

护理不当所造成的如水流漓之证。过汗非但表证未解,反而损伤阳气,表阳虚弱,卫外不固,汗漏不止,结果造成阴液不足,就是其例。

4 病后调护法

大病初愈,津液未复,元气未充,余邪未尽,此时愈后调理尤为重要。首先当嘱病人避风节食,安适静养,以待痊愈,决不能妄劳妄作,扰动元神,而使余邪复萌,疾病复发。其中,因起居失常、因劳复发者,谓之“劳复”;因饮食不节复发者,谓之“食复”。《伤寒论》为病后调养护理及治疗提出了理论依据和治疗方法,如 393 条“大病差后,劳复者,枳实栀子豉汤主之”。本条指出,外感热病病愈后阴阳未平、气血未复、余热未尽,又因妄动作劳、调护不慎,导致余邪萌动、热自内发、扰于胸膈、气机壅滞之候。

正如钱天来所释“大病新差……但宜安养,避风节食,清虚无欲,则元气日长,少壮之人,岂惟复旧而已哉。若不知节养,必犯所禁忌,而有劳复、女劳复、食复、饮酒复剧诸证矣。夫劳复者,如多言多虚,多怨多哀,则劳其神;梳洗沐浴,早坐早行,则劳其力,皆可令人重复发热,如死灰之复燃”,指出新差之体保持精神和体力上的安静休养,对病愈后机体状况的影响。

古人历来非常重视正气与发病、正气与康复的内在联系。认为饮食有节,起居有常,不妄作劳,恬淡虚无,精神内守,真气从之,病安从来?养生防病尚须如此,况新差之体,元气未充、脾胃功能尚弱,适当休息、饮食节制,则脾胃和,脾胃和则百体安,此调理病余、恢复正气之要法。

“风为春季主气”辨析

白求恩国际和平医院(石家庄 050082) 王 辉

主题词 病因(中医)

举凡诸家,皆认为“风为春季主气”,此系以经文为依据,迭代相传至今。笔者认为,此论于理欠当,兹辨析如下。

1 若“风为春季之主气”,则“风为百病之长”难于理解。风为大气运动所致,四季皆有,终岁常在。风邪伤人,为外邪致病之先导。因风无定体,每随四时八节气、早晚晴雨之不同,而有兼夹寒热燥湿之各殊,故寒热燥湿多依附于风侵袭人体而发病。清·莫枚士曾云“风,中央土气,此言最的。土旺四时,故春温、夏热、长夏湿、秋燥、冬寒之气,皆于风见之……以六元言曰六气,以五方言曰五风,以八方言曰八风,自六气之偏盛者言曰六淫,皆此一风,乃天地所以生万物、长万物、茂万物、收万物、藏万物者也。此气失和,则病万物,而又彻乎四时”,详细阐明了风之特性。

2 四季均有主气,如夏之暑热、长夏之湿、秋之燥、冬之寒。此“寒热燥湿”皆言大气之性,而风则为大气自身之运动,二者明显不同。

3 春季之主气当为“温”。春主生发万物,非“温”不可,但因于早春尚有严冬之余寒,故温热之性不甚显著。至晚春阳气渐升,阴气渐降,温热之性始为明显。此“温”与夏之暑热相应,正如秋燥与冬寒相应。秋燥为阴邪,但因有夏之余热,故易伤津耗液。至深秋则其阴寒之性渐显。

4 究之临床,春季多见温热之病,如春温、风湿、冬温等。因“温”为阳邪,伤人甚速,易于伤阴耗液,故起病急骤,呈现一派阳亢阴伤之病况,治疗则宜清热保阴为主。而风邪致病,四季皆有,且常兼夹它邪而病。如外感病初起,见恶寒无汗、口不渴、苔白腻、脉浮紧者,为风寒致病;咽喉红肿疼痛、口渴、舌红苔黄、脉浮数者,为风热致病。炎暑季节出现高热、嗜睡、痉厥抽搐者为“暑风”;秋季因风吹日久,见口渴、咽燥、鼻干、舌上少泽者为“风燥”;冬季常因“风寒湿三气杂至,合而为痹”,可见关节酸楚、疼痛、肿胀等。

综上所述,风邪四季皆有,终岁常在,其伤人常因季节不同而兼夹各异。春主升发万物,非温不可,春季之主气当为“温”。