



# 成语寓中医之以毒攻毒

成语“以毒攻毒”出自明代陶宗仪《辍耕录》卷二十九:“骨咄犀,蛇角也,其性至毒,而能解毒,盖以毒攻毒也。”意思是骨咄犀(蛇角)的毒性非常大,但能用来解毒,可能是以毒攻毒的缘故吧。后来,“以毒攻毒”引申为利用某一种有坏处的事物来抵制另一种有坏处的事物。

《辍耕录》是一部有关宋元史事的札记,记录了宋元时期的政治、经济、社会、文化等各个方面的史料,对掌故、典章、文物、小说、戏剧、书画、诗词等各有记叙,杂而全,是一部极其宝贵的史料。

已经得到非常明确的应用,我们都熟悉的接种百白破混合疫苗来预防百日咳、白喉和破伤风,就是现代医学以毒攻毒预防疾病的例子。中医在治疗上运用以毒攻毒的例子更是数不胜数。

我们用斑蝥治疗恶性肿瘤,就是利用其所含毒性成分斑蝥素的抗癌作用。这种被叫作“西班牙苍蝇”的昆虫,其自我保护的方式就是分泌臭气熏天的斑蝥素来对抗敌害。斑蝥不仅有很强的肾毒性,使用不慎,对全身各系统都可造成损害。服用斑蝥制剂不当,可出现口腔黏膜溃烂、心肌损害、腹痛腹泻、尿血、四肢麻木等症状和体征。但是,它在抗肝癌等恶性肿瘤方面确实有

其独特的疗效,可以起到破瘀散结、消肿除块之效,堪称以毒攻毒的绝好例子,关键是怎么把握适应证和使用剂量。考虑到斑蝥有大毒,一般情况下,不宜常规使用。若必须使用斑蝥或其制剂,建议一定要谨遵医嘱,不可随意加量,不可随意延长用药时间,不可听信坊间的传奇疗效而盲目使用。

蝎子是名贵中药,同时也是有毒的中药,有息风止痉、通络止痛、攻毒散结的作用。临床用它来治疗脑炎、惊风抽搐、脊髓炎、乙肝、风湿及骨关节病,取得很好的疗效,对很多种病毒有明显的抑制作用。药店有售的大活络丹、人参再造丸等都含有蝎子,它的有效成分蝎毒

是一种神经毒素,用药过量就会造成中毒,出现肢体麻木、头昏、流涎、畏光、鼻出血、发热、全身不适、肌肉疼痛与痉挛、血压升高,或出现恶心、呕吐、胃肠出血、肺水肿等,重者会因呼吸中枢麻痹而死亡。所以,在使用全蝎或含有蝎毒的中药时,也应遵医嘱使用,千万不可偏听偏信民间验方,不可随意生吃活吃,不可把蝎子当补益之药,不可随意加大医嘱剂量。特别指出,小儿对蝎毒更为敏感,在用全蝎治疗小儿惊风时,一定要多观察服药后的情况,一旦出现上述蝎毒中毒的症状,必须尽快到医院使用抗蝎毒血清来治疗,这种治疗也是以毒攻毒的一种方式。

民间很多保健习俗其实也是以毒攻毒,只是我们习以为常,并未深思和探究罢了。端午节很多地方有喝雄黄酒的习俗,认为在春夏交替、百虫易生的时节,人容易患病,此时喝雄黄酒,可以祛病除秽,保健强身。其实,雄黄的主要成分是硫化砷,如果雄黄酒制作不慎,或服用过多,都会引起砷中毒。砷中毒主要表现为消化道症状,如腹痛腹泻、恶心呕吐、便血等,重者可出现头痛、烦躁、谵妄、心肌损害,甚至死亡。

以毒攻毒,从其基本原理上讲是相生相克的一种自然现象,是事物对立统一规律的体现。以毒攻毒的原理应用好了,可以造福人类。(刘桂云)

## 白色食物去秋燥

金秋时节,秋高气爽,烦人的秋燥也正是在此时席卷而来。大部分人容易出现皮肤干燥粗糙、口干咽痒,或干咳无痰等症状,且这类症状很难通过多喝水来缓解。其实要祛除秋燥,重要的是适当、正确地进食滋阴润燥的食物。“白色”的食物通常性质温凉清淡,可以清泄燥邪、祛除肺火、滋润脏腑、生津养液,能很好预防秋燥对人体的影响。

**白萝卜:**白萝卜有增进食欲和止咳化痰的作用。白萝卜中的维生素C可以帮助消除体内的废物,促进身体的新陈代谢。尤其是白萝卜富含的酶可以促进消化。

**山药:**山药不仅有“神仙之食”的美誉,还有“食物药”的功效。可以滋肾益精、健脾益胃、益肺止咳,其特点是补而不滞、不热不燥,一般人群都适用。山药有养胃的作用,患腹泻等肠胃疾病的人不妨多吃。

近年来还有研究指出,山药最富营养的成分存在于它的黏液中,主要包括甘露聚糖和黏蛋白。不过山药有收涩的作用,大便燥结者不宜食用。

**白扁豆:**秋食白扁豆正当时,将白扁豆煮粥或煎汤服,可消暑、化暑湿、健脾胃、增食欲。(朱广凯)

菊花,是我国的十大名花之一,不但花姿优美,气味芳香,而且入饌可鲜食、生食、熟食、蒸食、煮食、炒食,可凉拌,可做馅,并具有明目美容的功效。现介绍几款用菊花烹制的明目美容食疗方,供大家选用。

**菊花粥:**菊花15克,粳米100克。将秋季霜降前采的菊花去蒂,烘干或阴干后磨成粉备用。另取淘洗干净的粳米入锅,加水1000克,用武火烧开后转用文火熬煮成稀粥,待粥将成时调入菊花末,稍煮即成。此款清香爽口,具有提神醒脑,降低血压,明目美容的功效。

**菊花决明子粥:**白菊花10克,决明子15克,粳米100克,冰糖适量。将决明子炒至微有香气,与洗净的白菊花同入砂锅,加水200克,煎至100克,去渣留汁,加入淘洗干净的粳米,再加水400克和冰糖适量,用武火烧开后转用文火熬煮成稀粥。此款粥稠味香,具有清肝通便,明目美容的功效。

**菊花山楂银花茶:**菊花、山楂、银花各10克。将菊花、山茶、银花放入砂锅中,加水煮取汁液。也可

以将其烘干研末,放入茶杯中,加沸水冲泡,随意饮用。此款清香微酸,具有消暑止渴,明目美容的功效。

**菊花苦丁茶:**菊花20克,苦丁茶15克。将菊花和苦丁茶晒干搓碎,每次取5克,放入茶杯中,用沸

## 菊花明目美容食疗方



水冲泡,加盖焖10分钟,代茶饮。此款芳香怡人,具有降压降脂,清热解毒,明目美容的功效。

**菊花龙井茶:**菊花5克,龙井茶3克。将菊花和茶叶一同放入茶杯中,用沸水冲泡5~10分钟,代茶频饮。此款味浓清香,具有疏风清热,

解毒明目的功效。

**枸杞白菊花:**枸杞子10克,白菊花、绿茶各3克。将枸杞子洗净,与白菊花、茶叶一同放入茶杯中,用沸水冲泡,加盖焖10分钟,代茶频饮。此款具有滋肝补肾,明目美容的功效。

**菊花煮酒:**菊花10克,糯米酒100克。将菊花洗净,撕碎置砂锅中,加入糯米酒,加热煮沸后取酒饮用;此款酒香味醇,具有明目美容的功效。

**菊花蚌肉汤:**白菊花15克,蚌肉60克,决明子15克,精盐、麻油各适量。将白菊花、决明子洗净装入布袋,蚌肉洗净切成块,一同入锅,加水适量,用武火煎沸后转用文火煎煮约1小时,至蚌肉熟烂,去药袋,调入精盐、淋上麻油即成。此款清香可口,具有养肝、明目、美容的功效。

(徐成文)



## 地骨皮炖“两羊”

**原料:**嫩羊肉500克,羊肝250克,杏鲍菇750克,黄瓜250克,红水果椒50克,地骨皮20克,陈皮、神曲各10克,小茴香3克,大枣10克。

**制作:**地骨皮、陈皮、神曲加适量水,煎煮成药液,去渣备用;药液中加入嫩羊肉、小茴香、大枣用高压锅炖煮10分钟,取出炖好的羊肉,再将羊肝放入药液中浸熟;羊肝切片,用模具压出圆形厚片;小青瓜刨出薄片,层叠摆放整齐,用模具压出圆形,覆于羊肝上;摆上改刀成块状的羊肉;炖煮过羊肉与养肝的药液武火收汁至浓稠,再将芡汁淋至菜品表面,摆上盘饰即可。

**功效:**理气和胃、益气生精。  
**方解:**方中地骨皮苦寒,能清除内生热毒;杏鲍菇性凉,可开胃健脾、促进消化;陈皮性温,含有特殊芳香,能改善食欲,和神曲配伍调理谷道,健



脾和胃、消食化积;小茴香味辛,性温,可温肾散寒,理气和胃;羊肉、羊肝补益阳气。诸物合用,可提高身体机能,增强免疫力。

**适用:**适用于老年人病后之调养,久病体弱、脾胃不和、消瘦、纳差的人群。

**注意事项:**阴虚火旺及有湿热者忌食。  
(提供单位:广西职业技术学院)

## 秋分之际要防四病

秋季天气忽冷忽热,燥湿不调,寒温难定,阴阳气交不稳定,容易得病,因此,保健养生就显得尤为重要。除了早睡早起,多吃润肺生津之品外,还应做好以下四防。

**防肺燥:**秋天的主气是燥,所谓金秋之时燥气当全。燥气通于肺,所以从立秋开始就应该重点养肺。秋分之际,热气未退,肺燥者要开始吃些清凉养肺润燥之品,如百合、莲藕、雪梨、白果、杏仁、枸杞子、马蹄、银耳等。秋分之前很燥热,如果咳嗽、咽干、舌黄可酌饮清热类药茶,如桑叶、白菊花、麦冬各5克,水煎代茶饮,或桑叶、黄芩各3克,桔梗5克,水煎,代茶饮。

**防便秘:**立秋之后,雨水渐少,气候渐燥,大肠与肺气通于秋令,所以燥气也常伤肠津而易于便秘。保养大肠方法多喝水,特别是早晨一定要喝一杯水。多吃润肠通便的蔬菜、水果,如萝卜、莴笋、西瓜、银耳等。

**防鼻衄:**秋后燥热,易伤肺络而出现鼻干出血,要少吃辛辣燥热之品,如酒、辣椒等。

**防秋困:**克服秋令,因燥热耗阴伤气,所以立秋后易乏力困倦,养生的办法是早睡早起,保证睡眠。适当用一点西洋参、话梅泡水代茶饮,话梅性酸,可帮助生津,收敛肺气。(胡佑志)