

【关注膏方进补】

11月7日将进入立冬节气。冬季气候寒冷，植物凋零，动物也进入了蛰伏状态，人应自然，也进入代谢缓慢、物质贮存的阶段。中医认为，人应顺应“春生、夏长、秋收、冬藏”的四季特点，收敛生机，养精蓄锐。因此，一年中进补的最佳时节也到了。说起进补，历来有服用膏方的传统，膏方是以三四十味甚至更多味中药组成的大复方，强调治养结合，蕴含着中医阴阳调平的理念。膏方虽好，服用也应避开诸多误区。



冬补膏方

本报记者 徐洁

慢性病、亚健康宜用膏方调补

10月23日，山东省中医院膏方节义诊现场，38岁的济南市民孙先生坐在综合内科诊台前。虽然正值壮年，但他时常感觉身体发懒、倦怠乏力，没有精神，晚上睡眠浅、容易惊醒，腰部也常感觉酸软。省中医副主任医师谭维勇诊断后认为，孙先生舌质暗红苔少，脉细数无力，证为肝肾阴虚、肾精不足，为他开了一料滋阴补肾的膏方。

大多选择膏方进补的就是这样的亚健康人群、慢性病人群。11月7日将进入立冬节气，考虑冬季进补、调理的人也渐渐多了起来。从现在起到明年1月，山东省中医院、省千佛山医院等我省几大医院膏方门诊也将陆续开诊。

民谚有“三九补一冬，来年无病痛”之说。冬季自然界阳气收敛，万物凋零，动植物均进入蛰伏状态，人应自然，冬季新陈代谢缓慢，顺应“春生、夏长、秋收、冬藏”中医理论，在此时进补，有利于把精华物质储存体内，从而增强机体的抗病祛邪能力。

膏方在江南一带已流传了近两千年。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，不过，那时的膏方只有几味药组成，主治病证相对简单，至明清时期，蕴含中医调平理念的膏方才开始形成。

当时，膏方只有官宦富人家才能享受到。谭维勇博士师从沪上中医名家陈湘君教授，他说，民国时沪上名医开具一料膏方单诊金就100大洋，方中常含野山参、冬虫夏草等名贵中药材。

为了膏方的推广应用，使广大普通百姓受益，平民膏方多以常规中药饮片为主，参类也多用价格相对便宜的种植人参、高丽参等，因此，价格也就降了下来，飞入了寻常百姓家。

2009年起，膏方热逐渐在北方兴起。

主动到中医门诊开膏方的多是“回头客”。省中医肺病科主任医师张伟教授说，呼吸系统疾病如慢性阻塞性肺病、哮喘等，遇冷容易加重，有的病人服用膏方后反馈，感冒明显少了，即使感冒，而肺病的憋、喘症状也减轻了不少。

膏方对调理心脏病也有明显效果。据该院心病科主任医师薛一涛教授说：“我的一位老病人60岁，患有心绞痛，体内放置了9个心脏支架，吃了几年膏方，心绞痛不发作了，每年坚持服用。”

(下转B02版)

戴耳机听音乐，耳朵老是响 B03生命观

“齐鲁名医下基层”走进菏泽 B04公益行