

# 让传统膏方“飞入”寻常百姓家

——市中医医院发挥中医药特色优势传承国粹精华守护群众健康记事

李晓菲



平日爱喝养生茶，夏季贴上三伏贴，冬天吃着养生膏……如今，随着传统中医药日益融入大众生活，中医养生已成为许多人普遍的健康生活方式。

古语云：“一勺膏滋，十汤药。”按照中医“春生、夏长、秋收、冬藏”的原则，冬季是一年中最佳的进补季节。入冬以来，膏方这一传统养生调补上品受到越来越多市民的追捧。11月7日，市中医医院第十三届膏方节如期启动，更是将这场普通的“养生局”拉向了“高端局”。医院膏方节开展期间，省内外多位名老中医为市民把脉问诊，普及冬令养生知识、膏滋疗疾进补优势，让过去颇具神秘色彩的膏方真正走进寻常人家，成为群众改善体质、祛病延年的“心头好”。

## 又逢冬令进补季 膏方专家话膏方

《黄帝内经》中提到，“冬三月，此谓闭藏。水冰地坼，勿扰乎阳……此冬气之应，养藏之道也。”意思是说冬季是封藏的季节，是补充和收藏营养精华、恢复健康的大好时机，娓娓道出了千百年来我国医学关于冬季养生的智慧。

“常言道，冬令进补，春来打虎。冬季是一年四季中最佳的进补时节，在这段时间以膏方调补，能最大限度发挥药效，为身体储备能量，使来年阳气生发之时更有力量。”来自中医药世家的市中医医院治未病科主任、主任医师王凯军对流传千年的膏方颇有研究。他说，膏方又叫膏滋，是中医药中滋补调养、调节人体机能状态的集大成者，具有补虚扶弱、纠偏固本、随症加减、量体裁方的特点，在未病先防、有病早治、既病防变、病愈防复发等方面有着很好的效果。从古至今，冬季吃膏是不少“养生达人”的生活习惯，而我市眉县、太白县等周边群众也有每年冬季以猪皮制膏的风俗。

膏方历史悠久，起于汉唐历经宋代，至明清进入成熟鼎盛时期，浓缩了千年的中医药文化精华。而这一料膏中胶的选用至关重要，其关乎膏的功用。“提到滋补的胶药，人们总认为阿胶是必备的，其实这是误解。”王凯军说，制作膏方的胶药有很多种，阿胶只是其中之一，它是由马科动物驴、马的皮去毛后经过熬制而成的固体胶块，性味甘、平，能补血止血、滋阴润燥，适用于血虚、阴虚等病证，但脾胃虚弱、消化不良的人要慎服。除了阿胶以外，还有猪皮熬制的固原胶、牛皮熬制的黄明胶、乌龟的甲壳熬煮成的龟板胶以及梅花鹿或马鹿的角煎熬所得的鹿角胶等，各种胶的来源不同，其功效、禁忌也各不相同。开膏方选用胶类时，开方者需按其各自功效特点，针对不同体质辨证选用，以求气血和顺，五脏六腑达到阴阳平衡，但切勿将多种药胶任意叠加，否则不仅会削弱药力，还会因为过于滋腻而影响服膏者的正常饮食。

膏方由中药饮片、细料、胶类、糖类和辅料等组成，是一种具有高级营养滋补和治疗预防综合作用的专制成药，是益精髓、健筋骨、祛病补虚的上品。“古代只有皇亲国戚才能享用膏方，现在随着人们生活水平的提高，大家的健康意识也提高了，加之我们医院连续开展了十三届膏方节，早已让膏方这一‘旧时王谢堂前燕’飞入了寻常百姓家。”王凯军说，经过十多年来对膏方文化的宣传，膏方已成为我市不少人滋补身体、调理疾病的选择，更成为市中医医院以仁术润泽万家的特色中医产品。

## 扶正祛邪抢先机 疗疾养生两相宜

“天一冷就咳嗽得厉害，尤其早上起来痰特别多。”“前两天感冒好了后，就留下了咳嗽的病根，有时候晚上咳得根本睡不着。”……进入冬季后，呼吸道疾病进入高发期，很多市民都被咳嗽困扰，更有甚者日常生活都会受到影响，许多市民考虑通过中

药来调理身体。

对此，呼吸与危重症医学科主任医师、中医博士司东波表示，呼吸道疾病主要归因于气温波动导致人体呼吸道黏膜防御力减弱所致。如果病情处于急性期，如发烧、咳嗽、咳痰等症状严重，此时可服用中药汤剂，疏风解表、缓解症状；而对于慢性支气管炎、慢性阻塞性肺病等慢性呼吸系统疾病患者来说，服用膏方效果更佳。“慢性病三分治七分养，而膏方刚好是一种具有滋补和治疗双重功效的中药膏剂，既能靶向治病，也能调理人体五脏六腑，祛病强身提高机体免疫力。”司东波笑着说，一料膏基本能吃一两个月，补益、补虚徐徐图之，从而达到治病和养生兼具的效果，气血充足、脾胃康健，也有利于预防来年春季过敏性呼吸系统疾病以及传染性呼吸系统疾病的发生。

古籍有载：五脏六腑皆令人咳，非独肺也。可见咳嗽不只和肺有关，与其他脏腑也有联系。膏方通过辨证施治，结合个体体质差异，对五脏六腑进行了系统性调理、保养，且药力温和而绵长，可以说是长期受慢性呼吸系统疾病困扰的患者的最佳选择。

“向医生，我又来找你开药了。”11月4日一大早刚上班，市中医医院心血管内科2病区副主任、副主任医师向宗兴就被王大爷堵了个正着，作为服用膏方后的受益者，今年医院膏方节还没开始，王大爷就等不及了。

王大爷今年已经80岁了，10年前被确诊为心肌梗死、心力衰竭、心房颤动，且心衰时有发作，只要稍一活动就胸闷气短、浑身乏力，两个脚踝也肿得像“大馒头”，这么多年他可以说是医院的常客了。去年11月，王大爷听朋友说膏方对治病有好处，就抱着试试看的心态来到市中医医院心血管内科。接诊专家向宗兴经过辨证分析后发现，王大爷为心力衰竭，有气虚血瘀之证，遂决定在既定治疗方案的基础上，按照其体质、病情开具了益气养阴、活血利水的膏方进行长期调理。服用膏方后，今年王大爷心衰次数和住院次数明显减少，这不今年早早就来开膏方了。

“膏方其实是一项综合治疗方案，即治病和防病相结合、扶正和祛邪相结合、调理和滋补相结合。”向宗兴解释说，心血管疾病患者临床表现不一，医生通过望、闻、问、切，明辨虚实及脏腑病位，再以膏方辨证施治，补其不足、泻其有余、和其气血、平其阴阳，通过统筹肌体全局，从而改善临床症状、增强体质，使个体的抗病能力和生活质量得以提高。他提醒心脑血管疾病患者，在服用膏方期间，对基础疾病的常规治疗药物不得忽略，应继续服用，谨遵医嘱。

冬季早晚温差大，导致血管收缩明显，各类心脑血管疾病处于“危险季”。膏方因其补益润养、药力缓和持久、调治结合等特点，在神经系统疾病的防治中具有独特的优势和特色。尤其对于脑卒中、痴呆、帕金森病、癫痫、偏头痛、失眠等疾病的防治疗效显著。“神经系统疾病多数因虚致病，或因虚致实而发病，中药治疗神经系统疾病有数千年的历史。”脑系中心神经内科4病区副主任医师石春明说起膏方疗疾如数家珍。他说，神经系统疾病急性期或发作期常虚实夹杂，以标实为主，而恢复期或缓解期多以本虚为主。膏方根据患者体质，调整气血阴阳、匡扶正气，为治本之剂，同时又通过望、闻、问、切，辨证论治，有标本兼治之功效。膏方调节脏腑，补益先天和后天之本，能减少症状的反复发作或疾病的复发，有助于延缓疾病的进程，促进躯体的康复等。冬令进补用膏方能收到事半功倍的效果。

膏方要运化吸收离不开脾胃这一关键“枢纽”，那么患有慢性消化道疾病的人能服用膏方吗？带着这一疑问，笔者走访了市中医医院消化内科1病区副主任、主任医师张征。他

说：“中医常说‘脾胃乃后天之本’‘脾胃损伤百病由生’，膏方则是中医补益脾胃、调理全身脏器的最佳手段，功能性消化不良、慢性浅表性胃炎、萎缩性胃炎、消化道肿瘤及术后以及亚健康状态患者都能服用。这几年，我们科室通过膏方调理治疗脾胃疾病的患者不在少数。”对于膏方调理脾胃的优势，张征介绍，膏方治疗、调理脾胃疾病会从整体出发、辨证施方，针对肝胃不和、脾胃虚寒、胃阴亏虚、湿热血虚等疾病，采用舒肝和胃、温中健脾、滋阴养胃、清热解毒、祛湿化痰等相关药材，灵活配伍，反复推敲而成。同时，膏方组方大、药材多、功效全，可扶正祛邪，融治胃、养胃、护胃于一体。另外，胃黏膜的修复和萎缩、肠化等都需要一定的周期，而膏方一般至少服用近一个月时间，能够持续发挥药力，不仅能修复胃黏膜，逆转萎缩、肠化等，还能防止脾胃疾病的病情反复。

## 补虚固本养阳气 一人一方调体质

“三九补一冬，来年无病痛。风湿病患者在冬季调补，立春前后就能缓解病症，减少复发的概率。”针灸科风湿病科副主任、副主任医师王丽娜是治疗风湿病的行家里手，她对于膏方防病治病的功效赞不绝口。

中医学把中风湿病称为风寒湿痹，也叫痹证。病因病机复杂多变，正气亏虚、阳气不足是发病的内在因素，风、寒、湿、热等侵袭则是其外在因素，气候湿冷的立春、初秋前后是风湿病最容易复发和加重的时节，因此，利用冬季万物蛰伏这一特点，通过膏方培补气血、滋阴固阳，来年开春阳气受到滋养，身体各个关节也会更好。王丽娜说，膏方是通过辨人、辨病、辨时而开具的具有个人针对性的处方，一般由数十味中药组成，有祛风除湿、缓解疼痛、活血化瘀、舒通关节、补肾固本、强健筋骨的效果，尤其对于治疗调理早期类风湿性关节炎、产后风湿病有奇效。此外，肾主骨，肾气充沛则筋骨劲强，膏方中灵

也要从补肾疏肝做起。“脱发属于很难治疗的慢性病，而慢性病需要长期坚持用药，很多患者都说中药太难喝了，很难坚持治疗。”皮肤科副主任医师杨帆说起患者的反馈一脸无奈。汤药调理虽好，怎奈味道太苦，丸药胶囊不苦但治疗效果有限，难道就没有疗效和口感都好的中药吗？其实不然，膏方相对于汤药由于加了饴糖、蜂蜜等，缓和了中药的苦味，口感更好，患者也易于接受，而且相对于普通中药内服剂，膏方药味更多，环环相扣，多种药物相辅相成，组合成为一个有机的整体，将中医的“整体观”发挥得淋漓尽致，气血、阴阳得到全面调理，不仅可使脱发好转，有的患者面部色斑也有所改善。

总的来说，膏方不仅能改善患者体质、扶正气、调阴阳，还能全面提高机体免疫力，这一点，市中医医院肿瘤科血液科副主任医师徐文江可谓深有体会。“从中医上来讲，肿瘤就是由于正气亏虚，脏腑功能失调，气血阴阳失和，日久而成有形之肿块。自古以来，历代名医大家都对肿瘤进行了深入研究，并创立了许多有效的抗肿瘤膏方。”徐文江说，如今站在前人的肩膀上，他们对膏方的运用更加炉火纯青。临床中，团队在明确患者本

富的经验，对开出的每一张膏方都进行辨证施治，精心斟酌，否则辨证不准确，药不对症，不仅会造成药材浪费、经济损失，还会有损健康。

“在今年的膏方节，我们医院东、西两大院区同步开展，活动期间还为广大市民推出了一系列惠民服务，并邀请全国名老中医药专家，如岐黄学者闫咏梅，陕西省名中医张卫华、马拴全等省内外一些膏方名家给大家开膏方。”市中医医院医务部主任仇卫锋说，冬季每个节气医院都会同步开展膏方义诊活动，除了邀请外地名家外，曾升海、张卫东、王凯军、司东波等宝鸡老百姓耳熟能详的院内专家也将参加义诊活动，切实满足群众对优质医疗资源的现实需求，让老百姓在“家门口”就能享受到优质、便捷的膏方诊疗服务。

“膏方节启动前，医院已经对我们所有能开膏方的医生进行了多次专业培训，而且必须通过考试才能‘上岗’开方。”仇卫锋介绍，医院开膏方资格的门槛很高，至少要具备3年以上的副主任医师岗位经验，定期培训考核，若不合格就要随时“下岗”。

膏方集进补、调治、康复等于一体，因此对精确辨证的要求特别高，医



第十三届膏方节(东院区)

身的体质后，通过一人一方辨证施治，为其开具益气活血、止痛解毒等功效的膏方，帮助患者扶正祛邪，提高治疗效果以及自身免疫力，同时减轻放疗、化疗、靶向治疗、免疫治疗等对人体造成的损害，最大限度提高患者的生活质量，减轻疾病带来的痛苦。

既然膏方这么好，那小孩子能用吗？“对于平素体弱易患病的孩子，在冬令季节不失时机地运用膏方调理脏腑、补虚纠偏，可使患儿来年减少生病。”市中医医院儿科副主任、主任医师达春水表示，膏方调理小儿体质是一种安全、有效的方法，但是膏方要4岁以上孩子才能服用，而且身体各方面没有中医理论所指的“虚”或“缺”，就不要盲目跟风。此外，孩子病情变化较快，若出现实症需停止服用膏方，待转为虚症之后方可继续服用。服用膏方期间，忌食生冷刺激、不易消化之物。

## “膏手”云集护健康 选择灵活价更优

一料膏方，数十味中药，吃一个冬季，补一年身体。所以，开膏方的医生特别重要，必须具备一定资质和丰



第十三届膏方节(西院区)

活运用补肾药是治疗风湿病的关键。

中医认为，肾为先天之本，肾中精气旺盛则可以充养脏腑、经络、四肢骨骼，促进全身气血的运行，使体质强盛，体力充沛。“人体五脏中肾主藏，冬季补肾顺应了自然规律，此时饮食药剂补品更易于吸收。”对于如何补，肾内科主任医师、主任陈新政第一个推荐的就是膏方。他表示，膏方是集治病与培本于一体的大复方，在冬季养肾补气方面有着自己独特的优势，其性味平和和安全，以缓为主，讲究的是由内及外、循序渐进，慢慢改善体质，而且服用方便，口感也好，这是其他剂型所不具备的优点，因此膏方在治疗慢性肾炎、肾阳虚、慢性疲劳症等方面疗效可靠，受到广大群众的欢迎。

发为肾之华，血之余，治疗脱发，

生所开具的膏方一定是通过仔细询问、诊察，将望、闻、问、切四诊所得的资料，再结合服用膏方者的既往病史和身体现状辨证开方，中医的处方用药及工艺制作等精髓都体现在膏方功夫里了。仇卫锋告诉笔者，市中医医院中医药文化底蕴深厚，中医药人才更是层出不穷，对能开膏方的医生要求更是“天花板”级别的，个个在临床辨证和中药的运用上都能驾轻就熟，保证每一张膏方都辨证精确、配伍严谨。

尽管膏方治病养生历史悠久、效果显著，但因出膏率低，成本高昂，导致价格居高不下，让许多老百姓望而却步。对此，市中医医院今年也有“大动作”，膏方药材不仅仅局限于医院的精品药房，市民可以根据自身情况在精品药房或者中草药房中二选一，这大大提高了市民的自主选择权。

“往年制作一料膏按重量收取加工费，今年直接按次收取，不论多重都是240元。”市中医医院制剂室主任梁晓说，新制剂室投入使用以来，现代化的生产模式使得生产效率大大提高，今年科室又引进了5台膏方提取浓缩机，使过去的敞口浓缩改为减压浓缩，时间缩短到了原来的一半，生产效率整体提高了近70%，古法传承与现代工艺创新结合，在大幅度提高膏滋产量的同时，依然保留着传统膏方的风味和疗效。有需要的市民，膏方做好还可以邮寄到家，服务与质量“双管齐下”，让群众养生疗疾更舒心。