

## 疗疾进补有“膏”招

## “一人一方”量身制

——市中医院弘扬中医膏方文化守护百姓健康

李晓菲

俗话说，“冬令进补，春来打虎。”冬季是大自然休养生息之时，更是中国人传统的进补调养季。入冬以来，我市许多药店大力推广各类滋补养生产品，其中以阿胶膏、固元膏等膏剂类产品最受欢迎。然而，不少人在服用后，不仅没有滋补的作用，反而出现痤疮、口腔溃疡等上火的症状，这是为什么呢？

膏方是在几千年历史长河中，无数中医人不断实践总结而形成的一种调理养生和防病治病的中药剂型。它最大的特点是可以根据每个人不同的体质和疾病情况个性化给药，“一人一方”，这样就不会出现因用药过量或药不对症导致的虚不受补等情况。

作为宝鸡唯一一家三级甲等中医医院，市中医院中医文化底蕴深厚、人才济济。该院是我市首个开展“膏方节”的医院，多年来凭借膏方“圈粉”无数。如今，医院第八届“膏方节”正如火如荼地开展，让我们一起走进市中医院，感受膏方这个传承几千年的中医药瑰宝，了解它的历史文化、功效以及制作工艺。

传承中医国粹精华  
绽放文化自信之光

“膏方，是中医药文化几千年来集大成者，有着独特的历史地位和文化底蕴。这几年每到冬季，服用膏方已经成为一种潮流，这股‘膏方热’的兴起是老百姓对传统中医药文化的认可，更是国人文化自信的表现。”说起膏方，市中医院治未病科主任、主任医师王凯军侃侃而谈。他说，膏方者，又叫膏滋，以其剂型为名，属于中医丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种剂型之一。膏方绝非单纯“补”剂，而是调治结合的中医药佳品，它既有调理、补养之意，又有疗疾、祛患之功，通过整体治疗改善患者临床症状、增强体质，使个体的抗病能力和生活质量得以提高。可以说，膏方其实是一项综合治疗方案，对多种慢性病及亚健康人群有较好的调理和治疗作用。

那么，我国最早的膏方出自什么时候，又富含怎样的文化底蕴？为什么冬季服用膏方效果最佳呢？

王凯军介绍说，膏方历史悠久，在《黄帝内经》中就有关于膏剂的记载，如马膏，主要供外用。东汉张仲景《金匮要略》记载的大乌头膏、猪膏发煎是内服膏剂的最早记载。唐代《千金方》中个别“煎”已与现代膏方大体一致。膏方历经宋代，最终至明清进入成熟鼎盛时期。在长沙马王堆出土的最古医方帛书《五十二病方》、东汉时的首部药学专著《神农本草经》里，也都有煎膏的论述。在中医药历史文化的长河中，膏方犹如一颗璀璨的明珠，传递着人与自然和谐统一的价值观，其具有未病先防、有病早治、既病防变、病愈防复的疗疾补虚效果，在揭示人的生命规律和健康之道的同时，深刻体现了中华民族“辨证论治”“顺天应时”的方法论和实践论。如今，新一代中医人扛起传承精华、守正创新的发展大旗，为祖国传统医学的发扬光大献智献力。

“《黄帝内经》云：春生、夏长、秋收、冬藏，是气之常也，人亦应之。这也回答了膏方为什么一定是冬季服用效果最好。”王凯军笑着说，人的生命周期和大自然的节律是一样的，都具有春生夏长、秋收冬藏的特点。冬季，万物阳气潜藏之时，也正是养精蓄锐的大好时候，这个时候通过膏方培补气血，能达到整体调理、滋阴固阳的作用，阳气受到滋养后，来年春天就会很旺盛，身体机能也会更好。膏方的珍贵之处在于它是中医根据个人体质和病情不同结合当下节律，即通过辨人、辨病、辨时而开具处方，一人一方，统筹肌体全局，因人辨证施治。

今年初，我国发布《中医药振兴发展重大工程实施方案》，指出中医药是我国重要的卫生、经济、科技、文化和

生态资源，传承创新发展中医药是新时代中国特色社会主义事业的重要内容，是中华民族伟大复兴的大事。“该方案的发布，再次体现了国家对中医药文化传承和发展的重视，这对中医人来说既是机遇又是挑战，我们要把博大精深的中医药文化‘化繁为简’，让老百姓听得懂、看得见、用得上，让传统中医药真正融入百姓日常生活。”

负担，出现纳呆、腹胀、舌苔厚腻等症状，而市面上销售的阿胶膏大多“千人一方”，不少人服用后不仅起不到调理养生的作用，还会给身体带来额外的负担。

膏方经过长时间的煎熬，药性更平和、更稳定、更柔和，吃膏方是一个调理体质非常温和有效的办法，在服用过程中能达到一个“润物细无声”的



治未病科主任王凯军为患者把脉问诊



医院第八届“膏方节”受到市民青睐

对于未来，王凯军自信满满地说，在国家的大力支持下，中医药发展可谓正逢其时！

辨证施治“一人一方”  
疗疾补虚“膏”招不断

“张大夫，咱们医院这两天开始制膏了吗？开始的话，我就开车过来开膏方，顺道在咱们医院儿科给‘二宝’调理调理。”12月15日，市中医院妇科副主任医师张平刚上班一会儿，就接到了一个来自甘肃的电话，这是“老朋友”王兰（化名）打来的。谁能想到电话里声如洪钟的王兰，6年前是气若游丝的样子。

说起这位“老朋友”，张平可谓记忆深刻。6年前的夏天，在穿短袖都嫌热的天气里，王兰竟然穿着薄羽绒服来就诊，而且说话有气无力。张平说：“那时候，我还以为她刚做完大手术，人比较虚弱才这么怕冷，一问才知道，二胎已经生完半年了，可由于生产时出血多，就留下了体虚怕冷这个后遗症，半年了都不见好。”通过把脉问诊，张平发现，王兰脾阳虚、气血虚弱，就给她开了几服温补气血、补肾健脾的中药汤剂。王兰吃了两三个月后，脸色明显红润了，也没有那么怕冷了。王兰听朋友说膏方调养效果更好，又让张大夫给开了一料膏方，效果还很好。从那时起，每年冬天她都要从甘肃专程开车过来开膏方。

“这几年，每次都会根据王兰的身体状况重新调整方子，辨证分析、科学用药，在治病的基础上调理全身。”张平介绍说，膏方不仅能治病，还能兼顾气血不足、五脏亏损、体质虚弱或因外科手术、产后出现的各种虚弱症状的调理，但一定要对症、适量，不然既浪费药材，身体还不容易吸收。以阿胶膏为例，脾胃虚弱的人就不宜多食，多了就会虚不受补，阿胶滋腻会加重脾胃

才在膏方治疗肿瘤方面取得成绩，最大限度地促进患者身体机能的恢复，减轻疾病带来的痛苦。如今，经过3年的膏方调养，李乐气色好了，疼痛减轻了，精神状态也好了。他说，面对与病魔的战斗，自己更有信心了。

“膏方和普通的中药汤剂不同，它一吃就是近2个月的时间，如果开得不合理或患者适应性不好，可能会出现上火、腹胀等不适症状，膏方的作用也很难得到发挥，为此，我们会给部分患者先服用一段时间的‘开路方’。”市中医院脾胃二科（消化内二科）副主任、主任医师张征解释说，“开路方”主要是调理脾胃，改善消化吸收功能，这样服用膏方时就能真正起到作用。

患者刘女士对此最有发言权。她今年65岁，这几年肠胃一直不舒服，形体消瘦，常常感觉胃胀不消化，大便也干燥，同时伴有贫血，经检查发现患有A型萎缩性胃炎，中医上称为“胃痞病”，中医辨证为气阴两虚。病因找到了，那么立刻开方制膏可以吗？答案是否定的。本来脾胃功能就弱，消化不良，直接服用膏方，身体肯定吸收不了。对此，张征先开了一周的汤剂，让刘女士的身体提前做好准备，随后针对她的病情和需求，开了补气养阴的膏方。吃完一料膏方，刘女士的胃胀减轻了，大便干燥等症状明显改善，体重也增加了。

每个人的体质不同，甚至同一个人不同时节、不同环境下体质也会有变化，所以开膏方时一定要遵循中医“整体观念、辨证论治”的思想。“我的一位患者，年轻时就有支气管哮喘，50多岁时身体状况更差了，每年至少要住两次医院。后来经人介绍找到了我，经过七八年的膏方调理，这位患者现在已经60多岁了，几乎没因哮喘住过院，连舒利迭（治疗哮喘的西药）都很少用了。”呼吸与危重症医学科主任医师、中医博士司东波告诉笔者，针对这位患者，他以《金匮要略》中的古方薯蓣丸为基础，因人制宜、因病制宜，开了一个以补气、养血、祛风为主的膏方，这个方子每年还会再调整。两年前开始，患者每年都要去海南过冬，这下原来的膏方已经不适用于海南湿热的气候环境了，他又改成补益脾肺、化痰祛湿的膏方了。司东波介绍说，支气管哮喘、慢性阻塞性肺病、肺结核等呼吸系统疾病，一般都是由于人体脏器功能出现问题引起的慢性疾病，而膏方是一种具有滋补和治疗功效的中药膏剂，它既能靶向治病，也能调理人体全身气血、五脏六腑，尤其适合一些慢性病患者。要注意的是，医生开膏方一定要因时、因地、因人，辨证开方！

冬令是进补的好时节，但很多人有误区，认为膏方比较滋腻，心血管疾病患者不能吃，否则容易影响血脂、血糖等指标。对此，市中医院心血管病二科副主任、副主任医师向宗兴表示，如此多虑，大可不必，膏方并非单纯的滋补品，其往往兼有化湿、活血、理气、清火、利水、消食等功效，而且膏方中的一些中药还具有一定的降糖作用，只要辨证精确，脉诊合拍，均可起到事半功倍之效。

王先生今年68岁，既往有冠心病10多年，还患有高血压、高血脂等多种疾病，虽然已经进行了冠脉支架植入治疗，但仍经常感觉头晕胸闷、气短乏力、四肢酸软，多年来饱受病痛折磨。去年一年时间，王先生就住了三次院，病情反反复复，已经让他失去了治疗的信心。前段时间，家人又带他到市中医院就诊，希望中西医结合的治疗方案，能对他的病情有所帮助。在辨证分析后，向宗兴决定在原有治疗方案的基础上，开膏方调理。经过40多天连续服用膏方，王先生呼吸顺畅了，身体也有劲了，晚上不用吸氧就能睡安稳了，最重要的是，原本一直飙升的血压、血糖逐步平稳了。

一人一方，对症下药，配伍精当，选药讲究，工艺独特，作为中医药宝库

中的闪耀明珠，膏方作用无法比拟、无法替代，虽不如汤药的药效快，但能缓慢地调补身体，口感也更好；与丸药相比，膏方的原料可以任意变化，更符合个人的需要，早已成为特色中医品牌。

匠人精神“炼”就好膏  
名医配伍终成臻品

中医界素有“宁看十人病，不开一膏方”之说，这是因为要开具一剂辨证精确、配伍严谨的膏方，必须具有深厚的中医理论功底、丰富的临床经验和对各种中药材药性的深刻认识。

从2012年起，市中医院开始大规模开展膏方进补服务，到今年冬季已是该院第八个“膏方节”了。十多年来，不管是主任医师、知名专家，还是学科带头人，在这里，医生要想具备开膏方的资格，每年都要坐在台下，虚心当学生，接受医院开展的关于膏方知识的培训。光学还不行，还要统一考核，考核过关后，医院才会正式下发文件，这才算拿到了医院开膏方的“准入证”。“今年，我们医院一共有53位医生具有开膏方资格。”市中医院医务科副科长仇卫锋介绍说，由于膏方一般为数十味中药组成的大复方，药味最多可以达到六七十味，能够应用如此众多药物并组成辨证明确、效果明显的膏方，可谓是中医驾驭中草药最高水平的体现。因此，在市中医院开膏方资格的门槛很高，一般都是具有副主任医师以上职称的医生，还要接受定期培训考核。

俗话说：“膏滋好不好看配方，灵不灵看工艺和药师。”膏方是中药里的“贵族”，炮制工艺极其考究，需要经过大夫开具处方，药房调配药材，制作人员浸泡药材、提取药材、浓缩、收膏等几个环节才能完成。

“制作膏方，规范二字最重要。我们制剂室已经有十几年的制膏经验，每一个制膏师都有陕西省中药饮片质控中心颁发的资格证，我们有严格的制作标准和流程，力争让每一味药材都能发挥出最大功效。”说起制作膏方的过程，市中医院制剂室主任梁晓如数家珍。他说，药房调配好药材，制膏师才能上手，在核对无误后再把胶类药材检出（胶类药材需用黄酒烱化），加适量的水浸润药材，令其充分吸收膨胀，稍后再高出药材面10厘米左右的水，浸泡24小时后，用大火煮沸，然后改用小火煮1小时左右，再转为微火煮3小时左右，即可用纱布过滤，如此反复两次，最后合并煎液（如药汁尚浓时，还可再煎1次）倒入锅中，进行浓缩。

浓缩最为讲究，先用大火煎熬，并随时撇去浮沫，让药汁慢慢变稠，再改小火进一步浓缩。此时必须不断搅拌，防止药汁烧焦，在搅拌到药汁滴到纸上不散开后方可暂停煎熬，此时经过浓缩的药汁即为清膏。清膏完成后，把蒸化开后的胶类药与糖（以冰糖和蜂蜜为佳）倒入其中，也可加入一些珍贵药材粉末，或者根据需要加入桂圆肉、核桃仁等，放在小火上慢慢熬，不断搅拌，直至能滴水成珠即可，此过程为收膏。最后，将收好的膏装入干净的瓷质容器内，先不加盖，用干净纱布将容器口遮盖后放置，待完全冷却后，再加盖，放入阴凉处。以上即为膏方制作的全过程。“现在根据患者需求，我们直接将做好的膏方按照一袋20克左右的量进行分装，这既有利于膏方的保存，对患者来说，携带、服用也更加方便。”梁晓说，制作膏方也是一门功夫，火候、时间、分寸，都要拿捏精准，稍有失误就会对药性、口感等造成影响，他们从煎煮、过滤到浓缩、收膏，都有一套标准化流程，需要严格遵循，这样才能熬出好膏。

医生“开得好”，师傅“熬得好”，这样老百姓才能“吃得好”。经过多年的传承，膏方已成为市中医院的特色名片之一。未来，市中医院将继续弘扬中医膏方文化，让中医国粹造福百姓。