

# 临床运用“药对”辨析

“药对”是中医辨证施治的特殊配伍方法之一,由两种药物组成,是组成方剂的主要成分,具有力专效宏之特色,可提高药物临床疗效,现介绍“药对”数对,供同仁参考。

**佩兰—藿香** 佩兰性味辛平,气香,有解表、化湿、祛暑之功。对于浊邪、受蒙清窍,如湿温、暑湿头重者,用之甚合病机。藿香性味辛微温而气亦香,有解暑破邪、化湿辟疫之功。用此二味,治长夏之际症见湿温初起、身热不扬、畏寒、无汗或微汗、头晕重胀、胸脘痞闷、口不渴或渴不多饮、脉濡缓、舌质红、苔白腻者。对于夏季因暑湿遏伏,外袭皮毛,内扰脾胃,症见身热有汗、头晕重或痛、胸脘痞胀,呕吐腹泻者,此二

味有解表和里之用。

**鸡内金—槟榔** 鸡内金甘平,用于治疗消化不良、食积不消及小儿疳积等诸般食积,尤其治疗食积兼脾虚者。药理分析,能增强胃的运动功能,提高胃液分泌量、酸度。槟榔辛苦温,有杀虫、消积、行水之功用。鸡内金得槟榔之便,能更好地发挥鸡内金的消积除痞、醒胃和中之功,专治浅表性胃炎。浅表性胃炎是饮食不节,饥饱不匀,脾胃中气受损,受纳运化失职而形成的,此药对甚为合拍。

**石膏—牛膝** 石膏辛甘大寒,清热泻火、除烦止渴,用于温热病的病在气分、外感实热证、肺热壅盛等,以及胃火上炎之头痛、牙龈肿痛。石膏对神经及

肌肉有抑制作用,能减低血管渗透性,有清热、镇痛及消炎作用。牛膝苦酸平,有活血祛瘀、通经、补肝肾、强筋骨之功用,性善下行。石膏配伍牛膝,能更好发挥石膏清泄阳明之热的作用,专治过食发热,胃肠热积,热毒循经上攻,或素体蕴热,或内有龋齿伏热、风热秽毒上结形成的牙龈炎。

**茯苓—桂枝** 茯苓甘平,有利水渗湿、健脾和中之功,宁心安神之功效。现代医学表明,茯苓有利尿作用,能促进钠、氯、钾等电解质排出,抑制肾小管的重吸收。桂枝辛甘温,有发汗解表、温通经脉、通阳化气之功用。茯苓与桂枝伍用,能更好地发挥茯苓利湿涤饮之功,专治因水湿内聚,气化不及,上逆于内耳的内耳

性眩晕。

**大黄—金钱草** 大黄苦寒,有泻实热、破积滞、行瘀血、泄腑气之功。现代药理研究,大黄不但能扩张血管,改善微循环,抑菌,中和毒素,而且还有致泻、止血、抗凝血,促进免疫、抑制免疫的双向调节作用。金钱草微寒,据现代药理分析,有利胆作用,并能促进肝细胞的胆汁分泌,使肝胆管内胆汁增多,内压增高,胆道括约肌松弛,而使胆汁排出。与大黄组成药方,功擅清热利湿、消炎利胆,治急、慢性胆囊炎疗效理想。

**夏枯草—泽泻** 善清泻相火,治强中。夏枯草味辛性寒,既补且泻,入肝经之气分,补厥阴之血脉,解阴中郁结之热。泽泻甘寒,有利水、渗湿、泄热之功,

《本草备忘》谓:“泽泻,泻肾经之火邪。”肝脉绕阴器,肾司二阴,肝经郁火,久积不散,肝阴受伐,乙癸同源,肝体不足,肾阴易损,相火易动,二药相配“补不足,损有余”,使其阴阳相济,同治相火妄动之强中、遗精、效专力宏。

近代医学家张锡纯在他所创制的方剂中也善用“药对”。如用“山萸肉—人参”药对,在他所创来复汤、镇摄汤、敦复汤、急救回阳丹等方中,功能补气扶正、敛散固脱,治疗虚脱危重之证;“白术—鸡内金”药对,在他所创健脾化痰丸以及资生汤、资生通脉汤等方中重用此药对;此外,张锡纯以“山药—牛蒡子”药对,滋肾清肺,治脾、肺、肾三脏不足之喘咳吐衄,偏于阴虚者,如沃雪汤。以上诸“药对”均值得我们在临床实践中借鉴运用。

(欧阳军)



## 治糖尿病验方

生黄芪60克,葛根30克,麦冬15克,天花粉15克,知母10克,生地30克,玄参30克,五味子10克,淮山药30克,白术15克,乌梅15克,鲜苦瓜100克(后下)。除苦瓜外,诸药冷水浸泡30分钟,武火煎沸后改用文火煎煮15分钟,加入苦瓜再煎10分钟,取药液,分上下午2次服,每日1剂,1个月为1个疗程。(马宝山)

## 治膀胱炎验方

白茅根20克,车前草10克,山栀子6克。上药加水2000~2500毫升,水煎取液,分早晚2次空腹温服,每天1剂。可治疗膀胱炎、尿道炎,症见尿味臊臭、小便刺痛、尿少尿赤等。(郑玉平)

## 治咯血验方

花蕊石10克(煨),三七粉6克,血余炭3克(煨)。共研细末,每次取3克,凉开水送服,每日3~4次。主治咯血,兼治吐血、便血。(马宝山)

## 治脾肾阳虚型抑郁症方

熟地15克,山茱萸15克,枸杞子15克,淮山药15克,菟丝子15克,炒枣仁15克,巴戟天12克,肉苁蓉12克,淫羊藿12克,白术12克,制附子10克,黄精10克,毛柴胡6克。水煎取液,分早晚2次服,每日1剂。(蒋振民)

## 治流泪症验方

熟地、车前子、菟丝子、女贞子、枸杞子各15克,当归12克,菊花10克,北细辛3克,川芎6克。水煎取液,分早晚2次服,每日1剂。此方有补益肝肾、祛风止泪之功,可用于治疗属“冷泪”的流泪症。一般服药10~15剂可获显效。(郑玉平)

## 适度“五劳”变“五养”

《黄帝内经》曰:“久视伤血,久坐伤肉,久行伤筋,久立伤骨,是谓五劳所伤。”告诫人们进行看、卧、坐、行、立五种活动时要注意节制,以免损伤人体的气、血、肉、筋、骨。但从另一方面来说,如果我们在日常生活中做到合理适度,则可适视养血、适卧养气、适坐养神、适行养筋、适立养骨。

**适视养血** 遵循适度、科学的用眼原则,一般在看书、看电视、上网一小时左右即应休息几分钟,看看远处,放松眼睛肌肉,或闭目养神,可以减少肝血的损耗而使眼睛得到保养。而观赏山水风景等,可以使人精神愉快、脾胃健康,血液生化也就充盈,自然能起到养血的作用。

**适卧养气** 过度劳累会损耗人体正气,产生疾病。此时适度卧床休息静养,可以减少真气的消耗,有利于恢复体力和细胞修复。卧姿一般以向右侧卧、双腿微弯为宜。因为这种双腿微屈、脊椎向前弯的姿势,可使全

身自然放松,心脏不受压迫,有利于心脏泵血,对食物的消化、吸收大有益处。

**适坐养神** 适当静坐休息,能促使人心平气和、消除烦闷,有防病、延年的良好作用。坐姿可根据习惯和身体状况而定,如端坐、靠坐、盘坐等,但每次坐的时间不宜过长。尤其是老年人,应注意动作要轻、要稳,入座后姿势要端正、自然,不要含胸弓背。坐一段时间后,应起来走动一下,使被牵拉的肌肉和韧带得以放松。

**适行养筋** 自然轻松地步行,可使全身关节筋骨得到适度运动,加速全身特别是下肢血液循环,使关节、肌肉、筋脉、韧带得到充足的血液供应,提高机体的抗病能力。

**适立养骨** 适度站立,特别是久坐、久卧之后站立一会儿,可使骨骼肌产生迅速的缩张运动,激发人体新陈代谢,使肌肉、经络、血脉更加通畅,改善血液循环,使骨骼得到濡养。

(李大夫)

## 老年人抑郁不可忽视居住环境

老年人是抑郁症的高发人群,除了与子女关系疏远、生活中的突发事件外,居住环境往往易被大家忽视。其实,一个好的居住环境也能起到改善老人抑郁情绪的作用。

**面积** 居住环境带来的空间感受是导致抑郁情绪的诱因之一。人们对空间的感知是通过视觉、听觉、触觉等去体会的。对于年轻人来说,房屋面积自然是越大越好。但老人可能不是如此,空落落的大房间不利于情绪平稳。因为房屋过大,室内物件间距太远,在视觉上容易给人距离感。尤其对独居的老年人来说,会加重他们的孤独感。另外,房子过大会给老年人的行动带来不便,容易产生挫折感。所以,老人居住的房子适当小一点,紧凑一点(60~80平方米即可),这样空间内的各类设计会比较紧凑,居住功能比较集中,还能带给老年人一定的充实感。

**阳光** 众所周知,阳光对于改善抑郁是大有好处的。但是老年人由于体力衰退,很多时候待在家里,接触阳光的机会不多。所以,老年人居所采光要好,楼间距

不宜太小,需要有大窗户接纳充足的阳光。这样,不但老年人的心情会愉悦开朗,感到轻松,而且接受适当的阳光照射,也有利于预防骨质疏松。

**噪音** 噪音是影响情绪的又一个环境因素。当大脑每天获取的都是噪音信号,就会扰乱记忆、思维和情绪。老年睡眠质量本来就不好,老年抑郁症患者通常还会伴有失眠、多梦、易惊醒,经常焦虑不安。倘若被噪音骚扰,会严重影响情绪,甚至加重抑郁的症状。所以,老年人适宜的住宅最好是安静的小区,或是繁华街道的后街。

**颜色** 各种颜色都会给人的情绪带来一定的影响,使人的心理活动发生变化。和谐的色彩使人感到积极、愉快;不和谐的色彩则使人感到消极、抑郁。有些人认为在蓝色的环境中可以提高睡眠质量,所以室内布置一些蓝色的灯,把墙面也刷成蓝色。但如此清冷的色调却不适合长期独居的老年人,这会加重他们的孤独感。建议墙面使用黄色等明亮温暖的色调,可使人心情舒畅,产生兴奋感。(李德志)

## 解表透疹淡豆豉

2. 银翘解毒片(中成药):方由金银花、连翘、薄荷、荆芥、淡豆豉、牛蒡子、桔梗、淡竹叶、甘草等组成。可辛凉解表,清热解毒。适用于风热感冒,症见发热头痛、咳嗽口干、咽喉疼痛。

3. 豆豉粥:豆豉15克,大米50克,食盐适量。将豆豉择洗干净,水浸泡5~10分钟后,水煎取液,加大米煮粥,待熟时调入食盐,再煮一、二沸即成,每日1~2剂。可解表除烦。适用于风寒、风热感冒,头身疼痛,热病后胸中烦闷,虚烦不眠。

4. 葱豉粥:葱白3茎,豆豉10克,大米100克。将葱白洗净切细,豆豉、大米

淘净,加清水适量煮粥,待熟时调入葱白,再煮一、二沸即成,每日1~2剂。可发汗解肌,解毒止痛。适用于外感风寒,头痛鼻塞,阴寒腹痛,身痛。

5. 苡仁豆豉粥:苡苡仁150克,豆豉50克,薄荷、荆芥、葱白各15克。将苡苡仁煮至粥成,食盐调味。可祛风除湿,散寒疏表。适用于全身肌肉酸痛,酸楚,畏风,发热。

6. 姜豉饴糖:干姜30克,豆豉15克,饴糖250克,食油少许。将干姜、淡豆豉加水煎煮2次,每30分钟,合并药液,文火浓缩后加饴糖调匀,继续煎熬至用筷子挑起糖丝时停火,倒入涂有

植物油的搪瓷盆内,摊平,稍凉,切成小块即成,每日3次,每次3小块。可温肺化痰。适用于风寒侵袭所致的咳喘胸闷、发热、黏痰白稠等。

7. 葱姜豆豉汤:葱白连根3根,生姜3片,淡豆豉15克,调味品适量。将葱、姜洗净,切碎,放锅中加食油、食盐、豆豉煸炒后,加水煮汤,调味服食。可辛温解表,发散风寒。适用于风寒感冒;症见恶寒重、发热轻,无汗、头痛等。

8. 栀子豉汤:栀子4个,豆豉15克。栀子加水煎沸再加入豆豉同煎至沸饮服,每日1剂。可清热泻火,凉血除烦。适用于热病虚烦不眠,黄疸,淋病,消渴,目赤,咽痛,吐血,衄血,血痢,尿血,热毒疮疡。

(胡献国)



淡豆豉,又名豆豉,按加盐或不加盐分为咸、淡二种,既可入药,又可入食。中医认为,豆豉性味辛、甘、微苦,寒,归肺、胃经。有解表除烦、透疹解毒之功,适用于感冒、心烦、疹出不畅等。《本草纲目》言“黑豆性平,作豉则温,能升能散。得葱则发汗,得盐则能吐,得酒则治风,得韭则治痢,得蒜则止血,炒熟则又能止汗”。《本草从新》言其“发汗解肌,调中下气,治伤寒寒热头痛,烦躁郁闷,懊恼不眠”。《本草拾遗》言其“解烦热热毒,寒热虚劳,调中发汗,通关节,杀腥气,伤寒鼻塞”。《名医别录》言其“主伤寒头痛,寒热”。药理研究表明,豆豉富含蛋白质、脂肪、碳水化合物、矿物质钙、磷、铁等,此外,还有多种维生素