

新民健康

新民健康养生之旅等你来报名!

新民健康养生讲堂将为市民带来“夏季养生”系列科普之旅,让新民健康会员享受“跟着中医学养生”的健康福利。如果你也想要跟着中医学养生,可加入新民健康养生讲堂,与中医一起面对面共同探索养生奥秘!即日起,可拨打新民健康会员热线 021-80261680 (10:00-17:00) 咨询报名,市民可面对面跟着中医踏上养生之旅哦!

本报新民健康工作室主编 | 总第 169 期 | 2017 年 7 月 5 日 星期三 本版策划:吴瑞莲 视觉设计:薛冬锐 编辑邮箱:xmjk@xmwb.com.cn

“海派中医传承”系列报道之三

绵延近 400 年的张氏内科： 弃儒从医的中医世家

高媛

66

张氏内科,一个家传历史悠久的上海中医流派,从明代崇祯末年,开创者张元鼎弃儒从医,行道于乡,以“不为良相,愿为良医”为家训,规定每代人中必有人行医。到现在,张氏家族行医已有 14 代传人,时经近 400 年。从 12 代开始,张氏内科打破“家族藩篱”,众多家族外医者得以进入门下,第 13 代传人王松坡即是其中幸运的一位。在整理前人资料的基础上,王松坡对张氏内科在胃肠病治疗方面的特色验方和用药进行了深入研究和优化,阐释、发展了张氏内科的部分学术内容。



◆“国学大师”张镜人与传人王松坡

执着的第 13 代传人

时代变化,张氏内科从 12 代开始打破“家族藩篱”,众多家族外医者得以进入张氏内科门下,王松坡即是其中幸运的一位。1999 年,王松坡博士毕业,导师为全国名中医、脾胃病大家蔡淦教授。因为仰慕张镜人教授,在导师的支持下,他毕业即加盟上海市第一人民医院脾胃病团队,跟师张镜人教授。

2004 年王松坡入围首届“上海市优秀青年医学人才培养计划”,张镜人教授担任指导导师,并提议和张存钧教授共同完成指导



任务。王松坡十分珍惜来之不易的机会,虚心学习,深得两位老师的真传并肯定。之后,王松坡先后作为负责人承担了上海市“张镜人·

首席名老中医工作室”和国家中管局“张镜人全国名老中医药专家工作室”,并和张存钧教授共同负责承担了“张氏内科流派主基地”建设项目。

在老师经验的基础上,王松坡进一步提出了慢性胃病不同阶段的中医学病机实质——慢性浅表性胃炎以炎性细胞的浸润为主,尤其是炎性活动患者,其病机实质是热郁气滞;萎缩性胃炎以固有腺体减少等为主,病机实质是胃体不足,脾胃气阴两虚。

系列胃病“秘方”造福更多人

中医药治疗慢性胃病非常有优势!张氏内科擅长治疗脾胃病,特别是对慢性胃病的治疗方面有自己的独到之处。在临床实践的同时,王松坡收集、整理相关资料并总结、主编了《国医大师经验传薪·张镜人》、《张氏内科集验·热病经验选集》、《张氏内科集验·杂病经

选集》(与张存钧教授共同主编),对张氏内科学术经验进行比较全面的归纳,展示了张氏内科的学术发展轨迹和经验特色,大量翔实的资料可供他人临床借鉴。

在上述资料的基础上,王松坡对张氏内科特色方药立项多项课题深入研究并不断优化,阐释、发

展了张氏内科的部分学术内容。同时,利用自己在全国和上海市多个学会任职的优势,在各种学术会议上介绍、推广张氏内科的学术经验。另外,随着自己所带教的研究生、进修生等的日益增多和在全国各地的分布,更让张氏内科学术影响不断扩大,服务更多患者。

胃病迁延反复和情绪有关?

人吃五谷杂粮,且胃与外界相通,因此极易受到伤害。如暴饮暴食,常吃生冷油腻肥甘辛辣之品,感受受凉等等,都能让胃消极怠工而生胃病。上海市第一人民医院中医科主任王松坡提醒,还有一个常常被人们忽视的导致胃病的重要因素,就是情绪异常。

情绪导致胃病,中医早有认识。中医大夫常说“百病生于气”、“肝胃不和”、“肝脾不和”等等,大致讲得就是情绪致病,特别是能导致胃病。王主任解释,胃主受纳腐熟水谷,脾主运化水谷,脾升清,胃降浊,共同承担着食物的消化吸收和营养物质的转运输布。肝主疏泄,是人体调理气机的重要枢纽,肝气调达可以帮助脾胃工作、分泌胆汁促进食物的消化吸收。除此之外,肝还可调理情绪,使人们保持良好的心态,从而不发生疾病。

若情绪异常,就会导致肝气郁结,横逆犯胃或横逆克脾,引起脾失健运,胃失通降,人的消化吸收功能障碍,出现消化不良等种种胃



病表现。因此,日常生活中应尽量避免持续的情绪不良!注意调节情绪和心态,保持心境平和,杜绝不良心情对胃肠道的影响。

当然,要想不得胃病,饮食生活调理也非常重要。王松坡提醒,目前正值夏季,饮食尤其要注意,宜清淡卫生,尽量避免过夜食物及烹制不熟的事物,饮食规律,三餐定时定量,慎吃生冷、油腻碍胃食物,更忌暴饮暴食。

平时锻炼身体、增强体质也十分必要。夏季是“夏长”的季节,不应过度安逸,更不宜整日躲空调。适当的锻炼,适度的出汗,有助于调整人体阴阳,调理身心,预防胃病。

此外,穴位按摩对于缓解胃病症状也有着一定的效果。穴位按摩可以调整经气和脏腑功能。常见的调治胃病穴位很多,如中脘穴,位于剑突至肚脐连线中点;足三里穴,位于膝盖下四个手指并拢距离处的胫、腓骨之间;内关穴,位于手腕正中距离腕横纹约三个手指并拢处的两筋之间等。对上述穴位经常进行按揉,或者经常拍打胃经巡行部位(如大腿外侧前缘),按摩腹部等都对慢性胃病有一定的治疗作用。由于按摩、艾灸等涉及到取穴和手法等,王松坡建议还是先行咨询专业医生为佳。

专家介绍 王松坡

张氏内科第 13 代传人,国医大师张镜人教授学术继承人,上海市中医药领军人才。

上海市“张镜人·首席名老中医工作室”负责人,“张镜人全国名老中医专家工作室”负责人,“张氏内科流派基地”负责人,上海市第一人民医院中医科主任、中医学教研室主任。

先后任中华中医药学会名医学术思想研究分会常务委员、综合医院中医学学术发展分会常务委员、脾胃病分会委员;上海市中医药学会理事、中西医结合学会理事,上海市中西医结合学会消化病分会副主任委员,上海市中医药学会流派分会、青方分会、综合医院中医发展分会副主任委员等。

传承张氏内科学术思想,提出了慢性胃病不同阶段的中医学病机实质。擅长治疗脾胃病,同时在运用脾胃病理论调治内科杂症方面亦积累了一定经验。

传承近 400 年,扎根上海的中医世家

张氏内科是道地的沪上本土医学流派。张氏聚族蕃衍,代有传人,其事迹见载诸《上海县志》等者凡 7 世 11 人,名医辈出。

第九代传人之一张骧云,曾患烂喉丹痧重症致努力减退,诊病时用自制的铁皮筒助听,民间称他为“张聋聩”。张骧云擅治外感热病,远近闻名,沪上有“得了伤寒病,去找张聋聩”之说,时任苏州抚台陆元鼎赞誉张氏为“江南第一名医”。1916 年犹太人哈同因建哈同花园,强占张氏祖先坟地,张骧云与其抗争多年,最终获胜,“张聋聩斗哈同”在沪上传为佳话。

第十二代传人代表张镜人医名尤著,系上海市首届名中医、全国首届“国医大师”,其打破了胃黏

膜腺体萎缩不可逆转的观点,先后获国家科技进步三等奖、国家中医药管理局科技进步甲级奖等在内的各级科研奖励 10 余项。张镜人老先生曾先后十余次去日本交流和讲学,还经常应邀去欧洲、东南亚、澳大利亚等进行交流活动。张氏医学不仅走出家门,而且走向国门,走向了世界。

张氏族内医者将家族的临证经验尤其是热病经验进行分析,从不同角度进行了总结,将实践经验上升为理论。1961 年张镜人受族人之托,集思广益,撰写了《上海张氏医学经验介绍》、《张骧云的医学成就》等著作,全面阐述了张氏医学学术思想和成就,确立了“张氏医学”在上海滩的地位。

善治胃病从“用错方”开始

20 世纪 70 年代,一位与张镜人熟识的老干部找到了他,老干部经常胃脘胀痛。根据传统观点,胃脘痛十有八九因胃寒而起,治疗多散寒理气。张镜人根据舌脉常规开了温中和胃的方子,嘱其两周后复诊。没想到两周后,患者病情反而加重!类似的病例不少,这让张镜人疑惑不解。

期间去日本交流,张镜人接触到了胃镜,通过胃镜他似乎找到了原因:很多患者胃黏膜以红为主,甚至充血、糜烂,胃中液体混浊黏稠。《内经》有道:“诸病水液,澄澈清冷,皆属于寒”,反之“水液浑浊”则属热性。粘膜发红、糜烂等更是热像!这与“胃脘痛多寒”的观点南辕北辙。中医望诊无法直观地看到患

者脏腑内在的情况。而西医的内镜、影像学等检查手段则弥补了这一缺陷,延伸了中医望诊!老干部是不是也是局部热像呢?既然温中无效,索性改用“和胃清热”为主!回来后调整方药,结果老干部服“清热和胃”药两周后喜滋滋地对他说:“胃不痛也不胀了,饭也吃得香了。”

张镜人通过多年的临床实践结合慢性胃炎不同阶段的胃镜及病理情况、用药及治疗前后变化,总结了慢性浅表性胃炎和萎缩性胃炎的病机核心,针对性地制定出基本方予以加减,结果临床效果显著提高。经过不断总结提炼,开创性地提出了“调气活血法为主治疗萎缩性胃炎”的观点并为广大学者所接受。