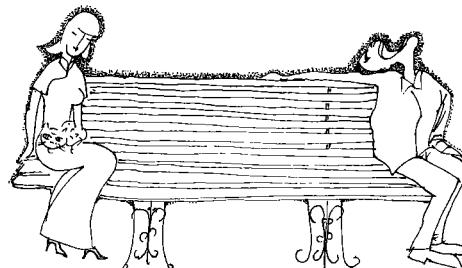


千口一杯饮治阳痿

□ 周德春



清代梅启照增辑的《验方新编》，是一部博载民间习用奇验良方为主而兼收医家精论治验的方书。具有“亦精亦博，既简既便，病者可按部稽症，按症投剂，犹如磁石取铁”的特点，在民间广为流传。其中，《验方新编》辑入的千口一杯饮治阳痿一方，临床颇获效验。

千口一杯饮的方药组成：人参 15 克，熟地黄 15 克，枸杞子 15 克，仙灵脾 10 克，沙苑子 10 克，远志 10 克，母丁香 10 克，沉香 3 克，荔枝肉 7 克。

阳痿一症，系因气血亏虚，肝肾郁滞，精气虚寒，命门火衰所致，治疗当温补气血，调节命门，扶正固本。本方以人参为主药，甘温大补元气，健脾养胃益肾。熟地黄、枸杞子为辅药，活血而补血，辅主药共凑气血双补。仙灵脾、沙苑子、荔枝肉为佐药，补肾壮阳，祛寒固精。远志、母丁香、沉香为使药，宁心安神，纳气开窍，温

肾助阳。全方配伍恰切，药量得当，尤适用于治疗命门火衰型阳痿。

本方制法独特：即将上药用高度烧酒或黄酒 1000 毫升，浸泡 3 天，密封使不泄气，隔水煮 1 小时，取出埋入净土内，以出水气，逾 31 日即可启封饮用。

服用千口一杯饮也有讲究，每次取一杯（约 20 毫升），徐徐多次（千口）而饮下，并意守丹田，缓缓使药酒下行，直达下焦肾脏。所述“千口一杯饮”，意指小口少量多次频饮，一般可掌握在一百口左右，以充分提高药酒的生物利用度，增强疗效。

其功效可生精、养血、益气、安神，滋补肝肾壮阳。用于治疗因命门火衰致阳事不举或举而不坚之阳痿症，也可用于治疗肾阳虚之精子活力下降等症。

我能吃泻药助便吗

编辑同志：

我今年 70 岁，已经有十余天没有排便了。起初也没有重视，因为从前也有类似的情况，过几天后自然而然的就好了。谁料这次一等就等了 10 天，渐渐的我没有食欲，却常有恶心想，睡眠质量也大不如前，特别是肚子胀得厉害。请问我能吃泻药助便吗？

内蒙古：彭×

彭读者：

门诊常有这样的病人前来就诊，我们俗称为便秘，通常是指 7 天内排便少于 2~3 次，排便过程不顺利，包括大便太少、太硬，排出困难，常需手法帮助排便。便秘发生因素很多，对于年轻的便秘患者，多是由于学习和工作压力繁重，生活方式不规律，食物缺乏纤维素，或因各种原因抑制或忽略排便使得便秘加重；老年患者则