

# 杏林雨丝

very light rain in apricot woods

中医函授通讯编辑部 2000年第三期 欢迎投稿 敬请指正

紫苏 (*Perilla frutescens* (L.) Britt) 为唇形科紫苏属植物,是临床常用的药物之一,原产于我国,已有2000多年的栽培历史,一般药用部位是紫苏子、紫苏叶、紫苏梗,分别来源于紫苏的果实、干燥叶和干燥茎。

紫苏种子味辛温无毒,归肺经,具有降气平喘、祛痰、润肠之功效。紫苏叶有解热抗菌作用,辛温能散,气薄发泄。据《本草汇言》记载:“紫苏,散寒气,清肺气,宽中气,安胎气,下结气,化痰气,乃治气之神药也。一物可有三用:如伤风伤寒,头痛骨痛,恶寒发热,肢节不利,或脚气疝气,邪郁在表者,苏叶可以散邪而解表;气郁结而中满痞塞,胸膈不利或胎气上逆,腹胁胀痛者,苏梗可以顺气而

## 紫苏药用考析

宽中;一旦上气喘逆,苏子可以定喘而下气,痰火奔逆,苏子可以降火而清痰”。临床用苏叶与少量干姜治疗慢性气管炎,按10:1制成25%的苏叶药液,每日早晚各服1次,每次100ml,10天为1疗程。每两个疗程间隔3天,4个疗程有效,显效达76.8%。

紫苏梗能通百脉,治咽喉烦闷,通二便,止下痢赤白。药用部分是秋末种子成熟后收割,去掉小枝、叶片及果实晒干后的粗梗。表面紫棕色或淡紫色,质硬体轻,断面黄白色,有香气。紫苏梗容易贮存,露天堆放半年以上,雨淋水露,也不见发霉。药用苏梗应放在干燥、通风的仓库,保存效果更好。

紫苏苞可治血虚感冒,且有明显的疗效。此外,紫苏种子含油量达32~50%,是轻重工业均可利用的高级油料。用紫苏种子提炼的油在25℃条件下的折光率1.475,皂化值197,碘值208,酸值19.1,是优良的干性油。其油膜加热时不易溶化,也不易溶于有机溶剂中,为此,可用来制造清漆、色漆、阿立夫油、油墨以及肥皂、染料、人造革、油毡、化妆品、高级润滑油,可作为营养保健食品添加剂。(王瑞玮 王生瑞)

## 春季话补

一年之计在于春,春天是体质投资的最佳季节。

中医养生学认为,药补不如食补,食补不如神补。从自身健康状况出发,宜将三者互相配合,有所侧重。

### 一、神补

改变这种不良情绪最佳方式就是根据个人的体质状况和爱好,寻求各自的养性,以陶冶情操,舒畅情志,养肝调神。春暖花开时,可约上亲朋好友外出踏青赏柳、玩鸟或散步练功等,有利于人体吐故纳新,采纳真气,以化精血,充养脏腑。

### 二、食补

春季食补宜选用较清淡温和且扶助正气、补益元气的食物。如偏于气虚的,可多吃一些健脾益气的食物,如米粥、红薯、山药、土豆、鸡

蛋、大枣、栗子、蜂蜜、牛奶等。偏于气阴不足的可多吃一些益气养阴的食物,如胡萝卜、豆芽、豆腐、莲藕、荸荠、百合等。

另外,春季饮食还要吃些低脂肪、高维生新、高矿物质的食物,如新鲜蔬菜、荠菜、蒲公英等,这对于因冬季过食膏粱厚味,所致内热偏亢者,还可起到清热解毒、凉血明目、通利二便、醒脾开胃等作用。

### 三、药补

至于药补,是针对人体已明显出现气、血、阴、阳方面的不足,依靠食补已不能纠正其亏损时,则应在中医指导下,施以甘平的中药,以平调阴阳,祛病健身。对于体虚乏力、少气懒言、不耐劳累、经常感冒、容易出汗或内脏下垂等,可酌情选用中成药补中益气丸等配合治疗。(王惠茵)

## 尿疗小考

●在5,000年前印度教经典中,就曾有记载关于尿疗法的相关事项达107项。

●东汉医圣张仲景在《伤寒杂病论》中已多次提到应用人尿的处方治病。

●唐朝杨贵妃利用童尿来养颜美容,常保青春。

●清朝慈禧太后服9种中药配合童尿制成药丸,用于治疗妇科疾病。

●《圣经》有一个章节亦提及:“你最好喝自己的水,或由井中涌出的水才好”其中“自己的水”指的即是尿液。

●日本约在750年前镰仓时代“一遍上人”也利用尿疗法行医救世,所到之处争相祈尿之景,四处可见。

●欧洲的吉普赛人、意大利、匈牙利、南斯拉夫、希腊、非洲及美国的印第安人自古以来就已运用尿疗法。

●当代世界上公开提倡尿疗法的鼻祖英国的自然疗法论著-j.w.阿姆斯特壮先生在他的著作《生命的水》(THE WATER OF LIFE)中便首先描述亲身体验尿疗法的效能。

●印度前总理(首相)德赛,每天早晨喝一杯尿来维持身体健康,高寿九十九岁。其肤色光滑,从未为有过病痛而苦恼,而喧腾一时。

## 朱锦富与尿疗法

近年来,许多报纸、杂志时而不断地登载印度、日本、台湾、香港等国家和地区流行尿疗法治病强身的报道,朱锦富将祖传喝尿秘方“回龙汤”公布于世,对服时、服法、取尿、尿质、药引、对症及注意事项等都有明确的规定和严格的要求,口授秘诀是:“回龙汤,寅卯尝。治血症,管拔劳。去隐疾,助成长。补气血,滋阴阳。冬至服,立春放。戒荤腥,不可忘。除头尾,要中央。目睹色,欲清澈。竹做引,达病盲。枣作辅,除口障。年年服,益寿疆。”自身尿疗法具有延緩衰老、延年益寿之功,这一疗法既古老又有现代科学依据,既不需要花钱又能治病强身,既简单易行又人人可用。根据文献报道和他自身五十六年的喝尿体验显示,尿液这种人类“体内之水”,不仅对多种疑难杂症有效(如对癌症、脑中风、心脏病、风湿、伤痛等有神奇般的疗效);对无病的人亦能产生滋阴补阳之作用。

## 致广告客户

《中医函授通讯》设有广告部,承办广告业务。当您的企业新产品问世时,当您的医院独具特色,还没有名驰遐迩时,当您著书立说后,苦于读者尚未青睐时,当您办学而又不为学员所知时……本刊将全方位、立体化、多层次地把创意独特、构思新颖的信息传递给国内外的广大读者。

企业欲拓展市场,贵在树立自己的形象,重在提高其知名度。《中医函授通讯》是您的忠实朋友,愿为您的事业的兴旺发达助一臂之力。