶贫攻坚规划》精神，在该校就读学生均可享受免学费及助学金政策。一、所有全日制在校学生免交学费。二、国家贫困县所有学生及城乡经济困难学生，第一、第二学年均可享受每年2000元的助学金。三、根据国家精准扶贫政策，凡属精准扶贫建档立卡贫困家庭的学生，每年可以享受国家教育扶贫助学金（“雨露计划”）3000元。

学生待遇

普通中专毕业生由省教育厅颁发普通中专毕业证书，省人社厅发放就业报到证，国家承认学历，可参加国家助理医师、护士、执业药师及相关医疗技师资格考试，应届毕业生均可参加全国对口高考（或单招考试）。

报名须知

一、参加中招考试的应届毕业生，可在所在中学报名，也可直接到该校招生办报名。

二、未参加中招考试的应往届初中、高中毕业生，社会青年及医学爱好者可直接到该校招生办报名。

三、年龄15岁以上，不限学历，均可报名。

2019年招生计划一览表

专业	专业代码	招生人数	学制	招生对象	收费标准
中医学	0134110	700	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	执行国家免学费政策
护理	0014102	500	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
药剂	0114108	100	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
中药	0184111	150	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
康复治疗技术	081408	200	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
生物制药技术	0034105	50	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
助产	0024103	50	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
医学检验技术	0074106	50	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	
口腔工艺技术	0094107	50	3年	应往届初(高)中毕业生及社会青年	

地址：洛阳市嵩县城关镇开发区·北园，在县城乘2路公交车到终点站（卫校）下车 招生专线：(0379)66301346 66300360

联系人：杜建芳 15136391899 刘建成 13783181393 杨新杰 13938866519

邮政编码：471400 网址：http://www.lyzyyxx.com 邮箱：lyzyyxx@188.com

广告

中医外治实用技术培训班

（面向乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生）

根据2019年新版《乡镇卫生院服务能力评价》《社区卫生服务中心服务能力评价》加强中医药要求，特开办中医外治实用技术培训班，所传授技术简单易学，学即能用。

培训对象：乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生。每单位限两人。参加者食宿自理，主办方协助安排。培训费每人1000元（送同等价值产品）。

主讲人：伦西全（1964年出生，1984年毕业于河南中医学院，百度搜索“伦西全”可了解详情）

主办单位：安阳市正本中药外治研究所

联系人：王红伟

(0372)2588505

18623828505（微信同号）

地址：河南省安阳市

来函来电即寄详细资料

广告

本报地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角 邮政编码：450046 电话区号：0371 广告发布登记证号：郑东工商广发登字第009号 照排：本报编辑部 印刷：河南日报印务中心（地址：郑州经开区第三大街168号） 定价：全年190元