

名医善用的中药都有简便方

不少名医因善用某种中药,人们用药名昵称他们,从明代被叫成“张熟地”的张景岳,到现代因善用大黄而被称为“焦大黄”的焦东海……那些被他们用得出神入化的药,也可进入老百姓养生疗疾的视野。

刘乌梅——刘鸿恩善用乌梅

清代名医刘鸿恩用乌梅治各种内科杂病,他还为乌梅写了一本《医门八法》。对于年老体弱、腹泻不止,各种药物无效时,刘自创了“独梅汤”。

年老腹泻独梅汤:大乌梅5个煎汤,白糖25克为引冲服。如果是老年人的五更泻,就用“独梅汤”送服“四神丸”,

用乌梅帮助止住虚性的腹泻。

还推荐一个解暑酸梅汤:麦冬10克,乌梅三四个,五味子10克,陈皮10克,煎汤后加适量冰糖即可。

陈柴胡——陈平伯善用柴胡

清代名医陈平伯喜用柴胡治病闻名,他把《伤寒论》中的“小柴胡汤”,变换了2000多个方子,每张方子都有柴胡。

现在药店能买到的“小柴胡颗粒”,就是“小柴胡汤”的现代剂型。可惜人们把它当成了普通感冒药。其实它只适合体质虚弱,感冒拖延五六天不见好时,在感冒人群中普适性低。此外,张仲景的《伤寒论》中

的“柴胡桂枝汤”最适合抑郁症患者,虽没有中成药,但可自制。

解郁柴胡桂枝颗粒:小柴胡颗粒+小建中颗粒,各取一半后兑在一起冲服。

孔石膏——孔伯华善用石膏

近代名医孔伯华是“北京四大名医”之一,以善用石膏一药,为医林所景仰。

石膏清热又不伤胃气,至今仍是中医大夫开给自己孩子的主药:用生石膏15克,大米一把,大火煮开后再煮30分钟,让孩子服用,多数高热会消除。

石膏的另一个名方“玉女煎”,治的是因胃热或阴虚导致的牙痛、齿松动,还可以除口臭,

除了漱口,也可偶尔喝上几口。

石膏香口服液:生石膏20克,连翘10克,藿香10克,生石膏先煎20分钟后下后两个药,待锅开后10分钟就可关火,每天以此漱口四五次。

焦大黄——焦东海善用大黄

因善用大黄而成名的有上海名医焦东海先生。大黄苦寒,适应证明显:腑中实热,大便干,舌质红的。

大黄敷脐治便秘:共用大黄粉30克,每次取大黄粉5克,用蜂蜜或75%酒精调匀外敷脐部及其周围皮肤,用胶布固定,持续敷10-12小时,每日换药1次。(摘编自《北京晨报》)

温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

苦汤药服用4招

苦味汤药难咽,不妨试试以下妙招:①温度控制在15℃-37℃。②入口后最好迅速含于舌根部,自然咽下,也可用汤匙直接将药液送至舌根顺势咽下。③服药后立刻用凉水漱口,再喝适量温开水。④可酌情配伍甘草、大枣之类调和。(中国中医科学院广安门医院男科主任医师 焦拥政)

类风湿不能拔火罐

类风湿关节炎属免疫系统疾病,发病时免疫系统已处于活跃状态,而拔火罐的做法导致毛细血管的破裂,进一步激发和活化已活跃的免疫系统,可造成病情进一步加重。提醒免疫系统疾病的患者,如类风湿关节炎、红斑狼疮、强直性脊柱炎等,不建议拔火罐。(哈尔滨医科大学附属第四医院风湿科副主任医师 沈慧君)



轻问诊

1.网友“Tomson”在“心脑血管健康”后台留言:做运动心电图发现电解质下降,是心血管堵塞了吗?

湖南中医药研究院附属医院心内科主任肖长江教授答:运动心电图查不出电解质,应该是抽血检查中发现,不过得看看具体是钾、钠、氯、钙中哪项下降。

2.网友“平安”在“心脑血管健康

心绞痛每天发作一次怎么办

“大全”后台留言:我今年50岁,2016年11月开始出现心绞痛,吃了心可舒、心可宁,现在在吃山梨酸钾,一天痛一次,大约2-5分钟。怎么吃药才能治好?

肖长江教授答:建议您:1.饮食清淡,戒烟限酒。2.性格不能急躁。3.在正规医院心内科明确诊断,必要时做冠脉造影检查。4.最好服用硝酸酯类药物如欣康,结合中药汤剂治疗。

3.网友“安心”在“心脑血管健康”后台留言:私处发痒潮湿,被诊断为湿疹,求治肛肠科医生,治疗效果不佳,请问男科医生,该怎么办?另外,我爸爸困于神经性皮炎数月,药物效果都不好,请问有治神经性皮炎的好方法推荐吗?

浙江省人民医院泌尿外科主任朱岳华教授:私处潮湿,推荐一个叫微君达的喷剂,好

用也方便。神经性皮炎治疗效果不好,可以在网上买个“古方药王”试试,几块钱一支,我最近发现这个比较好用。

温馨提示:扫描下方二维码,点击关注“心脑血管健康”微信公众号,将自己的病情留言,24小时内能得到300多位临床医生在线解答。



快乐老人报微信推荐

手机扫一扫即可加入我们的大家庭



新老人

快乐老人报枫网官方微信

有效的养生之道、传奇的历史秘闻、有趣的哲理故事、好玩的互动游戏,专注中老年生活,尽在新老人。



舞动半边天

广场舞爱好者天地

囊括热门广场舞动态、舞蹈视频及制作教程,是中老年广场舞教学、舞友交流平台。



快乐老人报

快乐老人报官方微信

囊括热门广场舞动态、舞蹈视频及制作教程,是中老年广场舞教学、舞友交流平台。



国医大师健康

快乐老人报官方健康养生微信

邀请资深医师、专家、养生师,每天为您免费提供专业、实用的医疗保健信息和养生金方。