

杏林撷萃

平乐郭氏正骨学术流派 八字家训传家久 德技双修济世长

□刘永胜 邓江海

“从呶呶学语开始，‘正骨、正人、正己、正心’这八个字组成的家训就牢牢铭刻在我心中，融入血液里，贯穿在行动中！”近日，在河南省洛阳正骨医院（河南省骨科医院），平乐郭氏正骨学术流派第八代传承人、该院副院长郭珈宜动情地说。

起源于河南省孟津县（现洛阳市孟津区）平乐镇平乐村的平乐郭氏正骨学术流派距今已有230年的历史，盛传八代。230年来，历代传承人始终恪守家训，精医术、修医德，致力于家学的发展与创新，该流派已成为国内最重要的中医骨伤科学术流派，形成了以洛阳为大本营、辐射全国，以及海外的分布格局。2006年，“中医正骨疗法”被收入第一批国家级非物质文化遗产名录，2019年入选文化和旅游部国家级非物质文化遗产代表性项目保护实践优秀案例。2022年，平乐郭氏正骨学术流派入选河南省首批优质中医学术流派。

萌芽时期和发展时期

平乐郭氏正骨学术流派的创始人郭祥泰系郭氏家族的第十七代传人。《郭氏家谱》记载，在清代乾隆及嘉庆年间，郭祥泰“居心平易，赋性谦逊，幼读书即好岐伯之学，缮练揣摩，专精于正骨，凡有病投者，触手即愈，数十年无遇一症而模糊，亦无一治而不痊者，富贵贫贱一以待之”。将儒释道三家医论集于一身的郭祥泰，被尊称为平乐郭氏正骨学术流派的鼻祖。

该流派第二代传承人郭树信，创立“益元堂”百年老字号，并创作《郭氏家训》，代代相传。

该流派第三代传承人郭贯田，自幼随父学医，编写《正骨手法要略》传于后人。《洛阳县志》记载郭贯田“多应外延请诊病”，慈禧亲笔书写“好好好”三字做匾赐之，又赐郭贯田五品顶戴，成为民间兼官职的御医。

从第四代传承人郭聘三开始，平乐郭氏正骨学术流派进入发展时期。郭聘三在家传中医正骨术的基础

上，研究全身骨骼体系，绘制人体骨骼图谱。《洛阳县志》所载：“聘三承祖父业……成一家法，名闻海内……闻名请诊，经手平复，莫不叹服，而郭氏遂为中外所独有，求医者，户外常满……”

1930年，35岁的第五代传承人郭灿若突患重病，当时其子郭维淮不满1岁，眼见郭氏正骨后继乏人，他毅然冲破“传男不传女”的封建束缚，将技术传给妻子高峰。

飞跃时期

“高峰先生不仅是平乐郭氏正骨学术流派的第五代传承人，还是平乐郭氏正骨学术流派的开拓者、我国中医骨伤科高等教育的奠基者，是平乐郭氏正骨学术流派迈入飞跃时期的标志性人物！”在全国中医骨伤界，许多人如是评价。

中华人民共和国成立后，平乐郭氏正骨学术流派获得了新生，得到了党和政府的关怀和重视。1952年，高峰携其子郭维淮将家传秘方“展筋丹”“接骨丹”公之于世，献给人民。

1956年，高峰应邀到北京参加全国政协二届二次会议，受到毛主席、周总理的亲切接见。毛主席勉励她“多带徒弟，好好为人民服务”。那年9月，在党和政府的支持下，高峰在平乐郭氏正骨家庭诊所的基础上，创办了洛阳专区正骨医院（河南省洛阳正骨医院的前身）。

1958年，高峰创办了我国第一所中医骨伤科大学——河南平乐正骨学院。这所被业界誉为中医骨伤科“黄埔军校”的学院，为我国中医骨伤科学的发展做出了卓越贡献。

1959年，她又建立了河南平乐正骨研究所（后更名为河南省正骨研究院），并自制家传骨伤药物。在20世纪50年代，平乐郭氏正骨就实现了医、教、研、产“一体化”的发展。

壮大时期

正骨世家，代代英才。平乐郭氏正骨学术流派第六代传承人郭维淮自幼学医，16岁独立应诊，1956年起，协助母亲高峰建立

洛阳专区正骨医院、河南平乐正骨学院及河南平乐正骨研究所，他是我国现代中医骨伤科高等教育的开拓者、平乐郭氏正骨的集大成者。

据悉，1960年，郭维淮主持编写第一部中医骨伤高等教育教材《正骨学讲义》；1978年，“中西医结合手法复位治疗外伤性陈旧性关节脱位”获得全国科学大会奖；1995年，郭维淮主持编写了《平乐正骨》一书，归纳总结出平乐郭氏正骨“气血辨证理论”，以及“三原则”的学术思想和“四方法”的诊疗方法；1995年，被授予全国卫生系统最高荣誉奖——“白求恩奖章”；2007年，被确定为国家级非物质文化遗产项目“中医正骨疗法”代表性传承人；2019年，获全国中医药杰出贡献奖。

该流派第七代传承人郭艳锦、郭艳幸将平乐郭氏正骨学术思想及特色诊疗方法扩展为“七原则”“六方法”。“七原则”即平衡为纲、整体辨证、筋骨并重、内外兼治、动静互补、防治结合、医患

合作；“六方法”即诊断方法、治伤手法、固定方法、药物疗法、功能锻炼、养骨方法，成为平乐郭氏正骨学术流派的创新者。

郭艳幸还提出了平衡理论，即气血共调平衡论、标本兼顾平衡论、动静互补平衡论、筋骨并重平衡论、五脏协调平衡论、形神统一平衡论、天人合一平衡论、起居有常平衡论、膳食均衡平衡论。2021年，郭艳幸被授予“河南省中医药杰出贡献奖”。

该流派第八代传承人郭珈宜、郭马珑在平乐郭氏正骨平衡理论指导下，构建了平乐郭氏正骨养骨理论体系。平乐郭氏正骨养骨理论是以平衡理论为指导，在长期防治骨伤科疾病的临床实践中总结出了一套关于筋骨养生、保健、防病与促进康复的实用科学，包括体质养骨法、情志养骨法、起居养骨法、膳食养骨法、运动养骨法、药膳养骨法、四时养骨法、手法养骨法、调气养骨法、音乐养骨法、器械养骨法。郭珈宜还在养骨理论的基础上，构建了“骨亚健康体系”，通过整体辨识，运用平乐郭氏正骨的特色疗法，实现骨亚健康向疾病方向的阻断。

“八字家训传家久，德技双修济世长！”郭珈宜说。平乐郭氏正骨学术流派将继续以河南省洛阳正骨医院为传承基地，秉承“正骨人，人正骨正；医患情，情真心真”，以减轻患者病痛为己任，为人民群众的骨健康保驾护航。

养生堂

说到生姜，大家都不陌生。生姜不仅是日常生活中常见的食材，还是常用的调味品。其实，生姜还是一味中药。姜入药有生姜、干姜和炮姜之分，其来源虽然相同，但是功效和特性却有很大的差异。

生姜，也就是我们从超市购买的鲜姜。它具有辛辣、芳香和温热等特点，能刺激胃液分泌，增强食欲，助消化。从中医角度上讲，生姜具有解表散寒、止呕解毒、温肺止咳的功效，常用于风寒感冒、脾胃虚寒导致的呕吐、肺寒咳嗽等症的治疗，甚至可以解鱼、蟹之毒。

干姜，是将生姜晾干后所得，其性质比生姜更温燥。干制后，姜由生时的外散变为干后的内守，解表

药食同源话生姜

□张岩荣 文/图

发汗作用消失，转变为温中温阳，性质从辛温变为辛热。干姜能温中散寒，对于脾胃虚寒、腹部冷痛、呕吐、腹泻、痛经，以及月经不调等症状有良好疗效。

炮姜，是将干姜进一步炒制而成。炒制后，姜的辛燥性降低，苦味增强，颜色加深；温里虽然不如干姜迅猛，但是其性质更加温燥，具有一

定的收敛作用，可用于治疗便血、崩漏等虚寒性出血。同时，炮姜具有温中止痛的功效，可用于治疗女性痛经和产后腹痛。

那么，在日常生活中，怎样正确使用姜呢？

1. 在风寒感冒初期或者淋雨后，可用姜水加盐泡脚。做法：将双脚泡于温热的姜水中，并在姜水中

加入适量盐；在泡脚过程中不断添加热水，浸泡到脚面微微发红即可。

2. 当出现风寒导致的咳嗽症状时，可以用生姜汁擦背。做法：将生姜汁和温开水按照等比例混合，将其均匀地涂抹在背部的皮肤上即可。

3. 因关节炎导致疼痛难耐时，可将盐水煮姜后外敷，可以缓解疼



痛。做法：将生姜切成厚片，用浓盐水煮熟，用热的姜片外敷于腰部和膝关

节，反复数次，可起到舒筋活络、缓解关节疼痛的作用。

（作者供职于河南省鹤壁市中医医院）

读书时间

清代商丘医家田绵准与中医养生典籍——

《援生四书》

□田启礼 文/图

河南是中华文明的主要发祥地之一，光辉灿烂的中原古代文明，造就了丰富多彩的中医药文化。在这块古老而神奇的土地上，除了医圣张仲景之外，还产生了众多贤才名医及杰出的医学家。河南商丘归德田氏十七世祖田绵准，就是其中一颗璀璨的明珠，他的《援生四书》，对中医养生学产生了较大影响。时至今日，该书仍被视为“中医名家珍稀典籍”，而置入“中原历代中医药名家文库”。

己的顽疾，很快便声名远播，成为一位自学成才的医家。从此，“问症者接踵于门，延医者连年于道”。

田绵准晚年精著《援生四书》四卷，在咸丰三年（1853年），“在病中手集成书”，完成初稿；1854年至1873年，经过精心修订，最终完成全书，并经“宗愚弟”田裕堂校对刊印。

《援生四书》，内容丰富，劝导善行，强化健身

《援生四书》包括《延命金丹》《护身宝镜》《本草省常》《医方拾锦》，共四卷。《延命金丹》为全书首卷，主要讲述养生保健的理论。该卷除序文外，分为44个节段，其中，养生歌41篇、诗歌10首、要语15则，收录陶弘景、孙思邈、刘完素等医学家的养生至理名言，邵雍、程颢、朱熹等理学大家的养生学说理念，以及寇准、范仲淹、刘伯温等宦官的养生纲领原则等。他还将劝人积德行善、崇尚孝道、仁厚寡欲、顺时养生作为一条主线，贯穿其中。

《护身宝镜》卷主要是谈起居调

理的方法。该卷序言之后，随有“内调五脏，外养四肢，至理名言，凡七十余则”。立足于阐明《黄帝内经》《神仙传》等中医典籍和道家典籍有关中医养生的宗旨要义，收录了规避外感邪气、四时调摄方法和日常养护方法，还有孙思邈等医学家，以及老子、吕洞宾、钟离仙、张果老等道教名家气功导引方法等。

《本草省常》卷论日常饮食的性味，融汇宋代唐慎微《证类本草》、明代李时珍《本草纲目》、清代严洁《得配本草》等本草著作，收录水性类食物19种、谷性类食物47种、气味类食物26种、菜性类食物92种、瓜性类食物15种、果性类食物80种、禽兽类食物26种、鱼虫类食物45种等，总共有350种食物之多。每种食物后载有食物异名、药性、食用方法、功用、主治，最后还附有食用禁忌，便于读者甄别选择，补养身体。

《医方拾锦》卷为田绵准游艺所辑，是写法疾保身的医方。该卷收

录头方、面方、耳方、目方、口方、齿方、鼻方、声音方、周身方、茶酒方、杂方、足方、救饥方、诸伤方等17个方面，治头屑、少白头、鼻血不止、蝎子蜇伤、蚊虫咬伤等护养身心的方剂及方法53条。这些世传奇方和民间验方，采而集之，尽归有用。

医学典籍，稀世珍品，扛鼎之作，价值极高

《援生四书》总序载：“昔范文正公云：予不得为良相，愿为良医。盖医之治人与相之治国，其事虽殊，其所以为心一也。”称田绵准“自明代以来，世世簪缨，其余以文章艺术显者至今未艾，而以医道传惟寒劲子为尤著。”他撰著的《援生四书》，“首言长生至理，次之以起居，又次之以饮食，食终以方药，皆遵灵素奥旨，体验以扩之。是诚得好生之心，而以道授天下者矣。”使阅读此书者，“知养生之道，乐仁寿之天相，传授生于无穷”。“岂不与道德文章齐治均平之良相，俱成不朽之业也哉？”这里给予《援生四书》及作者田绵准

的评价是极高的。

《援生四书》校注者卜俊成等认为：《援生四书》是清代河南籍本土医家中医养生著作中的集大成者。全书撷取《黄帝内经》《本草纲目》《急救广生集》《冯氏锦囊秘录》《医方集解》等医家典籍，《遵生八笺》《老老恒言》等中医养生书籍，《丘处机集》《太极生》《万寿仙书气功图谱》等道教著作精华，再结合自身实践所悟，从基层视野解读中医养生保健、祛除疾病的方法，内容包罗万象，是河南本土医家的中医养生扛鼎之作。

该书还是研究古代贤达中医养生理念和方法的重要文献。全书不仅收录了老子、庄子等道家名士的养生理念，还有孙思邈等中医名家的养生心得体验；不仅收录了朱熹、范仲淹等名人贤达的养生准则，还辑有四季、昼夜等具体的调摄方法，可以说是人们系统研究古代养生文化的重要抓手和经典文献，亦是详细了解 and 借鉴古代人起居饮食、养生健体的读物。

该书成书于清咸丰三年（1853年），在同治十二年（1873年）刊印，距今近150年。历史沧桑，时代变迁，《援生四书》在田氏家族中已经很少有人知道了，卜俊成等人在浩瀚的书海中发现了这部典籍，以仅存的清代同治十二年（1873年）余庆堂刻本为底本，对该书进行了校注。他们不仅使几近失传的《援生四书》重新与世人见面，还对原书进行了校注，并在书前对该书基本内容和学术思想加以介绍。这是对这笔宝贵文化遗产的保护和传承，意义十分深远。

（作者系商丘师范学院现代艺术学院客座教授）

中药传说

相传，在很久以前，一个未婚姑娘的乳房长了一个疙瘩，她的乳房不仅红肿，还很疼。其实，这个姑娘是得了乳痈。乳痈多发于哺乳期妇女，未婚姑娘患乳痈是很少见的。由于在封建时期，姑娘羞于开口，但日益加重的病情，让她忍无可忍。

后来，姑娘的母亲看出了异样，以为女儿做了伤风败俗的事情，就斥责女儿。姑娘羞愧难当，还不知道怎样辩驳，觉得自己无颜见人，就投河自尽了。

姑娘被水冲到了河的下流，被一对姓蒲的父女救了。他们救了姑娘后，询问姑娘为什么轻生，姑娘就一五一十地告诉了他们。第二天，老人让女儿小英去野外挖一种小草，然后将整棵小草洗净后与白矾一起捣烂成泥，再把药泥敷在姑娘的乳房上。几天后，姑娘的乳房不疼了，她痊愈了。后来，老人和小英把姑娘送回家了，并帮助姑娘向母亲解释了缘由，消除了误会。

村民纷纷向姑娘询问药的名字，姑娘为了纪念恩人，就称这种药叫蒲公英。

蒲公英是多年生草本植物，开花数随生长年限而增多，花期为4月~9月，果期为5月~10月。

中医认为，蒲公英全草都可入药，具有清热解毒、消肿散结、利尿通淋等功效，是治疗疔疮肿毒、乳痈的良药。蒲公英清热解毒、消痈散结的作用与紫花地丁相似，且常同用。治疗乳痈，可单用蒲公英，用法是鲜品内服或捣成泥后敷在乳房上。蒲公英还可以与忍冬藤配伍，捣成汁内服，用于治疗火毒较盛之证；与赤芍、牡丹皮、大黄等配伍，可用于肠痈之证；与板蓝根、玄参同用，可治咽喉肿痛；与菊花、龙胆草、黄芩等配伍，还能治目赤肿痛。

对于蒲公英的药用价值，很多医书都有记载。《开宝本草》记载：“蒲公英味甘，平，无毒。主妇人乳痈肿，水煮汁饮之，及封之，立消。”明末清初医学家李中梓所著《雷公炮制药性解》记载：“蒲公英，味苦甘，性寒无毒，入脾、胃二经。化热毒，消恶疮结核，解食毒，散滞气。细锉，同忍冬藤配汁入酒，以治乳痈，服罢欲睡，是其功也，睡觉，病已安矣。”清代医学家黄宫绣所著《本草求真》记载：“蒲公英，入阳明胃、厥阴肝，凉血解热，故乳痈、乳岩为首重焉。缘乳头属肝，乳房属胃，乳痈、乳岩，多因热盛血滞，用此直入二经，外敷散肿敛效，内消须同夏枯、贝母、连翘、白英等药同治。”

金元四大家之一朱丹溪云：“蒲公英花黄属土，宜入太阴、阳明经。有一种花叶茎相类而高硕者，非也。其真者短小塌地，质甚脆，断之有白汁，其花干如葱管空者是也。四时常花，花罢飞絮，絮中有子，落地则生，则其禀天地中和之性可见矣，故治诸毒。又为黄花地丁者，以治疗毒者名也。”

现代药理研究发现，蒲公英不仅有抗病原微生物的作用，还能消灭耐药性金黄色葡萄球菌、溶血性链球菌。另外，蒲公英还有保肝、利胆、利尿、抗内毒素、抗肿瘤、抑制胃酸分泌、抗胃溃疡等作用。

需要注意的是，患者应在中医医师的指导下使用蒲公英，不要自行服用，以免出现不良反应。

（作者供职于河南省汝州市卫生健康委）

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。

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

联系人：李歌
投稿邮箱：
258504310@qq.com
邮编：450046
地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委8楼医药卫生报社编辑部

