

# 繼承中醫精髓 打造交流平台

## 脈象國際學術大會四月西安舉行

為打造高水平的脈象研究學術交流平台，構架脈象研究者與學習者的橋樑，繼承、整理與發掘中醫脈象精髓，促進國內外中醫脈診水平的共同提高，第二屆中醫脈象國際學術大會將於2011年4月9日至11日在中國陝西西安舉行。

學術大會由世界中醫藥學會聯合會脈象研究專業委員會主辦，陝西中醫學院、陝西教育國際交流協會承辦，歡迎全國包括台港澳、外地中醫專家、學者及業者學界，以及熱愛中醫脈象研究者共同參與。

學術研討專題講座內容包括古今各家脈診技法；脈象研究在疾病臨床診治中的作用；脈象相關基礎研究；古代文獻的脈象研究等。

大會選舉多個脈診專題工作坊，鼓勵交流互動，由脈象研究專家現場演示脈診的各種技法和講解脈象特徵的臨床意義。同時，與會代表將交流和展示脈象研究成果。

大會組織現正發出論文徵求通知，徵文內容如下：  
(一)脈象研究領域內的現狀、發展趨勢、理論研究進展、亟待解決的問題等；(二)古今各家脈診技法、特

徵總結；(三)脈象研究在疾病臨床診治、康復、護理方面的作用；(四)名老中醫脈診經驗總結；(五)脈象相關基礎研究；(六)脈象現代研究中多學科交叉的方法學探討；(七)生物信息學、神經信息學與脈診研究；(八)脈診在現代循證醫學中的作用探討；(九)脈診在流行病學調查研究中的應用；(十)現代脈診儀的研製與開發等。報名詳情可登入香港註冊中醫學會網址：www.hkrcmp.org

### 中醫納泰國正規醫療

據泰國《世界日報》報道，泰國衛生部長朱林在12月3日主持的2011年度衛生部政策發表與推動座談會中透露，衛生部支持傳統中醫和泰國醫列入正規醫療體系的一系列工作，將在明年陸續實現，包括中醫從業人員將獲得在泰行醫許可證以及泰國533種藥方列入正規藥方清單等。

朱林表示，衛生部將這些傳統醫術列入「可供民眾選擇使用的醫術」，除了西醫以外，傳統中醫和傳統泰國醫也能成為正規醫術之一。

朱林說，中醫從業人員在持有合法行醫證的情況下，將可以在泰行醫。相關法規近期將列入政府公報而正式生效，將有首批320名中醫醫生獲得在泰行醫許可證。

此外，衛生部將把泰國醫術和泰國藥方列入正規藥方清單，與西藥藥方一樣獲得醫院用藥補貼，凡是參與國民免費醫療體系的醫院，向患者開出泰國藥可獲得每人2銖的官方補助，這一補助明年將增至每人6銖，現有列入國家正規藥品清單的19種泰國藥方也將另增533種。朱林還表示，各醫學院也將增加開設泰國醫課程，目前已有1000多名大學生修讀泰國醫課程，明年還將持續增加。

### 中藥學會與生產力局合辦

#### 中藥材品種專題講座

《「同名異物、同物異名」中藥材品種專題講座》

日期：2010年12月11日（星期六）

時間：下午3時正至5時30分

地點：九龍塘達之路78號生產力促進局大樓4樓演講廳（九龍塘地鐵站C1出口）

費用：全免

對象：香港中藥學會會員、中醫藥業界朋友及對中藥有興趣人士

人數：120人

講題（一）《香港中藥習用品種考評與鑑別》

講者：羅集鵬教授（廣東藥學院）

講者及內容簡介：

羅集鵬教授為中國首位生藥學博士，畢生從事中藥材的研究和教育，桃李滿天下。近年來專心從事香港「同名異物、同物異名」中藥習用品種的鑽研，講座就多種原藥材進行溯源溯本的歷史考證和系統分析的專題評述，並且展示如何利用簡易可靠的方法鑒別區分，給香港中藥習用品種詳盡剖析，糾正目前混淆誤用的情況。

講題（二）《「冬蟲夏草」品種的考究》

講者：楊飛義（香港中藥學會副會長）

講者及內容簡介：

楊飛義現職藥材採購總監，為香港大學中藥藥劑學士首屆畢業生，從事中藥材採購、銷售和管理工作超過三十年。近年專心考究「冬蟲夏草」的來源和質量，不但對各類「蟲草」的來源有深厚認識，並曾親自往赴青海、西藏高原地區，踏足雪線地帶，實地考察「冬蟲夏草」的生態，搜集不同海拔高度領域生長的「冬蟲夏草」進行比較分析，有獨特精要的見解，可供分享。

查詢電話：95503825（吳小姐）、91952899（吳先生）、82020218（鄭先生）

### 研究顯示東南亞地區中醫藥研究速增

由中國中醫藥國際合作中心承擔的國家中醫藥管理局科技項目《針對東南亞地區中醫藥競爭策略研究》日前通過專家組驗收。該課題組通過對近5年敏感信息的分析，發現東南亞地區中醫藥研究發展速度較快，尤其是韓國、日本以及中國香港等地更為突出，顯示出明確的研究熱點與良好的合作團隊。運用函數擬合的方法預測未來5年內，中醫藥研究仍然呈現上升趨勢，並可能出現國際合作與跨國聯合研究的團隊。

針對標準項目分析後，發現了韓國呈現政府管理

、研究團隊、研究方法、標準研製的多方面合理分工、密切合作的整體推進理念；從而提示我國標準研製應該進行配套的系統化戰略設計，從政策研究、標準體系建設、標準研製、應用推廣和標準化服務等多方面部署機構與人員。

### 11項養生保健技術 操作規範發布

在第三屆中醫藥現代化國際科技大會期間，中華中醫藥學會發布了包括拔罐、刮痧、足浴、頭部保健等在內的首批11項中醫養生保健技術操作規範，從術語、定義、操作步驟與要求、注意事項與禁忌等方面對這些中醫保健技術做出了明確、詳細的規定。操作規範發布後將在全國範圍內推廣應用。

該系列操作規範制定歷時近兩年，經過多次論證和專家審核，同時為了滿足國際對中醫養生保健技術標準的迫切需要，此次規範發布了中、英文兩個版本。

規範的制定由中華中醫藥學會組織，世界中醫藥學會聯合會中醫特色診療研究專業委員會為牽頭單位，國內外30多家單位參加，400多名專家參與。

圖為專家正在為患者會診 本報攝



特寫

### 新就診模式：專家大會診 華南首家疑難病會診中心啟用

華南首家疑難病會診中心近日在廣東省人民醫院正式掛牌，為患者提供一種新的就診模式，問津者不少。醫院東川門診部主任孫建表示，該會診中心旨在提高門診醫療水平，開業一個月來諮詢市民三百多例，接收會診病例近八十例，更有一病人會診四位專家。

孫建表示，過去門診遇到病人同時患有各種疾病，需要跨科會診，患者要到不同的專科門診分別掛號就診，甚至需要幾天時間才全部看完。現在告訴病人到會診中心來，由會診中心負責聯繫參與會診的專家，為疑難病患者制定最佳的診療方案，解決患者

實際的看病難問題。

負責分診的醫院東川門診部副主任醫師陳維雄表示，會診中心自10月20日成立以來，該中心已接收了近八十例會診病例，接近一半的病人接受了二名以上專家的會診。目前該院可以參與會診的專科包括了心內、心外、腫瘤等省級重點學科的三十七個科系。

在會診病例中，有一名病人同時接受了四位專家的會診。這名患者曾在多家醫院接受了不同科室的檢查，但始終沒有一個明確的診療結果。中心的醫務人員向她提出邀請婦科、消化科、神經內科、風濕科四個專科專家的會診建議。經過會診發現，病根不在

這四科，而應屬於精神心理科。

孫建認為。隨着患者的增多，業務將陸續拓展，如開展多個相關學科共同參與的單病種會診，如胰腺癌患者的診治策略就可以由胰腺外科、化療科、放療科、消化內科、介入科的專家共同制定；為某種疾病進行多學科聯合會診可以為患者制定更好、更個體化的治療方案。會診中心將開展的單病種多學科會診服務採取每周定期開設、預約就診模式。十二月初將開設糖尿病專科門診服務，着力打造多個單科疑難病診療中心。

本報記者袁秀賢廣州電

### 燥熱咳嗽

## 川貝雪梨煲豬肺

主治：燥熱咳嗽，口乾痰黃，以及老人乾咳無痰。有除痰、潤肺、清燥功效。

材料：川貝母三錢（九克）、天津鴨嘴梨一個（上述為一人分量，如家人作潤肺食療湯水可加倍用料。）、豬肺一個（可買肉檔代客沖洗乾淨「成品」）

製法：先將雪梨洗淨，連皮肉切塊，梨心捨棄，川貝母略打碎和豬肺（切件用白鑊烘炒）放瓦煲，加入適量清水，煲兩小時。取出溫飲。

食法：飯後一小時或睡前一小時，淨飲湯液。梨渣以匙按壓取汁併飲。如作潤肺食療，可佐膳，喝湯吃豬肺與梨。

驗例：男患者嗜好抽煙。深秋吹風，咳嗽不已。有時咳痰不出，有時痰黃黏結，纏綿近兩月。經西醫治不效，又服不少治咳成藥亦不效。求診中醫，中藥對症治療，三劑燥咳痰稠好轉，囑其回家以川貝雪梨豬肺，日服兩次。每隔三天再吃兩次鞏固療效，促其戒除香煙，少吃煎炒辛辣之食品。

按語：川貝母性味甘、苦、微寒，有止咳化痰，清熱散結功效。對肺虛久咳，痰少咽燥及外感風熱咳嗽，痰火鬱結咳嗽，咯痰黃稠等症均有殊效。現代藥理認為川貝母含川貝鹼等，有鎮咳祛痰之功。雪梨性味甘微酸涼。入肺胃兩經。含蘋果酸、檸檬酸、葡萄糖、蔗糖、維他命B、C等，功能潤肺、生津、清熱、化痰。常用於治療熱咳，熱病傷津，煩渴，便秘等症。《本草綱目》則認為川貝有「潤肺涼心，清痰降火」的功用。民間更常以川貝燉雪梨，醫理老人乾咳無痰，及一般人燥熱咳嗽。效果良佳。豬肺性味甘平，有補肺止咳功效。此湯方針對燥咳和熱咳，皆具止咳潤肺功效。

附：雪梨膏製法——以白梨500g，去皮心，加百合25g，白糖250g，拌勻，隔水燉至融化成膏狀。市售「梨梨膏」即以本品為主要原料，加白糖、蛋清、蜂蜜以及化痰止咳的中藥熬製而成。常服對慢性呼吸吸疾病有顯著療效。常覺口乾舌燥者亦宜。《本草通玄》：「梨生者清六腑之熱，熟者滋五臟之陰。」

中醫臨床食療湯膳

採編：蔡淑芬 圖：彭珍

### 從日常生活10個方面

## 論中醫養生與健康長壽 (下)

□南京中醫藥大學 謝英彪教授

現代人注重養生保健，以期限益壽延年。養生之道，不只是個人行為、家庭活動，其涉及整體社會、整個民族的文明程度、和諧程度。養生範圍極為廣闊，養生方法極為豐富，可謂無時不有，無處不有。與家庭養生關係極為密切的有起居、飲食、睡眠、運動、精神、祛病、藥物、房事、休閒與美容十個方面。

首屆「生活方式與健康國際論壇」月前在南京舉行，南京中醫專家謝英彪教授發表了《論中醫養生與健康長壽》專題論文，從日常生活10個方面談中醫養生，中華醫藥版上周五刊出了起居、飲食、睡眠和運動養生四個方面，本周續刊——

**精神養生**係指保養身體必先調神怡情，才能形神兼備。三國曹魏時期著名文學家嵇康曾做養生專論，指出「精神之於形骸，猶國之有君也。神躁於中，而形爽於外，猶君昏於上，國亂於下也。」並提出例證云：「夫服藥求汗，或有弗獲，而愧情一集，淚然流瀉；終朝未餐，則惛然思食，而曾子銜餐，七日不飢；夜分而坐，則低迷思寢，內懷殷憂，則達旦不眠；劬刷理鬢，醇醴髮顏，僅乃得之，壯士之怒，赫然殊觀，植髮衝冠。」精神情志調養對於保持身心健康重要性的論述，古今宏論，莫過於此。養生之要，當以養性調神為先，其理已毋庸贅述。

#### 調神為先，防患未然

**祛病養生**是養生學的一個重要組成部分。疾病使人們受到病魔的困擾，導致生命質量下降和早衰減壽。而保持身體健康、延緩衰老、延年益壽，使人們「盡終

其天年，度百歲乃去」，是養生所要達到的根本目的。《素問·四氣調神大論》中即有「夫病已成，而後藥之，亂已成，而後治之，譬如渴而穿井，鬥而鑄兵，不亦晚乎」的論述，提出「聖人不治已病，治未病；不治已亂，治未亂」的養生原則。防患未然的有效方法就是積極參與體育鍛煉。此外，按照體質、季節的不同特點進行飲食調攝也是祛病養生重要方法。

**藥物養生**是中國古代養生學家在中醫理論的指導下，經過長期的養生防病的醫療實踐總結出來的養生方法，運用具有防衰抗老作用的藥物來達到延緩衰老、健康強身的目的。我國現存最早的藥物學專著《神農本草經》，系統總結了我國漢代以前的藥物理論和治病、養生保健的藥用經驗。該書記載的365種藥物中，具有「輕身益氣，不老延年」之作用的就有160餘種。這160餘種與延緩衰老有關的藥物中，如人參、黃芪、白朮、地黃、何首烏、靈芝等，經現代研究，均有強身防病、

延緩衰老、增加壽命的作用。藥物養生用之得當，可以使人體維持在老年前期的狀態，防止人體的進步衰老，甚至使衰老的機體逆轉，回復到壯年的感覺；若用之失當，不僅無益，反而有害。藥物養生的具體應用要着眼在補、瀉兩個方面。用之得當，在一定程度上可起到益壽延年的作用。但藥物不是萬能，如果只依靠藥物，而不靠自身鍛煉和攝養，畢竟是被動的，消極的。藥物只是一種輔助的養生措施，在實際應用中，應注意宜忌。

#### 用藥得當，陰陽有道

**房事養生**應指根據人類生理、心理特點，調節男女性事活動，和諧夫妻房事生活，以達到強身健體、延年益壽的養生行為。性，是人類與生俱來的天性。古人稱「陰陽交則物生，陰陽隔則物殺」，強調男女不合則違背陰陽之道。有研究表，結婚者比單身者平均壽命要長。長壽老人大多家庭穩定，夫妻恩愛，而終身獨居者並不多。然行房需有度，婚育宜適齡。若房事不節，縱欲過度，必耗精傷腎。古人告誡我們：欲竭其精，耗散其真，不知持滿，不時御神，多致半百而衰。

**休閒養生**概指有利於身心健康的情趣高雅、生動活潑、輕鬆愉快的各種娛樂活動，如音樂、弈棋、書畫、養花、垂釣、閱讀等。娛樂活動，不僅可豐富業餘生活，還能給人們帶來很多樂趣，能調節情緒，消除疲勞，陶冶情操，淨化心靈，給人以美好的精神享受，無疑

對愉悅身心、保持健康具有重要意義。值得注意的是，娛樂活動也不可過極，謹防玩物喪志，而那些消極頹廢的娛樂，更是有損於身心健康，古人稱之為「伐性之斧」。

#### 休閒愉悅，長葆青春

**美容與養生**有密不可分的聯繫。美容養生的目的是長葆青春、延緩衰老。為達此目的，必須以整體觀點作為中醫美容的指導思想，重視精神養生、起居養生、運動養生等對美容的作用，還須注意藥補、食療對美容的影響。中國古代養生家正是在內外合一，防治結合的原則指導下，從一切食物、藥物的性能及針灸、按摩、氣功的效應出發，把中醫的理論知識和美容特有的方法結合起來。美容養生的特點在於特別強調外貌美容與人體臟腑功能有着密切的關係，提倡身心愉快、起居保養，注意良好心情對美容的影響，着眼於合理的飲食和充足的睡眠對美容的作用。我國現存的第一部理論專著《黃帝內經》也為美容養生學的發展奠定了理論依據。要想容顏姣美、永葆青春，就必須增強五臟六腑、陰陽氣血的功能。中醫美容藥品及化妝品在唐代就得到普遍的運用，至今仍有很大的實用價值。

有了好日子，還要有好身體，健康的生活才是高質量的生活。願我們每個人都能講究養生方法，使我們每一天的生活都過得更好。

(全文完)