

桐君堂国医馆膏方大咖专栏

有病人一天吃20多根虫草连吃一个月觉得没效果,为什么? 浙江省中医院老院长、国家级名中医王坤根教你如何选对医生吃对膏方

口述 王坤根 记者 周洁琼

我先来说说为什么冬天要进补。大自然具有春生、夏长、秋收、冬藏的规律。从四季说阴阳,则春夏为阳,秋冬为阴,养生也应以此为准则,即春夏应该养阳,秋冬应该养阴。所谓秋冬养阴,也就是从营养物质方面对人体进行补充。

秋冬季节是进补的最佳时节,此时人体的消化机能增强,食欲旺盛,对高热量食物的需求增加,营养物质容易吸收,且储藏在体内。所以秋冬时节,食补和药补宜同时进行,而膏方就是比较好的进补之物。

开好膏方要先辨对体质

老人希望延年益寿,小孩要长身体、增智力,中年人力求精力充沛、消除疲劳,女性追求美容养颜、青春常驻,通过膏方来调理,都是不错的选择。尤其对亚健康人群的调理,多种体质的调治,都有其独特的优势。

膏方有成品膏和处方膏之分。以固定组方成批生产的叫做成品膏,成品膏的组方简单,通用性较强,体质单一的人很合适,但并非人人适宜。如果确实需要秋冬进补吃膏方的话,还是应在医生指导下,根据每个人的不同体质,通过辨证辨体开处方膏。

如果对自己的体质不甚了解,盲目进补会有两种结果:一则身体是好的,进补不吸收,白白地排泄掉了,造成浪费;二则补不得法,滋腻的东西吃多了,使得脾胃功能呆滞,比如有些人进补后容易上火,有些人滋腻的东西吃了腹泻,还有些人好发口疮、痔疮等等。

膏方没开对一天吃20根虫草也没用

目前,社会上对膏方存在认识误区,觉得膏方越贵越好。我在临床上也经常碰到,有些人一味要求开贵方,希望多放名贵药材。

实际上,膏方应根据每个人的体质、吃膏方时的身体情况、临床症状的不同,来量体裁衣,并非越贵越好。

我碰到一个病人,要求吃膏方。他的经济条件比较宽裕,一天吃过20多根冬虫夏草,吃了一个多月,仍感疲乏无力。我对他说,单用冬虫夏草并没有对你起到很好的保健作用。问题在于,没有针对你的体质。同样的道理,贵的膏方不一定就好,中医有句话叫做辨证论治,也可延伸为辨体调理。每个人情况不同,一定要注意辨证辨体,根据体质差异和症状不同,做合理搭配,才能开出一料符合身体好膏方。

医生开膏方需要深思熟虑

一般来讲,想开膏方的人,身体往往有某些方面的不舒服,如果能把这些不舒服的症状消除掉,那膏方作为滋补药的功能就显现出来了。

有些人误以为,膏方和普通处方的区别,只在于药味的多少和剂型的不同。其实,开膏方对医生的要求很高,开一张膏方所耗费的精力更是数倍于普通处方,所以在中医界一直都有“宁看十人病,不开一膏方”的说法。

膏方是以调补身体为主,疗程比较长,一开就是一个月、一个半月,有的甚至两个月。需要对病人的身体情况有一个全面的了解。

比如说以前生过什么慢性病,有过什么不舒服的地方,包括最近做过体检的体检单也要看一下,血糖、血脂、尿酸、血压怎么样,大小便、肝胆胰脾好不好,甚至心电图、心超、胸透、CT的情况都要掌握。此外,还需要了解病人目前的饮食和睡眠情况。也就是说,开膏方前需要对病人过去和现在的身体情况详细了解,同时还需了解工作环境和生活环境对其身体的影响,综合面诊判断其体质是阴虚还是阳虚,气虚还是血虚,气滞、痰湿、郁热、血瘀是否存在,心、肝、脾、肺、肾五脏是否协调,经过综合平衡,才能开出一剂辨证精确、配伍严谨的膏方来。

所以,我们医生开膏方必须非常慎重,要深思熟虑,既要针对病人的主要问题,又要顾及全面,辨证论治、理法方药,都要按照一个严格的程序来进行。所以,耗费的时间肯定要比开普通处方多。否则,开出的膏方与症状不能完全吻合,这无论对医生还是对病人来说,都是一种损失。

找对医生糖尿病等患者也可吃膏方

现在每年都有不少“三高”患者来开膏方。脾胃虚弱或湿热较重、舌苔厚腻的人,包括血脂高、血糖高、尿酸高、血压高的人,开膏方一定要慎重。近二十年,尤其是近十年,膏方发展很快,在高尿酸症、高脂血症、高血压、糖尿病、冠心病等的膏方调理都已展开研究。“三高”患者也可吃膏方,关键是看这个膏方怎么根据个体差异,进行辨证处方。

以糖尿病为例,糖尿病属于中医消渴病的范畴,基本的病理改变是阴虚内热,或阳虚不能蒸阴化液,而滋阴益气清热正是我们中医的强项。通过滋阴益气清热的调理之后,糖尿病的自觉症状会有好转,疲劳感减轻,睡眠不好、夜梦多的症状也会有改善。

膏方并非灵丹妙药,并不是说吃了膏方以后,血糖很快就会降下来。

我曾经碰到这样的病人,他认为膏方可以治疗糖尿病,吃了膏方后就把治疗糖尿病的药给停了,这样做是错误的。糖尿病患者吃膏方的目的是调理体质,使肾虚或脾虚的体质得以慢慢改善,把产生糖尿病的土壤逐步缩小。

至于里面用不用糖,用哪类膏,就要根据个体差异。糖在膏方里面只是起到调味剂的作用,糖尿病患者对糖比较忌讳,我们就用木糖醇等来替代,有时甚至不放糖,开清膏。因为治疗糖尿病的某些药物,像生地、元参、麦冬等,本身就有甜味,不需要再添加其他。



王坤根 主任中医师 教授 博士生导师

省级名中医,第四、五批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师,国家级名中医工作室指导老师;国家“中医脾胃病学”学术带头人,国家“治未病学”学术带头人。潜心中医工作,对内科常见病、多发病、疑难杂症有五十余年临床实践经验,重点研究消化系统、心血管系统疾病及肿瘤疾病。

桐君堂武林馆门诊时间: 周四下午、周日全天

好的膏方,平稳很重要

对于一个好的膏方来说,平稳很重要。治疗急病需要大刀阔斧,而膏方作为一种滋补调理的手段,一定要平稳进行。药量太大,滋腻过度,消化功能受到影响,膏方不能很好地吸收,白白排泄掉了,岂不是太可惜?

开膏方时,补与消的比例需要调配合理。有丰富临床经验的中医开方都有一个特点,就是对脾胃顾护得非常好,很重视脾胃功能的协调。

中医经典方在膏方中运用的比例是非常高的,比如说补肾阳的肾气丸、右归丸,补肾阴的左归丸、六味地黄丸,阴阳双补的龟鹿二仙胶,女同志补血用的四物汤,补气用的四君子汤等等,这些经典方本身就是按照严格的君臣佐使组合起来的,如果运用得好,搭配合理,开出的膏方就会非常出彩。

服用膏方要避免步入误区

我开膏方这些年来,碰到的具体问题有不少。

有些人膏方开好以后,过了半个月到一个月又来了,说膏方吃了以后没有多大感觉。问他膏方吃完了没有,他说吃完了,原来他20天左右就把膏方全吃完了,这就是没有按照医嘱来进行。

实际上,吃膏方调理,是一个缓慢发挥作用的过程。“王道之药无近功”,如果是一料40到60天的膏方,20到30天就吃完了,对身体反而有害无益,所以一定要按照医嘱来进行。

有过敏性疾病的孩子,像过敏性哮喘、反复感冒、咳嗽等和个子矮小的孩子,也可试试膏方,但有些孩子身体是好的,平时发育也正常,吃膏方就要慎重。

有些人把膏方配回去,夫妻俩一起吃,这样做也不合适。膏方是有个体差异的,男性和女性的膏方有很大不同,所以这种情况也要避免。

急性感染性疾病或慢性疾病急性发作期,也不能进补。急性病,从中医的角度来讲,是身体当中有邪气,所需要的是把邪气赶出去,如果这个时候用膏方,就等于关门留寇。

女性备孕、儿童助长……膏方治疗作用渐受重视

随着时代变迁,膏方的服用人群也发生了很大变化。

十年前,开膏方的以中老年人居多。老年人服膏方是为了延缓衰老或健康长寿;中年人工作压力大,身体透支,白天头昏,晚上睡不好,记忆力下降,会想到通过膏方进行整体调理。近年来,服用膏方的女性也逐渐增多,除了调养气血和治疗月经不调、卵巢早衰等妇科病,还有不少备孕期的女性也开始服用膏方。

另外,小孩吃膏方的也逐渐增多。想增智助长,对慢性病如反复呼吸道感染、厌食、贫血的儿童,想控制病情、调理体质,不少家长也想到了膏方。

以前的膏方,以滋补为主,治疗调体放在非常次要的位置,但现在很多患有慢性病的人,像慢性肝病、慢性胃病、心血管疾病患者,也会来开膏方。膏方本身就属于中医丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种传统剂型当中的一种,其作用越来越受到重视。

如果读者对开膏方有疑问或想预约王院长的膏方专场,可在今明两天(9:00-17:00)拨打快报健康热线85051496。