

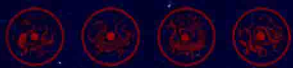


琳达 著

望闻问切

在

英伦



全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

望闻问切在英伦

琳达 著

中国中医药出版社

· 北京 ·



图书在版编目 (CIP) 数据

望闻问切在英伦 / 琳达著. —北京: 中国中医药出版社,
2017.4

ISBN 978-7-5132-4104-5

I . ①望… II . ①琳… III . ①中国医药学—普及读物
IV . ①R2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 060980 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

廊坊市晶艺印务有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 880×1230 1/32 印张 7 字数 157 千字

2017 年 4 月第 1 版 2017 年 4 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-4104-5

定价 39.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyychbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 [http: //e.weibo.com/cptcm](http://e.weibo.com/cptcm)

淘宝天猫网址 [http: //zgzyychbs.tmall.com](http://zgzyychbs.tmall.com)

序



作者是我的学生，她在众多学生中很是特别。12年前，她拜我为师。那时，她是一个在内科病房摸爬滚打了十年的主治医师，记得她对我说：“王老，为什么我越做临床越找不到中医的感觉呢？”我不知道她说的感觉是什么，但我知道她是一个非常用功与用心的学生。每到我的出诊日，她都提前在诊室恭恭敬敬地等候我和病人；应诊时，我可以从她的眼神中看出她不仅仅是在抄方，而且在思考。她跟着先生去英国，我以为她的医师生涯就此完结，替她很是可惜。一年后回国探亲，学生兴奋地来感谢我，说她在英国找到了中医的感觉——真正的辨证论治，针药同用。

尽管作者在英国的行医经历只有短短两年，但是她能够向国外民众展现中医的神奇疗效，还将博大精深的中医文化寓于其中加以传播，真正实现了“道器结合”，这是难能可贵的，是值得赞许的，也是最令我感到欣慰的。作者对中医的执着与热爱，以及她在中医诊疗方面所达到的境界，已经在这部书稿中充分地展现出来。相信读者们在阅读过此书后，应该有所感，有所得，且受其意，得其益。

“夫医道者，以济世为良，以愈疾为善”。仁心仁术乃中医之魂，而无国界之分。吾信之，是为序。

王文友

2016年12月16日

目 录



一、等不起的 NHS	001
二、“联合国”诊所	006
三、肖恩的中国情.....	011
四、我会回来的.....	015
五、当中医遇上魔法.....	019
六、温馨圣诞情.....	024
七、阳光与沙滩的向往.....	029
八、舌尖上的诱惑.....	035
九、轻轻地，我来了.....	040
十、难民与移民.....	048
十一、春花秋月何时了，花粉症状知多少.....	053
十二、茶之味.....	059
十三、大不列颠的天空，被忧郁打湿了.....	065
十四、良药不苦口，开心小柴胡.....	070
十五、芭芭拉和约翰的爱恨情仇.....	076
十六、 $1+1=3$	083
十七、英国孩子的快乐童年.....	088
十八、戒.....	094
十九、一个丈夫四个妻.....	100
二十、日光浴.....	106
二十一、罗宾和乔治.....	111

二十二、邱园揽胜·····	117
二十三、丹尼斯一家的喜悦·····	126
二十四、BBQ 话中医 ·····	131
二十五、绅士与熊孩子·····	138
二十六、萌宠们的“国民待遇” ·····	143
二十七、城堡婚礼·····	150
二十八、探访湖畔诗人的灵感之源·····	157
二十九、垃圾那些事儿·····	164
三十、假期，假期，华丽丽地休·····	170
三十一、健步在如画山水间·····	179
三十二、伊恩大叔的退休生活·····	187
三十三、情归何处——中医诊所里的爱情·····	194
三十四、爱如荷风，情如潭水·····	200
三十五、医者仁心·····	206
后记·····	213

一、等不起的 NHS



中医诊所

我按照中文报纸上刊登的中医师招聘广告，带上毕业证、学位证、执业医师证、职称证，到某中医公司应聘，接待我的人事经理看了我的证件，提了几个简单问题，递给我厚厚的一沓文件，包括员工守则、常见病中英文病名、常用英语等，我就顺利地被录用了。

在位于伦敦的诊所上班已经1周了，感觉来看病的人还是非常相信中医的。他们不会像国内患者那样拿着一堆西医检查单来吃中药，而只是简单地说自己哪里疼或是哪里不舒

服，医生要做的就是通过望、闻、问、切四诊，充分掌握资料，进行辨证分析，然后运用所有中医治疗手段为患者施治，这正是我心目中的中医应该做的。没想到我从有着五千年中医传统的国家来到西方，却意外地找到了中医本来的感觉。

今天接诊了一位来自印度的女患者艾丽娜。透过丝绸制成的 Sari（纱丽，南亚妇女的传统服装，通常围在长及足踝的衬裙上，从腰部围到脚跟成筒裙状，然后将末端下摆披搭在左肩或右肩），我看到的是她微微隆起貌似怀孕 5 个月的腹部，单薄的身躯和一张萎黄的脸让我马上想到是孕期营养不良，但她告诉我她因为月经量多，长达 1 年余，预约家庭医生后，等待了大约半年，上个月才确诊患了“子宫肌瘤”，现在正等待 8 个月后的手术。此次月经色淡质稀，已经持续 1 月余，伴有乏力头晕、食欲不振等症状，舌质淡，舌苔薄白，脉细弱。我先予傅青主固本止崩汤加减。

熟地黄 30g	白术 30g	黄芪 10g	党参 10g
山药 15g	当归 15g	艾叶炭 10g	仙鹤草 30g

本方旨在补气摄血，养血调经；并在她的断红穴（手背第二三掌骨间）施以针刺及灸法，塞流止崩以治标。针灸治疗时，艾丽娜自觉有一股热气直窜至肘，并告诉我她感觉很舒服。我为她预约了下次的治疗，艾丽娜满意地离开了诊所。

我始终不明白看病怎么要等半年，手术为什么排在 8 个月之后，诊所经理看出了我的困惑，告诉我中医之所以在英国有市场的原因之一，与英国 NHS（National Health Service 国

民卫生保健体系)的缺陷有关,很多人因为看病需要预约3个月以上,忍受不了病痛的折磨而选择看中医。我半信半疑,想起我们初到英国,到住址附近的GP(General Practitioner 通用的家庭医师)处登记注册,接待我们的护士态度及其和蔼,仔细询问了我们的个人史和既往史,并做了基本的体检之后,给了我们NHS注册号,为我们指定了家庭医生,告诉我们身体有状况随时跟家庭医生联系,免费诊疗,只需付药品费用,如需急诊,救护车也是免费的。当时从诊所出来,真有上帝一般的感觉。

然而晚上发生的一件事,让我对英国国民卫生保健体系有了真正的认识。

下班回到家,儿子告诉我下午体育课踢足球,他作为守门员,扑球时手腕被球猛击了一下,用他的话说是“越来越疼,痛不可忍”。我轻轻扶着他的手腕,职业性地检查着:腕部无明显肿胀,有压痛并伴有功能活动障碍,虽然感觉不太像骨折,但也不太肯定,这时正好老公下班进门,我们决定去看急诊。

驱车十几分钟到了医院,进入急诊大厅,左侧是登记处,身穿护士装的和蔼老奶奶(之所以这么称呼,是因为她看上去60岁有余)为我们进行了登记:主要症状,发病时间,住址,联系电话及家庭医生的名字。老奶奶熟练地操作完电脑,微笑着对我儿子说:“亲爱的,坐在后面的椅子上等吧。”

等待区并排放置了5排椅子,散坐着几位年龄各异的人:一对老夫妇,老太太显然是扭伤了脚,一脸痛苦的表情,老头拉着老太太的手,轻轻地抚摸着,好像要抚平老伴儿的伤



痛；一位年轻妈妈，抱着一个6个月左右的宝宝，孩子满脸通红，不安地在母亲的怀中挣扎，像是发烧了；还有一个大小伙子，用左手托着右肘部，安静地坐在一位中年妇女身边。我们也在靠近窗边的位置坐下，环视四周，依次放置着书报架、自动售饮料机、自动售货机（薯片、巧克力等零食及纸巾），还有安装在墙上的自动手消毒机，以及醒目的注意手部消毒的公益广告。

时间一分一秒地过去，发烧的孩子已经在母亲怀中睡去，候诊区安静得能听得见孩子粗粗的呼吸声和偶尔从诊室里传来的呻吟声，随着一位年轻女士被护士送出诊室，扭伤脚的老奶奶终于被叫到了，大约过了半个小时，老奶奶又重新回到候诊区的座位上……等老奶奶的脚被包扎好走出急诊室的大门，已经是1个小时后了。

大家都在耐心地等待着。窗外开始飘起了雨丝，冬日的英国，一片云飘过就是一场雨。

急诊室的自动门打开了，一对中年夫妇扶着一位老者进了门，老人步履蹒跚，呼吸急促，表情很痛苦。我听到中年夫妇在登记处和护士说老人有心脏病病史，10分钟前突然感觉憋气，还有咳嗽吐痰。登记处的护士奶奶有条不紊地做了登记，照例是那句“请坐下等”，然后听到她打电话联系病人的家庭医生，询问患者病史和服药史，我观察这位老者像是急性心功能衰竭，肯定要优先就诊的，结果登记处的护士奶奶走过来客气地跟老人的家属说：“现在急诊室正在抢救病人，没有多余的医生和床位，请稍等。”家属理解地点着头，老人也艰难地向护士奶奶笑了一下。我突然感到很震惊！在

国内，急诊来了急性心衰的患者，就是没有床位，也要就近迅速让患者平卧，并快速建立静脉通道，开展抢救，怎是一个“等”字了得？！

发烧的宝宝很快就被妈妈抱了出来，显然没有化验也没有输液，正好孩子的爸爸来接，听到孩子妈妈说大夫让回家用冰袋冷敷。

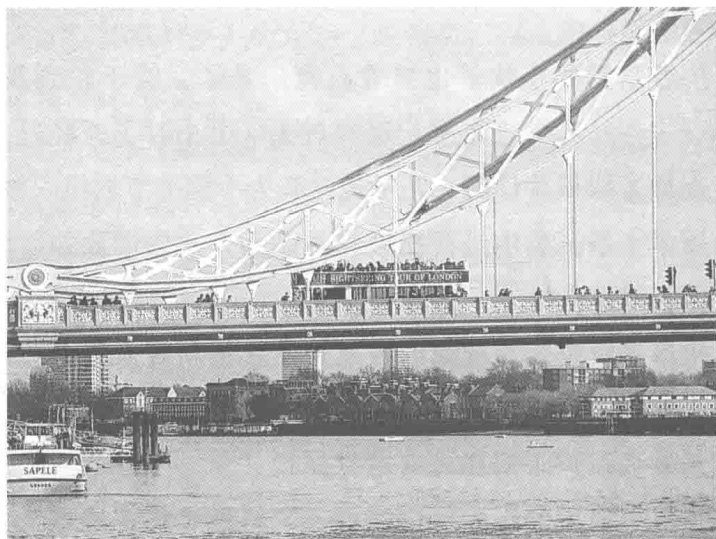
扶着胳膊的小伙子也打着石膏出来了，终于轮到我們，我一看表，从我们进来登记已经过去4个小时了，经过了初步检查及X线摄片诊断，儿子被诊断为手腕关节软组织损伤，护士用了1条三角巾进行患肢悬吊制动，并告诉我如疼痛严重可以服用止痛剂。

从诊室出来，发现候诊区又坐了几位新病人，而那位急性心衰的老者，仍然在等。他的呼吸更加急促，脸色也已经变成酱紫色，护士奶奶还在对家属说“Sorry（对不起）”，还在解释没有空闲的医生可以接诊，家属还是理解地点头，其余的候诊者也都木然地看着这一切。

离开医院，我的心像深冬的天气一样寒冷，我不知道那位老者是否能等到今晚的急救，是否能熬过这寒冷的冬夜，是否能看到明天的曙光……

我突然明白了：这就是中医之所以在英国生存的根本——用纯粹的自然疗法，解除患者的痛苦，不用等！

二、“联合国”诊所



伦敦风景

在伦敦，绝不能仅仅从皮肤颜色判断一个人的国籍，因为英国是个多种族聚集的地方，而伦敦更是如此。

今天的诊所俨然是个“联合国”。一上班，发现一位妈妈推着童车在诊所门外探头探脑，经理连忙把她请进门。这位妈妈金发碧眼，身材高挑，要不是过于“丰满”，绝对是个超级美女！童车里，身穿粉色小棉衣的宝宝熟睡着，粉嘟嘟的小脸上带着笑容，嘴里叼着的卡通奶嘴还在被她不停吸吮着。“我想买一些减肥的茶。”美女指着盒装的某品牌减肥茶，用

生硬的英语说。交谈中得知，美女名叫安娜，来自立陶宛，以前是模特，生孩子之后，体重增加了 20kg，成了现在这个样子。她听说中国有一种减肥茶很有效，打算试一试。我通过问诊和舌脉，得知她月经前后不定期，经量少有血块，白带量多，清稀如涕，大便溏，晚间睡眠不实，白天困倦乏力，周身沉重，食纳尚佳。查其舌质淡，舌苔白，脉濡缓。安娜属于脾虚湿盛，带脉失约，湿浊下注之证。记得我的恩师王文友曾经在临床以健脾疏肝、化湿止带为法治疗此类肥胖颇为有效，我决定先以傅青主完带汤为主方加减。

白术 30g 山药 30g 党参 6g 白芍 15g 车前子^{包煎} 9g
苍术 9g 甘草 3g 芡实 10g 黑芥穗 3g 柴胡 3g

因其食欲佳，故减去原方中醒脾开胃之陈皮，易芡实以增加止带之功。我告诉安娜，这个方子是针对她的病情制定的，我将通过对她全身机能的调理帮助她减轻体重。她要做的就是坚持服药，控制饮食，加强运动。

安娜很满意，预约了下周的就诊时间。她一边好奇地看着我和经理一起为她抓草药，一边笑着说，如果她减肥有效，圣诞节后她会带来一个妈妈减肥团。这时，童车里传来小小的呻吟声——宝宝醒了。安娜从保温包里拿出奶瓶，塞进宝宝嘴里，宝宝停止了哭闹，乖乖地吸吮着。宝宝长着一头卷曲的金发，大大的蓝色眼睛，长长的睫毛上还沾着泪珠，晶莹剔透的，更透出娇嫩。安娜掀开宝宝的被子，我发现孩子的个子已经很大了，但是双腿却像个婴儿一样蜷曲着。我问

安娜孩子的年龄，得知已经2岁了，名叫瓦婕莲娜，俄文的意思是健康。因为孩子出生时有窒息，到现在也不会走路。医院说没有办法，只能等长大做人工辅助肢体了。一缕愁容掠过安娜清秀的面颊。“我可以帮助你！”我脱口而出。孩子的腿痿软无力，舌质淡，舌苔薄白，指纹色淡。这种病在中医属于五迟五软范畴，我给孩子开了六味地黄汤，并给她做了按摩。我告诉安娜：5岁以下的患儿经过服药和按摩还是有希望恢复一定的功能的，我把一些简单按摩手法和饮食起居，以及服汤药的注意事项告诉了安娜。

送走了母女，诊所的门还没有关上，一位矮个子黑褐色皮肤的小伙子吃力地搀着一位大汉闯进来，嘴里不停地喊着“Help（救命）！ Help（救命）！”原来这位叫埃姆雷的健壮小伙子来自土耳其，在自家开的杂货店里搬东西时扭伤了腰，搀扶他的是他的弟弟，杂货店就在我们诊所附近。埃姆雷打电话给家庭医生，得知需要预约到3天之后才能就诊，他实在疼痛难耐，就到我们诊所来了。我给埃姆雷进行了检查，诊断为急性腰扭伤，我在闪腰穴、阿是穴、腰阳关、委中、昆仑、后溪等穴位用泻法进行针刺，留针10分钟。结束了治疗，我告诉埃姆雷可以回家了，他将信将疑地看着我问：“Are you sure（你确信）？”我点点头。只见他扶着腰，小心地往床下挪，脚踩地后，又试着走了几步，随即做了一个滑稽的扭腰动作，突然对我说：“你用的是魔法吗？你的针里面有什么药？”我拿出一根银针告诉他，“这就是一只金属针，没有任何其他东西，我只是扎在了你的穴位上，气血通了，自然就不疼了。”埃姆雷不停地喊着“Magic（神奇）！ Magic（神

奇)!”和弟弟兴高采烈地走了。

忙了一整天，快要关店门的时候，进来一位身着印巴传统服饰的中年女人，领着一个七八岁大的女孩子，我问她是否需要帮助，她的回答结结巴巴。从她的肢体动作及有限的几个英文单词中，我猜出她的病痛了——少腹疼痛。我转向那个小女孩，问她是否可以帮妈妈翻译，她懂事地点点头，于是像接力棒一样的问诊开始了。我用英语对小女孩说，小女孩再把我的话译成乌尔都语告诉妈妈，然后再把她妈妈说的话翻译给我。问到月经，小女孩显然没有听说过，但是妈妈很快明白了我的意思。从问诊中得知：她叫柯吉娅，今年34岁，全家从巴基斯坦移民英国。从18岁到27岁，她连续生了6个孩子，这个女孩是她最小的孩子，今年7岁。她的老公还想再要几个孩子，但是柯吉娅再没有怀过孕。最近她感觉少腹疼痛伴有腰酸，尤其是月经前后，少腹痛不可忍，带下不多，但色黄而臭秽，月经周期尚准，经量少，经色黯，行经期8天。她面色晦暗，肌肤乏润，舌质黯，舌尖和舌边有点状瘀斑，舌苔薄白，脉涩。我把柯吉娅扶上检查床，发现她光着脚穿着一双薄底的鞋子，她的双侧少腹压痛明显。我想起《诸病源候论·妇人杂病诸候》所云：“月经痞涩不通，或产后余秽未尽，因而乘风取凉，为风冷所乘，血得冷则为瘀血也。瘀血在内，则时时体热面黄。瘀久不消，则为积聚瘕也。”古人深刻地描述了盆腔炎的病因、症状及炎症的形成。考虑到柯吉娅即将行经，我决定先治其标，以桂枝茯苓丸加减行气活血、止痛散结。

桂枝 10g	茯苓 20g	丹皮 15g	桃仁 15g
赤芍 15g	白芍 15g	玄胡 10g	蒲公英 30g
败酱草 30g	丹参 20g	酒大黄 6g	甘草 5g

抓好药后，我特意嘱咐柯吉娅治疗期间要注意保暖，忌劳累。女孩将我的话翻译给她之后，柯吉娅感激地向我点头，但眼神中分明掠过一丝无奈。

三、肖恩的中国情

88岁的肖恩老人可以算是我患者中第一位地道的英国人，是土生土长的伦敦人。他在进门跟我打招呼的同时，向我敬了一个标准的军礼。我的第一直觉告诉我：他是退伍军人。看到他的胸前带着纪念阵亡将士的罂粟花，就更加证实了这一点。



罂粟花

11月的英国，细雨、寒风中有红色在跳跃，那就是无处不在的闪烁在英国几乎所有公共场所，以及人们胸前的罂粟花。从1931年开始，加拿大、美国、英国及英联邦的其他国家陆续通过每年的11月11日为Remembrance Day（国殇日）的决议，同时选定罂粟花作为纪念阵亡将士的鲜花。整整一个月，整个英国都为在第一次世界大战后英国历次所有不同