



XIAOLANGZHONG  
GENSHI BIJI

# 小郎中

跟师笔记②

袁景贤

著

——  
中医诊病精析

所谓「千方易得，一效难求」，其「效」在哪里？笔者认为，是前人的宝贵经验，在名医之手！因此要「跟师学习」，跟名师做临床。即使初涉临床的学生，若能认真读书，也能学会用「病一方治疗一病」，就会应对临床。若能以此为底线，深思明鉴，举一反三，则可触类旁通，海阔天空。



人民



XIAOLANGZHONG  
GENSHI BIJI

# 小郎中

袁景贤

著

## 跟师笔记②

——  
中医诊病精析



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

---

图书在版编目 ( CIP ) 数据

小郎中跟师笔记. 2, 中医诊病精析 / 袁景贤著. —北京:  
人民军医出版社, 2015.7

ISBN 978-7-5091-8475-2

I. ①小… II. ①袁… III. ①中医学—临床医学—经验—  
中国—现代 IV. ①R249.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2015 ) 第 134322 号

---

策划编辑: 王灵芳 文字编辑: 李香玉 责任审读: 郁 静

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: ( 010 ) 51927290; ( 010 ) 51927283

邮购电话: ( 010 ) 51927252

策划编辑电话: ( 010 ) 51927300 — 8751

网址: [www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印、装: 京南印刷厂

开本: 850mm × 1168mm 1/32

印张: 8.5 字数: 198 千字

版、印次: 2015 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—5000

定价: 23.80 元

---

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



# 内 容 提 要



本书翔实地记录了内、外、妇等科具有代表性的 22 种常见病的跟师笔记。语言通俗易懂，或讲故事，或讨论授课，或临证解疑，有条不紊地运用中医理法方药辨证论治的思路，深入浅出地讲解了各种疾病的概念、特征、诊断和治疗方法以及注意事项。每篇笔记都含有中西医方面知识，使学员一看就懂，一学就会，能尽快地做到学以致用。本书是以临床实用为目的，亦是起步的基础。即使初涉临床，若能认真读书，即能学会用一病一方治疗一病，就会应对临床。若能以此为底线深思明鉴举一反三，则可触类旁通，海阔天空。本书这种寓教于学、理论联系实际的教学模式，适合初涉临床的中医专业学生、中医爱好者及基层医务工作者学习和参考。



# 前 言



中医学是中华民族瑰宝。

中医学是中华民族传统文化的瑰宝，历史悠久，源远流长，千百年来逐渐形成了其完整的理论体系和独特的治疗方法，为中华民族的繁衍昌盛乃至世界人民的健康做出了不可磨灭的贡献。中医药的生命力在于疗效，无论是常见病、多发病还是危重病、疑难病的诊疗，都显示了它独有的整体观及毒副作用小、简便廉验等特色 and 优势。特别经过“非典”“禽流感”等突发事件的考验，中医药进一步向世界人民彰显出其独特的魅力，在卫生事业中发挥着极其重要的作用，也充分证明毛主席所说的“中医学是个伟大的宝库！”

中医药的宝库在哪里呢？

宝库在哪里？正如古代医家王冰提到：“夫释缚脱艰，全真导气，拯黎元于仁寿，济羸劣获安者，非三圣道则不能致之矣。孔安国序《尚书》曰：伏羲、神农、黄帝之书，谓之三坟，言大道也。”此“伏羲制九针”“神农尝百草”“黄帝论内经”乃宝库也。正如俗语说的：“医不三世不服药。”这就要求我们必须重视

学习和研究。

学习和研究什么？

在长期的医疗实践中，笔者体会到中医药主要由三大部分组成：一是浩如烟海的中医典籍；二是在中医界尤其是老中医脑海里的宝贵学识与丰富经验；三是在广大人民群众之中的秘方和验方。这就需要我们继承和发扬，才能振兴中医药事业。

怎样学习和研究？

笔者于 1990 年先后两次跟随名老中医贾玉山工作学习，每当回想起恩师，他在众人的心目中德高望重，大医精诚，尤其对笔者的教诲，总是仁心博爱，诲人不倦。他风趣地引用国家名老中医朱良春的一句话“中医药学是瑰宝，就看大家会找不会找！”教导我们“为医要学会找宝”。

他还时常告诉我们：“中医药学是中华民族之国宝，其精髓是来自于实践，是我国劳动人民在长期与自然灾害和疾病作斗争中反复实践、总结，而逐步形成的一套祛病延年、保健卫生的理论体系和方法，为国人乃至世界人民健康事业做出了重要的贡献！其强大的生命力在于疗效。我们如何应用提高临床疗效，途径是多方面的，诸如多读书，勤实践，广拜师，谦请益，都很有必要。”

贾老师要求我们在学习时要认真，工作上要细致。他时常引用近代名医岳美中的话：“在临床上遇到的疾病多，而所持的方法少，时有穷于应付，不能泛应曲当之感。”又云：“应当是学古方而能入细，学时方而能务实。入细则能理复杂纷乱之繁，务实则能举沉寒痼疾之重。”还告诉我们说，“博采众长，才能长于众人”。

笔者跟师在工作中效仿辨证论治之余探讨理法方药，受益匪浅。我觉得最佳的捷径还是广泛汲取当代名老中医成功的实践经验，兼收并蓄，融冶一炉，必能丰富治疗技能，提高临床疗效，进而亦能成为名医。

笔者把跟师侍诊期间的笔记进行分类整理以示人，可能对学习中医者能指明方向、坚定信念、少走弯路有些作用。希望能为中医学的继承和发扬做一点微薄的贡献。

由于经验不足，学识有限，不足之处，恳切希望同道多提宝贵意见。

编者



# 目 录

**写在前面** 千方易得 一效难求·····001

**笔记一** 感冒—感冒伤风表虚弱 调和营卫邪自脱·····013

外感风邪是卫弱·····013

同样感冒一针确·····015

治疗伤风小法多·····017

伤风夹热伴干咳，经方优选获效果·····018

常方妙加，锦上添花·····019

**笔记二** 咳嗽—咳嗽外邪犯了肺 肺宣利窍须应急·····021

止嗽散 治痰咳，随证施治要灵活·····021

治疗咳嗽用单方，实惠安全速复康·····025

**笔记三** 哮喘—哮喘发作求生源 标本兼治是双全·····032

改变内科不治喘·····032

实践经验治喘方，临证施治效可彰·····034

验方临证需加减·····036

食材也可治哮喘·····037



- 笔记四 多汗—汗出过多致体弱 应证施治加仙鹤**…………… 041
- 出汗机制要明确……………041
- 止汗欲速加仙鹤……………043
- 偏方止汗办法多……………046
- 笔记五 便血—大便出血病不大 反复不愈很可怕**…………… 054
- 便血也需合理疗……………054
- 止血为何又活血……………056
- 偏方简便效也捷……………057
- 大便下血要重视……………060
- 笔记六 心悸—心悸反复五六年 审因施治病复原**…………… 062
- 心悸是心脑血管病发病的先兆……………062
- 心悸给患者带来了恐惧与烦恼……………063
- 心悸自治靠极泉……………070
- 笔记七 失眠—欲治不寐有何难 常法选使是关键**…………… 073
- 何谓不寐……………073
- 常法治寐当为先，捷效选使也关键……………074
- 阳亢选大黄……………075
- 虚者选枣仁……………076
- 肝郁选丹参……………078
- 湿热选苦参……………079
- 善后须调理，才能有体健……………081
- 不寐误区有三……………083



食疗也可助睡眠 .....083

**笔记八 嗜睡—多寐嗜睡岂当然 及早治疗无遗憾** .....086

幼听故事不为然 .....086

多寐嗜睡是何缘 .....087

常见多寐有哪般 .....088

学不上进是何缘 .....088

经行嗜睡岂当然 .....091

肝阴不足也多眠 .....092

调理肝肾祛多眠 .....092

老年嗜睡惕中风 .....095

**笔记九 慢性咽炎—梅核气病不大 一旦患了压力大** .....099

黄女得了梅核气（慢性咽炎） .....099

疾病不愈很心烦 .....100

对证病愈并不难 .....102

掌握技巧很关键 .....105

医事心悟舒感言 .....106

**笔记十 胃痛—常见胃痛细慎辨 临证施治很简单** .....110

反复胃痛整三年 .....110

胃痛增多必有缘 .....113

有了妙招治不难 .....114

临证胃痛要慎辨 .....118

**笔记十一 妊娠呕吐—孕妇呕吐很常见 轻不为然重难办** .....121

喜樱樱身怀有孕 .....	121
愁樱樱吃不下饭 .....	122
何谓妊娠恶阻 .....	123
恶阻汤是经验方 .....	124
三分吃药七分养 .....	127
简易疗法治恶阻 .....	128

### **笔记十二 打嗝—呃逆顽固成负担 师傅妙招有二三 .....** 131

寒盛热少病难痊 .....	131
呃久因瘀病难痊 .....	134
艾灸也能疗顽呃 .....	136

### **笔记十三 结肠炎—王小泄泻几十年 始为经验不可传 .....** 140

儿大自然知当家 .....	140
王小患了结肠炎 .....	141
王小泄泻需调研 .....	142
病情恶化有三缘 .....	144
偏方也可治泄泻 .....	148

### **笔记十四 痛经—行经腹痛苦难言 抓住郁瘀痛可散 .....** 151

小莉痛经羞难言 .....	151
王女士痛经好多年 .....	152
行经腹痛如何辨 .....	153
痛经治疗有何难 .....	155
痛经治疗有验方 .....	158

**笔记十五 阑尾炎—肠痈就是阑尾炎 中西医结合能速痊···162**

- 谁说中医不治急·····162  
欲治肠痈先解源·····165  
经验学会治不难·····167  
针灸治疗简便廉·····171

**笔记十六 便秘—便秘顽固太苦烦 从脏利导尚解难·····175**

- 治肺也能疗便秘·····175  
调理后天便何难·····180  
肾气壮固便不难·····183  
从肝也能调便秘·····185  
重用白术疗便秘·····187

**笔记十七 胆结石—张姆胆石十多年 反复胁痛终复原···190**

- 张姆胁痛好多年·····190  
反复胁痛终复原·····192  
针灸亦可祛胆石·····197  
胆石还有利胆茶·····202

**笔记十八 头昏—头昏犯困十多年 幸遇名医解了烦·····205**

- 对证治昏并不难·····205  
头昏犯困也好疗·····208  
老师教我治痰眩·····210

**笔记十九 关节炎—关节疼痛苦难言 祛风散寒复当年···216**

梁阿姨腿痛是何缘	216
贾老治痹有妙招	217
验方治痹亦廉验	224

### 笔记二十 荨麻疹—瘾疹烦杂痒难熬 掌握急慢便可瞧··· 229

瘾疹（荨麻疹）为啥痒难熬	229
急性瘾疹好治疗	230
风热瘾疹方改掉	232
慢痒治疗赵氏鲜	233
单方祛痒也不差	235

### 笔记二十一 脱发—双仙二至疗脱发 临床体验效甚佳··· 238

患了脱发很心烦	238
何故造成头发脱	239
脱发明因好治疗	240
内服丸药来生发	242
外用洗液加姜擦	244

### 笔记二十二 带下病—带下痛苦齿难言 反复折腾好多年··· 247

崔妮有病齿难言	247
带下绵绵有渊源	250
带下施治有要点	251
配合妙招带速痊	253

### 尾声 欲善其事 必先利器··· 258



## 写在前面 千方易得 一效难求

扁鹊曰：“人之所病，病疾多；而医之所病，病道少”。“千方容易得 一效最难求。”又有近代名医岳美中云：“在临床上遇到的疾病多，而所持的方法少，时有穷于应付，不能泛应曲当之感。”还有南齐·褚澄云：“世无难治之病，有不善治之医，药无难代之品，有不善代之人。”等论述，说明“治病关键在于求‘效’”。其‘效’在哪里？笔者认为前人的宝贵经验，在名医之手！乃世人为医仅需继承即可医病取效，解患疾之忧！

本书主要记录了笔者在临床实习时的 22 篇跟师笔记，包括内、外、妇等科，翔实地介绍了名老中医贾玉山数十年教书育人，理论联系实际，治疗常见病、多发病方面的临证经验。有同道誉为：是一病一方的典范，有书在手，何苦病忧！老师也希望每位学员都能很好地继承和发扬中医学遗产，为人类的健康事业做出更大贡献！

本书主要有以下三大特点。

**本书第一个特点：**用通俗的语言，以讲故事的形式，结合临床实例，深入浅出地用中西医理论讲解了疾病的概念特点，突出以中医观点阐述病因病机及辨证施治；结合中医教学大纲，理论联系实际，运用理法方药，有条不紊地理顺了中医思路。使学员

一看就懂，一学就会，尽快地做到学以致用，用之皆效。各篇笔记的具体内容如下。

**笔记一 感冒**，主要阐述常见风寒感冒的证治。内因是表虚，治疗是以调和营卫。其概念特点，常表现汗出恶风，打喷嚏，鼻流清涕，头痛，身痛等症。外因是感受风邪，主要是指外感六淫之风邪。每年冬春季节交替，经常会遇到此类病症。介绍了一位小伙感冒的经过。通过学员讨论纠结时，老师指出“无论治疗什么病都要抓住两点：一是主证；二是主药。方能取得良好的效果。”于是老师根据《伤寒论》第13条，“太阳病，头痛，发热，汗出，恶风，桂枝汤主之”。定夺了四大证，只要见到了头痛，发热，汗出，怕冷（恶寒）的，用桂枝汤就可以了。突出遵循辨证而论治的原则才能取效。

**笔记二 咳嗽**，主要阐述常见风寒咳嗽的证治。证因风寒犯肺，肺气失宣。其特点是咳嗽吐清稀痰色白，恶寒微发热，鼻塞流清涕，头微痛，有微汗，舌淡，苔薄白，脉浮紧。治疗遵照疏风散寒、宣肺止咳的原则，方选常方止嗽散治疗。关键是为何小郎中用之效微？老师指出，涉及“用古方治今病”，当“药随证变”“证随药愈”。若用“死方治活人”，那就会出现“削足适履，适得其反”。就需要经验：随证施治要灵活。同样一方随症加减可治疗寒、热、燥、痰四种咳嗽，效果都非常好。

**笔记三 哮喘**，主要阐述常见哮喘的证治。从“内科不治喘”谈起，并不是“喘证”不可以治，而是哮喘难以根治。哮喘的性质是“本虚标实，虚实夹杂”为常见。治疗哮喘病要掌握三个字：证、因、治。在老师的带领下，经过多年研究改变内科不治喘的观点，采用标本兼治的原则，创制了经验方炙麻黄汤，随症加减

治疗哮喘，临床常获得满意的疗效。又介绍了加用徐长卿治疗过敏性哮喘的临床经验，其效桴鼓，值得借鉴。

**笔记四 多汗**，主要阐述常见自汗的证治。自汗多因阴阳失调，腠理不固，而致汗液外泄失常的病证。自汗性质有虚实之分，常见虚多实少。笔者介绍了运用“国医大师”邓铁涛老师的“仙鹤草治体倦乏力、自汗、盗汗”的经验，用常方加仙鹤草治疗五种自汗，效果甚佳的体会。也就是说仙鹤草在治疗自汗中的扶正作用。

**笔记五 便血**，凡血从肛门排出体外，无论在大便前、大便后下血，或单纯下血，或与粪便混杂而下，均称为便血。大便出血有多种情况，本篇主要阐述常见痔疮造成的大便出血的证治。便血与地域、生活习惯有关。治疗经验有三：一为尊古法，病因多由湿热蕴结肠道，肠道脉络受损，或因脾胃虚寒，中气不足，统血无力，以致便血。本病治法：以清化湿热或健脾温中为。方选：《普济本事方》槐花散。二为方法灵活，提出素有“血无止法”之戒，不可见血止血，必先推究其因，然后审因施治，方能中肯。“气行血则行”，“气通血活，何患不除”之大法。其三，施治不泥古，老师在原方的基础上加了两味普通药，一味生蒲黄，使止血不生瘀；一味是蒲公英，清热利湿解毒，消肿利肠散结，而不伤正。进一步又论证了“血无止法”的具体应用。最后讲了“便血不是病，大犯会要命”，必须引起重视。

**笔记六 心悸**，俗话说心慌，是一种自觉心脏跳动的不适感觉。也是心脑血管病发病的先兆。心悸往往给患者带来了恐惧与烦恼。师生互动讨论常见心悸病案，在老师的指导下认识到常见心悸与“病久必瘀”“瘀久生痰”有关，即和气滞血瘀攸关。临



证必须审清病因，治当理气解郁，祛瘀通络，佐以安神方可体现疗效。要防止“独一安神或滋补而效果不鲜”的毛病。进一步又探讨了中西两方面的诊治特点。推荐张锡纯治心病有两首名方：一为定心汤，一为安魂汤。用之多验。对于心脾两虚型的当用归脾汤治验。

**笔记七 失眠**，是个常见病，慢性病，也是个疑难病，久之会成顽固症，严重影响生活质量。相对来说中医治疗有三大优势：不会成瘾；不会头晕；不损伤肝肾。治疗失眠原则尊故仍不变，效果不佳是何源？欲效经验选使很关键，阳亢选大黄；虚者选枣仁；肝郁选丹参；湿热选苦参。常言道，“创业容易，守业难。”长期不寐的人通过治疗，睡眠有了改善还要巩固疗效，才能提高生活质量。介绍了调理善后五个注意事项，养成良好的习惯，则可远离失眠，保持体健。

**笔记八 嗜睡**，通过“站着睡觉人”的实例，初步了解到什么是嗜睡。多寐病也叫嗜睡症、多眠症，是指不分昼夜，不分场合地点，随时可以入睡，但呼之能醒，醒后又复睡的病证。病机多系阳虚阴盛、气血虚损、湿邪困脾所致。病因比较多，常见的与生活习惯造成的脾湿相关。治疗列举了脾湿儿童，血虚妇女，阴虚体弱，肝阴不足，老年人气血不足者等实例，要因人制宜区别对待，皆可获得理想的效果。要注意多寐是个并发症，天长时久轻者可形成记忆力减退、痴呆，重则可造成脑萎缩、脑梗死等后患。

**笔记九 慢性咽炎**，即中医的梅核气。目前，随着社会发展的快节奏，人们的思想压力大，生活不规律，慢性咽炎的病人逐年呈上升局势。以中年女性较多，其病机多为气滞久而伴有血瘀，