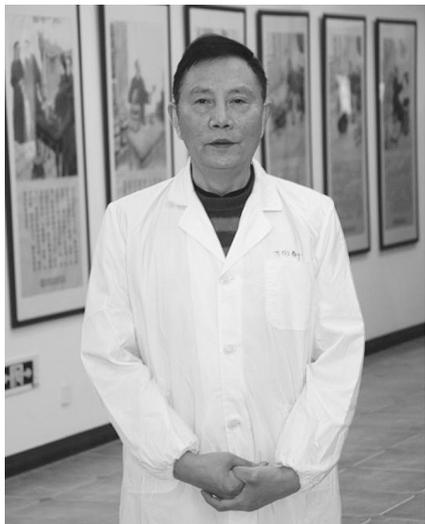




# 哪些老人不适合吃铁皮石斛？ 为什么有的孩子动不动就感冒？ 名中医毛小华分享中医止咳方



医生名片

**毛小华**，杭州市名中医，主任中医师。1983年浙江中医药大学本科毕业，2007年晋升中西医结合内科主任医师，从事中西医结合内科30多年。先后被评为“杭州西湖区名中医”、“杭州市名中医”及“杭州市劳动模范”。

## 【坐诊时间】

方回春堂城西馆：周一上午  
河坊街馆：周一下午  
拱宸桥馆：周五上午，周日上午  
下沙馆：周六下午

口述：毛小华（杭州市名中医 主任中医师）  
记者 周洁琼

## 常见咳嗽有两款：风寒型、风燥型

我先来说说西医是怎么治慢性咳嗽的。

西医认为，慢性咳嗽大致有以下几种原因：一是鼻子、咽喉慢性炎症引起的咳嗽；二是胃、食道反流引起的刺激性咳嗽；三是哮喘、变异性哮喘引起的咳嗽；四是支气管慢性病变或肺间质性疾病引起的咳嗽。药物主要是抗生素、激素、抗过敏药等。

我们中医治疗咳嗽，讲究辨证分型、对症下药。平时最常见的咳嗽有两类：风寒型咳嗽和风燥型咳嗽。

我有个病人，衢州的，50多岁，咳嗽好长时间，痰白、量多，同时伴有流鼻涕、鼻子塞、打喷嚏、怕冷等情况，用过抗生素、抗过敏的药，作用都不大。

后来改吃中药，病人说这药很灵光。我跟他讲，这张咳嗽方，是我们老祖宗留下来的，已经用了上千年了。

这个病人的咳嗽，属于典型的风寒型咳嗽，特点是咳嗽时间较长，咳嗽痰白，痰量或多或少，伴有流鼻涕、鼻子塞、畏寒怕风等。

这种常见的咳嗽合并过敏性鼻炎的患者，主要采用散寒宣肺的方法治疗。

风寒型咳嗽治起来好得快，但风燥型咳嗽，就比较麻烦了。

现在又到了春暖花开的季节，根据以

往情况来推断，咳嗽的病人会渐渐多起来。

有些病人说，每到这个时候都会咳，而且咳起来就停不下来，症状还有：没有痰或痰不多，干咳，咽干，口干，常常对冷热因素、香烟味、油烟味及其他气体、粉尘刺激特别敏感。

还有些病人，一到三亚、香港，就不咳了，一回来，咳嗽鼻涕又全来了，这主要是空气质量的问题。

针对这些病人，中药往往比较有优势。

我的要求是咳嗽止牢后，要继续服两周的药来巩固，这是最低要求。因为有一部分病人不巩固治疗的话，咳嗽会反弹。

## 五脏六腑的问题皆可引起咳嗽

学中医的都知道，《黄帝内经》里面有一句经典：“五脏六腑皆令人咳，非独肺也。”

所以，治疗咳嗽，一定要辩证清楚，用药准确，才有好的疗效。

### ——肝火旺引起的咳嗽

前不久，我接诊了一位男病人，咳嗽一个多月，他自己说咳起来肚肠都要咳出来了。痰呢，有时候会带点血。这位病人还有一个典型特征，就是心情烦躁、易怒。眼睛也是红红的，他说，小便是黄的，大便干结。这就是典型的肝火犯肺型咳嗽：声音重浊，少痰或无痰，痰色黄，有的痰中带血，口干口苦，眼睛红，心烦易怒，尿色黄。这种类型的咳嗽病人，要泻肝火。

### ——肝气郁结引起的咳嗽

湖州过来的一个病人，咳嗽，哮喘，经常发作，最典型的一个特征就是经常不开

心、心烦易怒。有时受到外界刺激或单位里闹一点小矛盾，她的咳嗽、哮喘可在几秒钟内发作，她自己觉得非常痛苦。这样的病人，要用疏肝理气的方子。

### ——肺气虚弱型咳嗽

现在城里常见的小伢儿哮喘，很多是肺气虚弱型咳嗽，伢儿咳嗽绵绵，少痰，夜咳，晚上有盗汗，脸色无华，部分孩子还有便秘。

原因是什么呢？久咳伤肺，卫表不固，所以容易多汗；汗多了以后，气随汗泄，就造成气虚，气虚就容易感冒，所以做父母的发现，稍微一个不当心，小伢儿就感冒了。

肺与大肠相表里，肺功能不调以后，影响到肺输布水液的功能，水液不能下润大肠，就出现了便秘。

对于肺气虚弱型咳嗽，就要补益肺气，息风化痰，如果有便秘情况，还要润肠通便。

### ——寒痰蕴肺型咳嗽

症状主要是咳嗽多痰、色白、清稀、气急、胸闷、怕冷，老年人如果有慢支、肺气肿、哮喘，大多可归结为寒痰蕴肺型。

杭州的中老年人，很喜欢用铁皮石斛保健，但如果属于这样的体质，就不适合吃铁皮石斛，而应该用温阳的药。

朱丹溪学派有个观点，“阳常有余，阴常不足”，主张滋阴，喜欢用寒凉的药；他之后200年，绍兴出了个大牌医生叫张景岳，非常反感朱丹溪的“阳常有余，阴常不足”观点，认为应该是“阳非有余，阴常不足”，不主张用寒凉药，主张温补。我临床上还是喜欢用张景岳的思路来治病。

## 来快报买海南纯野生灵芝 省钱50%! 298元/斤起售 买3斤送半斤 买5斤送1斤

见习记者 张静

俗话说，“吃药一箩筐，不如来碗灵芝汤”。灵芝适合易疲劳、睡眠不好、免疫力低下等亚健康人群四季调补。高血压、糖尿病、呼吸道疾病、肿瘤等疾病患者，也可常年用灵芝煎水喝。

吃灵芝，享健康。今天，都市快报“咏芝元养生馆”带来5款精选优质海南纯野生灵芝，全部来自海南热带雨林区，并有海南省质检所出具的权威检测合格报告。更重要的是，能省钱一半左右——

品名	市场参考价(斤)	快报直供价(斤)
平盖灵芝	650元	298元
桑黄灵芝	900元	395元
血灵芝	1200元	560元
紫芝	1800元	790元
赤芝	2000元	880元

今天起至下周四，快报读者可享“买3斤送半斤、买5斤送1斤”的优惠；每天前20位买再送铁皮石斛小盆栽一份，先到先得！

## 为什么要选海南纯野生灵芝？

目前，世界上发现野生灵芝品种200多种，我国有103种，分布在海南的有80多种。

海南纯野生灵芝，菌体形状各异、厚实且硬，常留有不规则的虫眼，水煎有腐木气；而人工栽培的灵芝，大小相似，发色漂浮，菌体轻薄、偏软。经检测，海南纯野生灵芝中的有效药理成分——“有机锗”和“多糖”的含量要比人工栽培的高。

## 为什么要来快报买纯野生灵芝？

今天，都市快报“咏芝元养生馆”为您带来的海南纯野生灵芝产地直销会，既阻断了流通环节以假乱真、以劣充优的现象，又杜绝了层层加价，让消费者花的每一分钱都实实在在。



长在树上的海南野生灵芝

省一半的钱、买正宗放心的海南纯野生灵芝，就来都市快报读者中心（体育场路218号，体育场路与中河路交叉口，坐公交或地铁到梅登高桥、武林广场、小北门站下即可），现场还有食药菌专家教您如何鉴别野生灵芝与种植灵芝，咨询订购电话：4007-117-118。

## 种植手术方案需个性化定制 口腔临床微创种植专家余优成教授周日来杭会诊 拨打85051426预约可享免费口腔CT检查

记者 章贝佳

随着口腔保健意识的提高，不少人缺牙后倾向于选择种植牙来修复。然而，由于对种植牙缺乏系统了解，很多缺牙者存在盲目种牙的现象，由“盲种”导致的种牙质量和健康问题也日益显现。

种牙该注意哪些问题？怎样才能避免“盲种”带来的危害？

针对这些问题，上海复旦大学附属中山医院口腔科主任、临床微创种植专家余优成教授说，术前手术方案直接决定手术效果和成功率，而为保证手术方案的科学性，先做个专业的口腔检查很有必要。

## 口腔种植方案 需因人而异

余教授说，种植牙虽具有媲美真牙的咀嚼性与美观性，但如何才能种出耐用几十年的好牙，其实并不像患者想象中那么容易。

“不同年龄、不同体质以及不同颌骨结构的缺牙患者都存在着相当大的差异，对种植牙适应性也不同。”

他举例说，一位30岁的年轻患者与一位70多岁的老年患者，其颌骨的宽度、高度、质密度不同，年轻人牙槽骨很密，而老年人的牙槽骨较薄、骨质疏松。此外，两者的身体耐受力及创口恢复速度也不同，因此采用的口腔种植修复方案也肯定不能一样。

“‘失之毫厘，谬以千里’，牙缺失的情况纷繁多样，倘若对患者情况没有一个准

确判断，就很容易导致后期修复效果不佳，患者不仅花了冤枉钱，还受罪。”余教授说。

## 术前口腔CT检查全面获知口腔情况

如何才能较准确地了解患者的口腔情况，余教授说，在患者就诊时，首先要对口腔做一个全面的CT检查，通过CT可对患者口腔颌骨及牙列做透视，并将数据通过计算机系统自动生成影像，实时对颌骨及牙列高度、宽度、厚度、质密度等各项数据进行精确分析定位，不留死角。

“作为种植牙前一项不可或缺的步骤，拍摄全口断层X光片来评估植牙区骨头的立体位置，这样可帮助医生更加精确地了解患者口腔的状况。”余教授说。

## 本周日不出杭城看上海口腔名医

4月10日，上海复旦大学附属中山医院口腔科种植牙专家、留美博士余优成教授再次来杭会诊，有需求的读者可于今明两天8:30-22:00拨打85051426预约，预约者均可获得免费口腔CT检查券一张。

## 专家名片 余优成教授

主任医师 博士生导师 留美博士  
上海复旦大学附属中山医院口腔科主任  
德国法兰克福大学口腔种植硕士研究生导师  
上海市口腔医学会全科专业委员会副主任委员  
上海市口腔种植专业委员会常务委员  
教育部高等学校口腔医学专业教学指导委员会委员