



健康的人是阴阳平衡的,阴阳失衡就会有疾病产生。中医可以用调理的方法使阴阳复衡,而膏方正是有调节阴阳的方剂,是中医特有的调理手段。

什么样的人适合吃膏方?什么才是好膏方?找谁开膏方? 浙江省国医名师陈意谈秋冬如何吃膏方



陈意教授在全国中医膏方交流会暨师资培训班上演讲

俗话说:“冬令膏方进补,明年春天打虎。”如今,吃膏方已成为杭州人冬天的进补习惯。但是,吃膏方也是一门学问,配膏方不是菜场上买菜那么简单。膏方怎么开、怎么吃、吃多少?你对膏方了解多少?如何选择适合自己的膏方?只有了解这些,你才能吃对膏方。

杭州方回春堂城西馆的陈意教授说:“在众多的中医调补方法中,膏方是最具有中医特色的滋补品。它运用传统中医辨证理论进行综合分析,开具适合于不同患者的滋补膏方,一人一料,针对性强,既可以调理身体,也可以防病于未然,是其他滋补药无可替代的养生佳品。对于亚健康状态、慢性疾病及身体虚弱等患者作用显著。滋补膏方不但要处方好、药材精,而且要工艺地道,才能保证效果稳定。”

找谁开膏方? 要找最熟悉你的中医来开

陈意认为,不是所有医生都适合开膏方,开膏方的医师必须要有医师资质,有一定的中医经验,懂得辨证施治。

有些人吃了膏方之后喉咙痛、嘴巴长疮、胃痛、腹泻,这都是膏方没开好引起的。再者,膏方要吃一个多月,需要专业医生时刻掌握服用期间的变化。

一般来说,中医开膏方要遵循“一个中心,三个基本点”。

一个中心,是指调整人的阴阳平衡。从中医

的角度来说,健康的人阴阳是平衡的。如果一个人阴阳失衡,那就会有疾病产生,医生就要用各种手段使阴阳复衡。

第一个基本点——要掌握人的体质。人的体质不同,开具的膏方也不同。人的体质根据虚证的性质可以分三:热体、寒体、中性体,要用中医的辨证法来判断。

第二个基本点——虚证的性质和程度。中医的虚证有阴虚、阳虚、气虚、血虚、气阴两虚、气血两虚、阴阳两虚七个类型。虚证有程度,选择

用药的时候,先确定性质,再确定程度,这些就要看医生经验够不够,辨证准不准确。

第三个基本点——开膏方的时候必须要结合原有的疾病。若你有失眠症状的,要加安神的药材;糖尿病或糖耐量异常患者,膏方中具有调味的冰糖就换成不影响血糖的木糖醇。

因此,陈意建议,开膏方要找平时就在给你治病或理疗、最熟悉你情况的中医来开,或者找有丰富经验的中医来开。

膏方讲究对症,一人一方,量体定制 什么样的人适合吃膏方?

一般人都可以吃膏方,特别是在冬天。冬天是进补的好时节,因为冬天是藏精的季节,把精气神聚集在身体里,第二年工作生活就会有更好的精神状态。但也不能随意进补,吃膏方要吃适合自己的、根据自身体质制作的膏方,这是为自己的健康量身定做的,才会有效果。

陈意举了几个例子。他有个女病人,28岁,从小就有哮喘,一感冒哮喘就发作,而且很容易感冒,特别是月经期间。5年前,她来陈意这里开膏方,给她开了养生健体膏方,运用中医滋补调理和治未病的方法,益气护卫、健脾补肾,目的是让她第二年少感冒或不感冒。经过几年调理,她现在感冒少了,哮喘也基本没有了,前

不久还给陈意送来了喜糖。

另一位女患者,30岁,脸上都是很深的色斑,肝气郁结,心情焦虑,月经也不正常,有时提前,有时推迟,来的时候量很少,胸部胀痛。陈意给她开了疏肝理气、养血悦颜的膏方,吃了一段时间后,她的月经正常了,色斑也褪了好多。

陈意说,膏方不仅适合体质调理,更有增强免疫力的效果。之前就有一个慈溪的小姑娘特地跑到杭州来找陈意,她在当地的重点中学就读,平时学习很努力,但天气变化就容易感冒,睡不好觉,没有胃口,甚至肚子疼、腹泻,这让她很郁闷。

“我给她开了膏方,通过培补先天、益气

固表、疏肝解郁、和中助运、调理脾胃等综合调补,为她增强体质。一个半月后,她告诉我现在感冒少了,睡觉也好很多。”陈意说。

那么,是不是所有人都适合吃膏方?

陈意说,有的人冬天体内湿气重,胃不舒服,舌苔很厚,这个时候就要先吃开路方,把体内的病邪处理一下。“就好比你的新房子装修好,家具搬进去前,要先给家里做个大扫除”。开路方一般吃一至两个星期,把气理顺,把体内的瘀去掉。

不过,并不是每个人都需要吃开路方。体内有病邪的,比如气滞、血瘀、湿重、舌结、痰浊五个方面的人可以吃,这样可以令身体更好地吸收膏方。

膏方里都有些什么? 好膏方还要有好药材和好工艺

很多患者来开膏方,都不知道医生到底给他的膏方里开了什么药?其实膏方是由四个部分组成的——足量的滋补剂、适量的祛邪剂、少量的健脾胃和胃剂,以及必要的矫味剂与赋形剂。

膏方适不适合看医生,灵不灵看药材,效果如何看工艺。医生方子开得再好,没有好药材也不行。杭州方回春堂一向都以名医好药好工艺著称,也使得杭州方回春堂膏方节历时20年依然深受百姓信任。

陈意说:“我都用杭州方回春堂的特级药材来开方子,价格虽然会贵一点,但是效果好。”每年膏方节,陈意教授在杭州方回春堂开出的膏方近千剂,其中不乏一些跟随他10年以上的粉丝们。

杭州方回春堂城西馆负责人说,药材是否地道,一般老百姓是无法辨别的。比如,内蒙古、甘肃产的黄芪和河

北、陕西产的黄芪,一公斤相差40多元,老百姓怎么辨别哪个是道地的?同样的人参,正宗的野山参和普通山参,价格相差很大,老百姓也是无法辨别的。“我们做医做药要讲个良心,吃一个冬季的膏方,必须用道地药材,不可以次充好,偷工减料”。

再说膏方的中药组成成分——阿胶。阿胶既有滋补作用,又是膏方的赋形剂。杭州方回春堂10年前就对市面上各种阿胶做过盲测实验,好的阿胶在熬制过程中散发的气味是香的,不好的阿胶是腥臭的,但由于加了黄酒芝麻,成型收膏后,味道上没有区别,所以建议大家选择敢在医馆、药店现场熬膏的阿胶产品。

“药材品质,用个通俗的比喻,就像土鸡和人工饲养的鸡,虽说都是鸡,熬出来的汤味道是不一样的。药材呢,就是效果不一样。”

19年“铁粉”拿出19张方子 为什么每年认定在这里开膏方?

今年79岁的潘国英老先生,是杭州方回春堂膏方的铁杆粉丝。潘老先生每年秋天都会准时来这里“报到”,一年1张膏方单,现在他手里的19张方子,代表着他对这家老字号国医国药店膏方的信任和依赖。

潘老60岁左右患上了严重的支气管炎并引发肺气肿,每年一到冬天,便开始无休止地剧烈咳嗽,咳到根本无法躺下入睡。不仅如此,潘老还有严重的胃病。

2001年11月20日,潘老找黄英俊医生开了他的第一个膏方。第二年,黄英俊医生转到杭州方回春堂坐诊,潘老也追随黄医生到杭州方回春堂开膏方,继续服用膏方。接下去的每一年,潘老都到杭州方回春堂开膏方,至今已坚持了19年。如今的他,脸色

红润,说话中气十足,精神头好得很。

潘老觉得,这里的膏方药材地道、熬制水平高,尽管中药价格高些,但物超所值,老字号确实值得信任。“这里的医生问诊特别仔细,有次我说我有口干的症状,医生就特意在膏方里给我加了点清凉降火的西洋参。”他说。

除了陈意教授领衔的大内科外,杭州方回春堂城西馆还拥有众多开膏方的教授,其中不乏大家,何嘉琳领衔的何氏妇科膏方也是一号难求。

杭州方回春堂城西馆20届膏方节于10月15日正式启动。杭州方回春堂城西馆除了陈意教授领衔大内科膏方火热预约外,还有何嘉琳主任带领的何氏妇科膏方。

目前,杭州方回春堂城西馆省异地医保已开通。



潘国英至今保留着19年来在杭州方回春堂开膏方的处方单。