

《金匱要略》預防為主思想探要

南京中醫藥大學(210029) 王新生

主題詞 《金匱要略方論》——注釋

1 防病未然,調攝固本

未病之前積極預防,以避免疾病的發生,而一切預防措施都是圍繞着正氣和邪氣展開的。在正氣與邪氣這一對矛盾中,尤其重視正氣在防病中的地位。“若人能養慎不令邪風干忤經絡”,養慎,即內養正氣、外慎風邪。人們必須掌握自然規律、順應四時氣候變化、保持體內外環境的協調,才能達到防病保健之目的。“不遺形體有衰,病則無由入其腠理”。重視預防疾病發生的措施。

1.1 飲食有節:《金匱要略》較詳細地論述了飲食衛生和飲食的合理調配。“凡飲食滋味,以養子生,食之有妨,反能為害”,“移任之邪,從口入者”,“移飯、饌肉、臭魚,食之皆傷人”,防止病從口入,並告誡要使身體安然無恙,健康長壽,對飲食的服用與禁忌,應該有所知曉。“所食之味,有與病相宜,有與身為害,若得宜則益體,害則成疾”。立專篇詳細論述禽獸蟲、果實菜谷禁忌。飲食應全面,“節其冷熱苦酸辛甘”,五味不宜偏嗜,才能使營養齊全合理,有益於健康。飲食要注意避免冷熱,大冷大熱、過飽過飢皆易損傷胃氣。正如《靈樞·師傳篇》曰:“食飲者,熱無灼灼,寒無淪淪,寒溫適中,故氣將持,乃不致邪僻也”。

1.2 衣着適宜:季節有春夏秋冬之不同,氣候有寒熱溫涼的差異,衣服要隨着氣候的冷熱而增減,這就是適寒溫。否則,就易損傷正氣感受外邪而得病。孫思邈《養生歌》曰:“春寒莫放綿衣薄,夏月汗

火不足者而設。陰陽生化之道,孤陰不生、獨陽不長,欲補腎陽必於陰中求陽,陽得陰助而生化無窮。方中,干地黃滋補腎陰,山茱萸、山藥補養肝脾,輔助滋補腎中之陰;以少量附子、桂枝溫補腎中之陽,意收“益火之源,以消陰翳”之功。

(作者簡介:李越蘭,女,40歲,1982年2月畢業於浙江中醫學院,現任講師。)

(1996-2-5 收稿)

多須換着,秋冬衣冷漸加添,莫待病生才服藥”。《素問·四氣調神大論》謂:“陰陽四時者,萬物之終始也,死生之本也,逆之則災害生,從之則苛疾不起”。

1.3 節制房事:“房室勿令竭乏”,以免損傷元真之氣。腎精之盈虧,決定人的生長發育、強壯衰老,以至壽命長短。《素問·金匱真言論》曰:“夫精者,身之本也”。如房事不節,勢必腎精虧虛、腎精不足,輕則身體虛弱,易致虛勞之患;重則根本動搖,難以克享遐齡。

1.4 避免意外災傷:除了自然因素、個人衛生對健康的影響外,《金匱要略》認識到環境因素對健康和疾病有密切的關係,提出避免禽獸災傷,防止意外事故對人體造成的傷害。通過多種預防,使“五臟元真通暢,人即安和”,達到防止疾病發生的目的。

2 初病早治,防其發展

病邪尚在體表時,即早期治療以防止病邪入里。《素問·陰陽應象大論》曰:“善治者治皮毛,其次治肌膚,其次治筋脈,其次治六腑,其次治五臟。治五臟者,半死半生也”。疾病初始階段,病情輕淺而正氣未衰,易于治愈。“適中經絡,未流傳臟腑,即醫治之”,採用多種方法,“四肢才覺重滯,即導引、吐納、針灸、膏摩,勿令九竅閉塞”,使機體氣血暢行、驅邪外出。

3 既病防變,治在証先

先安未病之臟,防止疾病傳變。根據五臟六腑之間相互資生、制約的規律,從臟病惟虛則受之,而實則不受;臟邪惟實則能傳,而虛則不傳,對未病之臟預先調理。以肝病為例,指出“見肝之病,知肝傳脾,當先實脾……四季脾旺不受邪,即勿補之”。肝實之病,在治肝的同時,注意調補脾臟,目的使脾臟正氣充實,防止肝病蔓延。如果脾臟本氣旺盛,則病不傳。治在証先,提前用藥。欲作剛瘕,服藥先防。根據“小便反少,氣上沖胸,口噤不得語,欲作剛瘕”,提示病雖在表,却有里傳之勢,是發瘕先兆,若不加治療,將發展為背反張、臥不着席的瘕病,用葛根湯升津養筋。對因發汗過多、損傷心陽、水飲內動、臍下悸、欲作奔豚,治在發病之前,用茯苓桂枝甘草大棗湯通陽降逆、培土制水,防其發展為奔豚。

《伤寒论》汗出证治十二法

包头医学院第一附属医院(014100) 朱 才

包头医学院第二附属医院

岳在文

主题词 《伤寒论》 中医治法

1 调和营卫法

适用于太阳中风、营卫失和之发热、汗出、恶风、脉浮缓之证(第2条)。本证之汗出为“营弱卫强”,治宜桂枝汤解肌祛风、调和营卫。本方不仅适用于太阳中风证之汗出,举凡杂病之自汗出,属于此卫气不和也(第53条),皆可应用。

2 化气行水法

适用于太阳病汗不如法、表邪入里、膀胱气化失调、蓄水于内之脉浮、小便不利、微热消渴、汗出等(第71、73条)。本证之汗出既见于表邪未解,亦见未兼表者,以其水蓄内停、三焦气化失司、反渍肌腠而为汗出,其理如《灵枢·本脏篇》曰“三焦膀胱者,腠理毫毛其应”,此之谓也。治宜五苓散化气行水。

3 解肌清热法

适用于病入阳明、邪以化热、充斥内外、热淫莫制之身热、汗自出、不恶寒、舌上燥而渴、烦渴引饮不解、脉浮滑者(第176条)。本证之汗出为热迫津泄。治宜白虎汤辛寒清热,以解阳明独盛之热。伴有伤津耗气者,加人参以益元气、生津液,则为白虎加人参汤(第168条)。

4 清热宣肺法

适用于汗下之后邪热壅肺、肺失清肃之汗出而喘、无大热者(第63、162条)。本证之汗出缘于肺热蒸腾、迫津外泄。辨证要点为汗出喘,既无恶寒,显非表寒束肺,亦非汗出而渴,不象白虎汤证,治宜麻黄

杏仁石膏甘草汤清宣肺热。

5 通腑泻下法

适用于邪入阳明,因热化燥、燥屎相结、腑实不通之汗出、日晡潮热、谵语、腹胀满、绕脐痛等证(第217、213条)。本证之汗出势急而量多、日晡为甚,以其日晡为阳明主气之时,正邪交争剧烈,故汗出势急量多、日晡为甚。其治疗根据腑实热结之程度,分别选用三承汤通腑泻下。

6 温阳护法法

本法适用于卫阳虚弱、风湿相搏、流注关节之骨节痛烦、掣痛不得屈伸、近之则痛剧、汗出短气、小便不利、恶风不欲去衣或身微肿者(第175条),治宜甘草附子汤温阳祛风除湿。亦有汗之太过、损伤阳气,而致阳虚汗漏并表邪不解之汗出遂漏不止、其人恶风、少便难、四肢微急、难以屈伸者(第20条),治以桂枝加附子汤扶阳解表。亦有热痞兼阳虚之心下痞而复恶寒汗出者(第155条),治宜附子泻心汤泻热消痞、扶阳固表。

7 回阳固脱法

本法适用于病入厥阴、阳衰阴盛、虚阳外越、阴随阳脱之大汗出、热不去、内拘急、四肢疼,又下利厥逆而恶寒者(第353条)。本证之汗出为液随阳脱,治宜四逆汤回阳救逆,阳回液复则汗自止。若兼有格阳者,证见吐已下断、汗出而厥、脉微欲绝者(第390条),治宜通脉四逆加猪胆汁汤破阴回阳。

8 清热利湿法

适用于湿热内蕴、熏蒸肝胆、胆失疏泄、外溢肌

4 瘥后防复,重视调理

瘥后防复是防止病情复发而采取的防治措施。一般情况下,疾病新差,正气尚虚,体力未复,若调养不慎,易致病复。因此,采取一定的预防措施是十分必要的。“五脏病各有所得者愈”,根据五脏的特性,近其所喜,远其所恶,才能使疾病获得痊愈。疾病初愈,脾胃未复,切忌大养大补,防止饮食不当诱发疾

病。悬饮用十枣汤治疗“得快下后,糜粥自养”,中焦虚寒腹痛服大建中汤后“当一日食糜,温复之”等,皆示人注重病后调养,防止复发之意。

(作者简介:王新生,女,43岁。1978年毕业于南京中医学院,现任南京中医药大学金匱教研室副教授。)

(1995-12-20 收稿)