

# 进补时节 首选膏方

## 沪上中医名家评说膏方

《素问·生气通天论》曰：“阴平阳秘，精神乃治。”这是中医养生和治病的基本思想，也是配制膏方的主要原则。

图 IC



# 抗肿瘤转移的关键是 时机和方法

中国抗肿瘤转移科普主题展馆是中国抗癌协会肿瘤转移专业委员会(上海)指导中心主办的,已接待两万多名肿瘤患者和家属。从中发现:绝大部分病人和家属对抗转移的知识和方法极其缺乏了解,都以为在手术、放化疗后吃些中药或者用些提高免疫功能的产品就是抗转移而万事大吉了。这些错误认识对正在做临床治疗的病人来说是极其危险和致命的。

中国抗癌协会肿瘤转移专业委员会抗肿瘤转移(上海)指导中心专家董林教授指出:肿瘤作为全身性疾病,体现在肿瘤细胞的无限生长和全身转移两个方面,治愈肿瘤也必须在抑制肿瘤的生长同时阻断全身的转移。而一旦原发肿瘤超过一公分,一定会在病人肝、肺、骨、脑等部位形成一个或多个转移灶,大多数病人在做手术、放化疗治疗后的平均半年时间内,必然会出现一个或多个一公分左右的转移灶,而正是这些转移灶造成病人器官衰竭、合并感染而置人死地。

肿瘤原发瘤和转移灶本来是一个动态平衡体系,在未做治疗前,原发瘤会通过释放血小板反应蛋白(TSP-1)这种抑制因子,控制着一个或几个转移病灶的生长,但临床治疗手段在缩小和消除原发瘤的同时,也断绝了原发瘤抑制因子(TSP-1)的释放,使转移灶疯狂生长,陷入边放、化疗,原发瘤缩小而转移灶快速长大的恶性循环状态,使病人的生命周

期大大缩短。

抗肿瘤转移(上海)指导中心王登三教授指出:事实上,临床已经为治愈肿瘤创造了十分有利的条件和机会,病人务必在此期间及时把握机会,采取快速提高内源性升高血小板反应蛋白(TSP-1)阻断肿瘤新生血管和调节免疫两个必要手段,缺一不可,及时抗转移,使肿瘤病人获得长期生存甚至治愈。

## 抗转移 保生命 关键看半年

一场拯救肿瘤病人生命的报告会

本次报告会由中国抗癌协会肿瘤转移专业委员会抗肿瘤转移(上海)指导中心资深肿瘤专家董林教授主讲,将用病例和全新的肿瘤治疗理念揭示:为什么晚期肿瘤病人,一样可以获得五年以上长期生存甚至治愈;为什么传统治疗必须结合抗转移复发的新生血管阻断和免疫调节,三者缺一不可;抗肿瘤转移的时机和方法介绍等、现场更有最新饮食调理方案。

报告会时间

报告主题:抗转移 保生命 关键看半年

主讲:指导中心专家 董林教授

10月31日 星期三 8:30—10:00

11月3日 星期日 8:30—10:00

报告会后有指导中心专家一对一咨询

上海仁华医药科技有限公司大力支持

地址:肇嘉浜路825号 尚秀商务楼4A



报名电话

55621000

## 服用膏方大有学问

膏方虽有提高免疫力的功效,但并非人人适宜。膏方适宜人群主要有:一是长期处于亚健康状态;二是患慢性疾病相对稳定期;三是产后、重疾处于恢复期者。处于成长期的儿童,除非身体特别具有虚证征象,否则不宜服用膏方,以免造成激素失调,甚至早熟。

“膏方”作为中医药的一种,首先是“药”,然后才可谈及“补”,绝对不是“食品”。而这个“补”实为“调节”之意,注重辨证施“补”,因人而治;以整体平衡、调和为贵;有教偏祛病的作用。膏方须遵医嘱辨体质服用,勿人云亦云盲目进补,以免适得其反或加重病情。

近年来,冬令盲目求补者众多,小病大补,无病亦补,甚至以服用“膏方”为时尚,更有不少人滥用人参、枫斗、冬虫夏草,只求价格昂贵,不管个体的气血平衡。如果不能严格辨证识体,务求药人相应,而唯将名贵补药堆砌成方,组方驳杂,则既浪费药材,又不能中病,有百害而无一利。

对于在服用膏方之前服用开路药之说,这主要针对肠胃有明显疾患者而言。医生在开具药方时必须先观察患者的舌苔厚腻,脉

象虚实,判断是否适合服用膏方或需服开路药,要重视运脾健胃之道,以平和为准,调整好胃肠功能。

服用膏方期间,一般应忌食生冷、油腻、辛辣、海鲜等不易消化、有刺激性及易过敏的食物,忌烟酒,不与咖啡、可乐、茶、牛奶同服,以免影响脾胃消化功能,妨碍膏剂的吸收。还有一些膏方需避开某些食物,如吃含人参、黄芪等补气的膏方时忌吃生萝卜等,以免破气消导,影响药效。若出现感冒发热、咳嗽痰多、腹痛腹泻等征象时应立即暂停服用,遵医嘱待症状好转后再决定是否恢复服用。

膏方是细水长流型的调补方法,其所含药味虽多,但平均到每天的药量较小,且膏剂的药效发挥相对较慢,调理时间也相对较长,所以想在短时间内迅速达到疗效并不现实,吃吃停停也会降低疗效,时而而猛吃、时而不吃则更不科学。膏方大多取材于中草药,也选取具有补益效用的食材,食物调适也要结合体质,辨证而施,来达到健康长寿的目的。

纪清(上海中医药大学附属市中医院主任医师)

## 膏方用药量体配制

“春生、夏长、秋收、冬藏,此天地之大经也,弗顺则无以为纪。”人的生命活动和自然气候环境息息相关。此冬气之应,养藏之道也。膏方的配制要注重食用者的体质差异,量体用药,“一人一方”。

人体体质的减弱,是病邪得以侵袭,疾病得以产生的主要原因,而体质又因年龄、性别、生活境遇、先天禀赋、后天调养等不同而各有差异,故选方用药也因人而异。如老年人脏气衰退,气血运行迟缓,膏方中多佐行气活血之品;女性以肝为先天,易于肝气郁滞,故宜辅以疏肝解郁之药;小儿为纯阳之体,不能过早服用补品,如果确实需要,多以甘淡之品调养,如四君子、六味地黄等;中年人负担过重,又多七情劳逸所伤,治疗时多需补泻兼施。

中医将人的标准体质分为10种,其形

态结构、生理功能和心理特征各有不同的特点,不同的体质可以给我们带来不同的生命体验。其中除平和和体质不需要运用膏方调养之外,气虚体质、血虚体质、特禀体质、阳虚体质、阴虚体质、痰湿体质、湿热体质、血瘀体质、气郁体质等9种体质均具有可变性和可调节性,可以通过心养、神养、形养、术养、食养、药养、居养来改变体质的不良变化,纠正体质的偏颇,减少某些疾病的易感性,使我们少生病不生病,即使生了病,也可以通过体质养生法来促进早日康复。体质的变化可以决定健康的变化,体现了“治未病”的思想。中医膏方便是体质养生的重要方法之一。

一般来说,健康人不用进补。年轻体壮之人因短期精力不足可服用适宜的膏方。

张铁英(上海中医药大学附属曙光医院附属老年科副主任医师)

## 膏方调治慢性病优势显著

包括呼吸系统、心脑血管系统、血液系统、消化系统的慢性病均可采用膏方调治,且具有显著的临床优势,可达到控制或减少、减轻病情的反复发作;延缓疾病的进程;减轻西药的毒副作用;调摄体质,改善生活质量等目的。服用者获得的是一种基于疗效而又高于疗效的具有社会人文关怀的治疗收益。

慢性病患者在临床上往往表现为:1.病程较长,病情在很长的一段时间内呈慢性进展状态;2.兼证较多,常合并一种至数种慢性疾病,病情和治疗复杂;3.整体机能处于下降状态,慢性病的消耗导致机体的各项生理功能减退不全,从而加重病情。要在一张普通处方中考虑这么多的问题,兼顾多方面的治疗实在是一大难题,但通过个体化的膏方辨证调治,可以比较圆满地解决问题。

如哮喘和慢性支气管炎长期反复发作,多呈慢性进展性过程,最终都进入到慢性阻塞性肺疾病的阶段,出现以喘促为主要表现的临床过程,而大多数病人还有容易感冒、经常过敏、体力下降、精力不支、胃口不佳、消化不良容易腹胀、腹泻或便秘等不适表现;在基础疾病方面,则常合并高血压、糖尿病、心

脏病、中风后遗症、骨质疏松等慢性疾病。中医运用膏方治疗这类疾病时,往往以补肾填精、纳气归元为治疗核心,再根据其兼证所表现的病机特点和基础疾病所表现的脏腑虚损,综合运用补肺、固卫、理气、化痰、健脾、消导等治法,平衡正邪关系,调整寒热凉温,往往可收到良好的临床疗效。在我们的临床实践中哮喘和慢阻肺的有效率达到80%以上,显效率亦有40%以上。

一般而言,较适合采用膏方调治的疾病有:哮喘、慢性阻塞性肺疾病、慢性支气管炎、支气管扩张、过敏性鼻炎、反复感冒、冠心病、心律失常、心肌炎、慢性胃炎、慢性肠炎、慢性肾炎、风湿类疾病、血液系统疾病、妇科慢性疾病、小儿肺系疾病等。

吴银根(上海中医药大学教授、中国中西医结合学会呼吸病分会主任委员)

### 科普活动

11月4日下午1:30,上海名老中医膏方免费咨询活动在重庆南路308号(近建国中路)白玉兰剧场五楼举行,由上海市传统医学工程协会主办。欢迎市民参加。

# 及早规范治 丙肝可痊愈

为了提升公众特别是丙肝高危人群对丙肝防治知识的认知,由卫生部疾病预防控制局指导、中国健康教育中心主办的全国丙肝健康咨询流动站项目已开展了两年。一项覆盖全国的肝炎认知网络调研数据显示,公众对丙肝的正确认知率从2007年的1%上升到2012年的14%,5年间上升了13倍。45.3%的受访者了解丙肝的三条主要传播途径,51.9%的受访者知道丙肝的有效治疗方法。

丙肝症状隐匿,但慢性化程度高,尚无疫苗可预防,若不尽早治疗,70%-90%的丙肝患者会发展成慢性肝炎,大约10%-15%的患

者可能在感染后20年左右发展为肝硬化并缓慢进展,其中,有相当一部分患者会进展为失代偿肝硬化和肝衰竭或演变为肝癌。

然而,只要通过聚乙二醇干扰素α联合利巴韦林的规范治疗,丙肝是可以治愈的。如果能够做到早发现、早治疗,治愈率能达到70%-80%。因此,丙肝不可怕,丙肝治愈的机会相当大,怕的是认知不足,医疗不规范。为此,丙肝健康咨询流动站下一步工作是,继续提高公众对丙肝的认知率、就诊率、治疗率,从根源上遏制丙肝的蔓延,全面提升丙肝的防控水平。

虞睿