

新民晚报 | 新民健康 / 互动

膏方

又称膏剂或膏滋药,以其剂型为名,属于中医丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种剂型之一,是一种稠厚状半流质或冻状剂型。在中医理论中,膏方具有高级营养滋补作用。春生、夏长、秋收、冬藏,根据中医理论,冬季是一年四季中进补的最好季节,而冬令进补,更以膏方为佳。

“

我体质是心阳虚,请按书上这个古方给我配一料膏方吧。”“我从网上看到了这个配方觉得很适合我,想根据这个配中药”,在童涵春堂第33届中医膏方节上,有时会遇到一些消费者拿着养生保健书籍或是网上下载的所谓的“古方”、“秘方”来配膏方。

老城隍庙童涵春堂的老中医说道,“现代人越来越注意养生,不仅是老年人,年轻白领也有脱发、脾胃虚弱等症状。现代人获取知识的途径很多,很多人拿着保健养生书本或是直接从网上抄下的‘养生方’到药店配中药,但是一般我们都建议顾客不要盲目地‘按图索骥’。中医讲究‘辨证施治’,看着相似的症状,在经过医生望闻问切后会开出完全不同的处方;看着不同的症状,但究其原因相同,医生也会开出相似的方。这就是中医说的‘同病异治’与‘异病同治’。”

所以童涵春堂首席执业药师建议,仅将书籍的知识作为平常保健养生的参考学习之用,但真正要起到调理、滋补的作用,最好还是先请医生“望、闻、问、切”一番开出有针对性的膏方,并到老字号名堂名店配方以求中医药发挥应有的养生健体的功效。



已经很模糊了,标准是中医临床五年才能开膏方,我觉得还不够。好的医生开的好膏方,不仅要判断当下病人的体质,还要预判病人接下来近2个月的身体状况。

■上海名中医施杞:一人一方,天人相应。膏方是一人一方,根据人不同体质,甚至不同节气特点,达到‘天人相应’。我一直强调要五名相汇:名堂、名医、名方、名药、名法。童涵春堂坚守百年,坚守本真,为业界树立了榜样,这就是名堂、名店!

■上海名中医唐汉钧:全局考虑,虚实结合。膏方凝聚了千年的经验和所有我们业界的知识,是全局考虑一个人,而不是一个病,要起到一个协调的作用。二

日前,在童涵春堂第33届膏方节开幕式暨膏方文化茶话会上,邀请了全国名中医蔡淦,上海名中医施杞、彭培初、唐汉钧、范忠泽、蒋健、赵国定、徐敏华等中医界泰斗共同出席了膏方文化茶话会,畅谈膏方文化精髓,共话“坚守本真,薪火相传”的中医药文化传承精神,各位名中医现场就膏方在健康养生中的作用、“一人一方”的特色,如何传承与发扬我们的优秀的中医膏方文化等问题共同畅谈。

十年前,30-40%来开膏方的都是中老年人,而现在中青年比例已经明显提高。

■上海市名中医徐敏华:膏方是调,目的是和。膏方受益人群是很大的,方法不是补,而是调,目的是和。吃了一个月下来精神很好,精力充沛,就是调的结果,和的显著表现。

■陈德兴主任医师:选择名店、名医、名药。童涵春堂膏方节我从第一届就开始参加,现在是33届了。第一届的时候我还记得是在社区做,从一开始就坚持为老百姓服务。上海的膏方养生看上去红红火火,其实有些问题。一个问题是没有资质的机构混入行业,网上声称自己能开膏方的有4-5千家,而上海原来有资质的不过百家。第二,开膏方的医生资质复杂,中医要有5年临床经验才能开膏方,而不具备资质者大有人在。第三,我发现追求暴利的膏方满天飞,膏方不在价高,关键效果要好。选择名堂、名医、名药,也是对自己身体负责。



■苏晓主任医师:病人第一,本着良心开膏方。很现在大家生活水平提高了,对膏方需求也提高了。很多人觉得中药苦,膏方针对这一点叫了些调味药材,接受度会更大。作为医生,把病人放第一,本着良心开膏方是我们要做的。

■上海大学海派文化研究中心主任陈东教授:海派中医体现了上海的城市精神:海纳百川、追求卓越、开明睿智、大气谦和。在中医辩证过程中,我们不排除西医,病人之前去西医求医,你的诊断书给我看看,你的所有诊断手段你带来给我参考,尽量了解你所有的身体状况,给出最合适的调理方案。我们海派中医能够传承到今天,有无数的像童涵春堂这样坚持的,有在座的那么多名中医坚守的才能传承下来,把我们中医的海派中医的旗帜高高扬起。

如何配到一料好的膏方?



不仅需要有资质的医疗机构,请临床经验丰富的老中医搭脉开方,中药的品质也很有讲究。名方需名药,离开了好的药材,再怎么精心的配伍方药,再精心的思考、衡量,膏方的质量不行,那就效果就大打折扣。

作为历经235年上海滩土生土长的中华国药老字号,童涵春堂秉承“悬壶济世、普救苍生”的古训,传承弘扬中药国粹,坚持膏方配制过程中的名堂、名医、名方、名药、名法。邀请全国名中医、上海名中医、资深老中医等百余

位中医专家,在复方汤药的基础上,针对每个人不同体质,辨证量身定制膏方。

童涵春堂资深老药工精选地道药材、遵古炮制,并采用传统特色的“一人一方剂、一人一铜锅”而熬制的膏类制剂。经过“浸、煎、滤、收”等12道工序精细加工,处处体现着中国传统的工匠精神。加工的膏方凝而不固,味道甘美,形状晶莹剔透,最终才能成为上品。

药材的临方炮炙也是决定药效的重要因素,临方调配的中药要先进行不同工序先炮制加工:有的用食盐盐水喷洒药材后,用文火炒至表面呈黄色;有的放入大米,用文火炒拌至药材表面呈黄



色;有的加入姜汁、有的放进米醋、有的拌入蜂蜜……已有30多年工龄的童涵春堂资深老药工介绍道:“所谓‘处方应付’就是医生开方所写的约定俗成的规则。比方说医生写‘黄芪’就是生黄芪,

功效长于固表托疮、利水;写‘炙黄芪’就要用蜂蜜加工,功效优于补气健脾;写‘清炙黄芪’或‘炒黄芪’就要付麸炒黄芪,功效更利于补气。所以一字之差不仅加工不同,功效也不同。”

膏方专家常见问题解答



1. 开路方是什么? 配膏方一定要先吃开路方吗?

人民路童涵春堂国药号名中医提示,服用膏方要取得好的效果,能充分消化吸收是关键。当有些人脾胃运化功能较差,临床常见舌苔厚腻、没有食欲等,此时服用膏方,反而容易加重脾胃负担。这时,中医师一般会开一些能运脾健胃、理气化湿的中药材,以改善其脾胃功能,为膏方的消化吸收创造有利的条件,即为“开路方”。

2. 儿童能不能使用膏方进补?

童涵春堂兰村店名中医提示,儿童可以根据生长需要,适当进补。针对反复呼吸道感染、哮喘、久咳不愈,厌食、贫血等体虚的儿童,相对更适用于膏方调补。中医专家还强调儿童需要在专业医生的指导下服用膏方。

3. 老年人才要吃膏方,年轻人不用进补?

上海名中医唐汉钧:膏方凝聚了千年的经验,和所有我们业界的知识,是全局考虑一个人,而不是一个病,更多观察虚实结合,人的气血体制,要起到一个协调的作用。我说不仅是亚健康的人,没有毛病的人也可以吃。是以先天之本再结合后天的体质偏性来调理。

膏方主要适用人群

- 1. 慢性病人的进补:**慢性病人久病体虚,可在冬令季节,一边施补,一边调理,这样对疾病的治疗和康复,作用更大。因身体久病不愈,正气长期与邪气斗争,也可以通过服用膏方来达到“扶正气”的目的。
- 2. 亚健康者的进补:**现代社会中青年工作生活压力和劳动强度很大,同时众多的应酬,长期不足的睡眠及休息,均可造成人体抗病能力下降,处于亚健康状态。
- 3. 老年人的进补:**老年人由于生理特性,人体的各种机能,都将随着年龄的增长,而趋向衰退,而冬令进补,则能增强体质。
- 4. 女性的进补:**膏方内常配有胶类中药材,最常用的即为阿胶。阿胶作为传统中药三宝之一,不但补益作用明显,兼可养血调经,对于女性冬天体寒、怕冷、血虚、妇女月经不调等症也将得到有效改善。

膏方的前世今生

膏方最早起源于汉唐,在《黄帝内经》中就有关于膏剂的记载,主要供外用。东汉张仲景《金匮要略》记载的大乌头膏、猪膏发煎则是内服膏剂的最早记载。

唐代孙思邈的《备急千金要方》中,膏方的制剂有水煎去渣,取汁,浓缩,加炼蜜收膏及内服的特征。宋元膏方用途日趋广泛,此时膏方兼有治病和滋养的作用。

明清膏方更趋成熟,膏方效果逐渐偏向补益,备受朝野欢迎。清代膏方不仅在民间流传,宫廷中亦广泛使用,如《慈禧光绪医方选议》就有内服膏滋方近30首。收膏时常选加阿胶、鹿角胶、龟板胶、鳖甲胶等以加强补益阴精的作用。

近代膏方国内外享誉盛名,在上海、江浙及广东广泛使用。历史悠久的中药店,如上海童涵春堂等均有名老中医坐堂,为百姓养生、调理、进补进行一对一咨询。膏方不仅是一种健康方案,更是一种时尚养身文化,将为不同年龄、不同人群、不同体质的人们带来健康福音!

服用膏方注意事项

1. 服用膏方一般从冬至开始至立春,如遇感冒、腹泻时,应暂停服用。
2. 服用膏方期间要禁烟限酒,少吃海鲜,忌太辛辣油腻。
3. 女性服用膏方应在例假期间停用。
4. 膏方储藏在低温、阴凉处,也可存放在冰箱冷藏。每次舀膏方时,要用干燥的勺子。
5. 如果储存不当膏方表面发霉,把发霉部分去掉,再隔水蒸一下;用纱布盖起来室温放凉,全部凉透后,再放冰箱储存。
6. 膏方服用时间也有讲究,滋腻补药宜空腹服,胃肠道疾病(脾胃)宜在饭前1小时服;心、肺等疾病一般在饭后半小时服;养心安神类宜睡前服,具体服用方法请遵医嘱。



更多资讯请关注“童涵春堂”微信公众号