

SANGUO YIHUA

三国

医话

时仲省 著

上册

曹操不但有朴素的唯物主义养生观，不信天命，认为只要调理、锻炼得法，就可延年益寿，而且身体力行，积极锻炼身体。据《千金方》记载，曹操在《与皇甫隆令》中说：“闻卿年出百岁，而体力不衰，耳目聪明，颜色和悦，此盛事也。所服食施行导引，可得闻乎？”即认为养生是有一定的规律和方法可循的，应当进一步探讨。他爱好体育锻炼，少年时即任侠习武，练就一身好武艺，因此能率军三十余年，并亲临前线，经受了残酷的战争磨难，几次几乎丧命，但都挺了过来，证明他的体质是坚强的。

曹操很重视体育活动，重视培养体育人才，在行动中实践了积极养生的主张。



郑州大学出版社

SANGUO YIHUA

三国 医话

■ 时仲省 著



郑州大学出版社

郑州

图书在版编目(CIP)数据

三国医话:全2册/时仲省著. —郑州:郑州大学出版社,
2016.7

ISBN 978-7-5645-2745-7

I. ①三… II. ①时… III. ①医学-通俗读物
IV. ①R-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 316318 号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路 40 号

出版人:张功员

全国新华书店经销

河南龙华印务有限公司印制

开本:710 mm×1 010 mm 1/16

总印张:29.25

总字数:369 千字

版次:2016 年 7 月第 1 版

邮政编码:450052

发行电话:0371-66966070

印次:2016 年 7 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5645-2745-7 总定价:98.00 元(上、下册)

本书如有印装质量问题,请向本社调换



内容提要

本书通过讲述三国故事来普及医学知识,共分 120 多个题目,涉及人物众多,形象鲜明,对其性格、体征、心理、病情、死因等进行分析,然后结合传统医学与现代医学进行解读。如对曹操的头风、郭嘉的早逝、袁绍的吐血、邓艾的口吃、司马昭的中风、司马师的眼眶肿瘤等,都进行了病理分析,并介绍了现代防治方法、研究进展。书中还介绍了三国人物对养生保健的认识与探讨,介绍了三国时期涌现的名医华佗、张仲景、董奉、皇甫谧、王叔和等的医学成就及对后世的影响等。本书融科学性、准确性、趣味性、实用性于一体,文风朴实,通俗易懂,让您在欣赏生动曲折的故事中获得医学知识和人生感悟,帮助您拥有健康的身体和保持温馨愉悦、乐观向上的心情。



随着人们生活水平的提高,健康日益受到人们的重视。但是要健康,要延年益寿,就必须学习和掌握防治疾病和养生保健基本知识,以免“渡河无船”,甚至误入迷途,所以普及医学知识是医疗卫生界一项义不容辞的光荣而艰巨的任务。

我从事医学科普写作数十年,但时常困扰在心的问题是,难以找到生动有趣的表现形式。书的内容只有科学性、准确性,缺乏通俗性、趣味性,就难以打动读者。满篇概念,充斥专业术语,使人读来味同嚼蜡,业外人士不想看,看不懂,你的普及效果等于零。怎么办?成熟的经验是讲故事,通过生动事例解析医学知识,使人乐意读,读得懂,学到手,用得上。

我是个三国迷,从七八岁刚识字就读《三国演义》,百读而不厌。以后又读《三国志》、听三国评书、看三国戏、听三国传说,遂对三国的历史、人物、奇闻轶事、成语典故有了诸多了解。我深深感到,三国是群雄争霸、英才辈出、威武壮阔、声势浩大的一段历史。经过史书记载、小说渲染、民间传说,三国故事深入人心,久传不衰。上至帝王将相、达官贵族,下至贩夫走卒、农民渔樵,都对三国人物和故事熟记于心,可称得起最大众化了。

再来看三国历史与医学的关系,可谓十分密切。三国时期瘟疫流行,战火连绵,生灵涂炭,使医生面临着艰巨的任务,也给医生提供了发挥才智的舞台。我国古代三大名医张仲景、华佗、董奉就出在三国,针灸学之祖皇甫谧、脉经创始人王叔和也出在三国。通过历史记载、小说演义、民间传说,三国人物不但性格鲜明,而且人物的面貌、体型、心理、疾病、死因等,也都有或多或少的描述,这就为我们结合医学知识提供了丰富的素材。

三国故事是医学知识普及的好由头,是最佳切入点,能引起人们的普遍兴趣。于是我自2002年起撰写与三国故事有关的医学知识普及文章,并陆续在全国和省市一些报刊发表。历经10年,已撰写122篇。发表后,得到的反馈还不错。最近不少老友,包括有的医学老教授,多次建议我将这些文章汇集成书。感谢郑州大学出版社提供了这样的机会,我对这些稿件加以整理,进行了一些修改,形成了这样一本《三国医话》。

我写《三国医话》的宗旨是:讲三国故事,学医学知识,析心态体征,悟人生哲理。在分析疾病与心理时,既介绍传统医学,又结合现代医学知识。对人物不拘泥于一部书的叙述,而是参照多种资料的记述,以便使人物形象更丰满、故事更清晰,变支离破碎为比较系统和完整。书中各篇既有联系,又独立成篇,有的个别情节相同,但分析的角度不同,是为了展示多个侧面、多个层次,以加深认识与理解。

医学发展迅速,但有许多难题尚待攻克。这本书旨在引起人们对医学知识的兴趣,只是入门的向导,粗浅疏漏之处在所难免,敬请有关专家和读者斧正与指导。

著 者

2015年10月

总目录

上册

治国与治病	1
酗酒丧生的惨剧	4
淡食养生获长寿	7
红脸与健康	9
多事之秋	12
《龟虽寿》蕴含的养生观	15
不信邪的孙策	19
从“刮骨疗毒”看医患关系	22
事关成败说打鼾	25
曹丕赠菊谈养生	28
跃马檀溪说潜能	31
三寸不烂之舌	35
称衡与偏执性人格	38
记忆奇才之谜	41
虚荣心害了杨修	44
帝王相还是疾病态?	47
孙尚香的婚姻甜蜜吗?	50

杏林春暖照千秋	53
吕布与貂蝉,谁戏了谁?	57
嵇康与养生论	61
孔明择妇不避丑	64
曹操为何主张薄葬?	67
曹操的“三笑”	70
有胆有识的卞夫人	74
望梅止渴与心理暗示	77
赤壁之战与疫情	81
“神医”华佗贵在精神	85
曹操的头风试析	89
破除对地震的迷信	93
胆囊与胆量	97
军事奇才郭嘉早逝之鉴	101
馒头溯源	105
孔明与云南茶树	108
梦境与心境	111
战争胜负与水	115
张飞睡不合眼是神眼吗?	119
解读刘备的哭	123
司马懿装病避祸	127
司马师与眼眶肿瘤	131
司马昭与中风	134
赵云缘何得长寿?	137
吴下阿蒙与魔鬼附身	141
魏延的反骨与头上长角	145
从曹冲谈神童现象	149

嫉妒心害死了杨仪	153
羞惭致死的于禁	157
口吃的名将邓艾	160
汗出如浆与汗不敢出	164
成功人士当以钟会为鉴	167
孙权晚年的教训	171
人会被骂死吗?	174
诸葛亮最大的失误	177
暴虐险妒的下场	181
马超为何盛年早逝?	184
擅长“攻心”的张辽	187
借醉拒婚的阮籍	190
睿智从容的羊祜	194
从陆逊之死析忧愤	198
三英战吕布的启示	201
老当益壮与老要服老	205
以身试针的针灸学之祖	209
贪婪凶残的董卓	212

下册

高枕岂能无忧?	217
“剖肝沥胆”话保肝	220
锋芒毕露惹祸端	224
勿以恶小而为之	228
勿以善小而不为	231
识破疾病的声东击西之计	235

敢于同孔明较劲的郝昭	238
“悔恨成疾”的教训	242
《脉经》的创始人王叔和	245
胸怀宽广的蒋琬	249
靠神道治病的张鲁	253
美男子潘安的悲惨结局	257
多谋寡断的袁绍	261
从髀肉复生谈运动健身	265
从《水月洛神》看曹植的恋情	269
杜预与“大脖子”病	273
嗜杀暴君孙皓的心理分析	277
巧夺天工	281
孙休与失语症	285
聪明小皇帝的失误	289
劝夫向善的太守夫人	293
三国解梦	297
关羽的心理分析	300
关羽为何受尊崇?	304
甘夫人为何红颜薄命?	308
五禽戏的古为今用	312
远志当归表心迹	316
从貂蝉结局析不同心态	320
贪腐阴毒的宦官张让	324
心胸狭窄的恶果	328
解梦者的伎俩	332
三让徐州说陶谦	334
不甘当傀儡的曹髦	338

惨杀妻子的刘安	342
黄巾起义与符水治病	345
目光远大的鲁肃	349
反对禁酒的名士孔融	353
大意失荆州	357
诸葛亮羽扇的作用	361
庞统的失误	365
令人惋惜的曹叡	369
智报夫仇的徐夫人	373
曹休与疽发背	377
卖主求荣的张松	380
狼心鼠胆的曹爽	384
多疑的危害	388
“过五关斩六将”的妙喻	392
清高而迂腐的陈宫	396
善出奇谋明哲保身的贾诩	400
图虚名获实祸的袁术	404
三国时的“妻管严”贾充	408
血染政坛的太医吉平	412
忠贞刚烈的伏皇后	416
功过成败说马谡	420
医圣的贡献与影响	424
许攸缘何被杀?	428
司马炎纵欲留后患	432
曹丕的丧葬观	436
华歆与管宁人品析	439
刚正直谏的崔琰	443



上册目录

治国与治病	1
酗酒丧生的惨剧	4
淡食养生获长寿	7
红脸与健康	9
多事之秋	12
《龟虽寿》蕴含的养生观	15
不信邪的孙策	19
从“刮骨疗毒”看医患关系	22
事关成败说打鼾	25
曹丕赠菊谈养生	28
跃马檀溪说潜能	31
三寸不烂之舌	35
祢衡与偏执性人格	38
记忆奇才之谜	41
虚荣心害了杨修	44
帝王相还是疾病态?	47
孙尚香的婚姻甜蜜吗?	50
杏林春暖照千秋	53
吕布与貂蝉,谁戏了谁?	57
嵇康与养生论	61

孔明择妇不避丑	64
曹操为何主张薄葬?	67
曹操的“三笑”	70
有胆有识的卞夫人	74
望梅止渴与心理暗示	77
赤壁之战与疫情	81
“神医”华佗贵在精神	85
曹操的头风试析	89
破除对地震的迷信	93
胆囊与胆量	97
军事奇才郭嘉早逝之鉴	101
馒头溯源	105
孔明与云南茶树	108
梦境与心境	111
战争胜负与水	115
张飞睡不合眼是神眼吗?	119
解读刘备的哭	123
司马懿装病避祸	127
司马师与眼眶肿瘤	131
司马昭与中风	134
赵云缘何得长寿?	137
吴下阿蒙与魔鬼附身	141
魏延的反骨与头上长角	145
从曹冲谈神童现象	149
嫉妒心害死了杨仪	153
羞惭致死的于禁	157
口吃的名将邓艾	160

汗出如浆与汗不敢出	164
成功人士当以钟会为鉴	167
孙权晚年的教训	171
人会被骂死吗?	174
诸葛亮最大的失误	177
暴虐险妒的下场	181
马超为何盛年早逝?	184
擅长“攻心”的张辽	187
借醉拒婚的阮籍	190
睿智从容的羊祜	194
从陆逊之死析忧愤	198
三英战吕布的启示	201
老当益壮与老要服老	205
以身试针的针灸学之祖	209
贪婪凶残的董卓	212

治国与治病



治理国家与治疗疾病,看起来是风马牛不相及的两码事,但是我国古代就有“上医治国,中医治人,下医治病”之说,把医病与治国联系在一起。三国时的诸葛亮更是独具心裁,巧思妙想,找出了治国与治病两者的共同点。目前,即使从现代医学的观点来看,他的说法也颇有道理。

《三国演义》第四十三回,诸葛亮舌战群儒中,当东吴第一谋士张昭责难诸葛亮辅佐刘备后,不能据守疆土,却弃新野,走樊城,奔夏口,无容身之地,反而不如当初时,诸葛亮说:“譬如人染沉疴,当先用糜粥以饮之,和药以服之,待其脏腑调和,形体渐安,





然后用肉食以补之，猛药以治之，则病根尽除，人得全生也。”他用治病来比喻军事决策。对于一个重病之人，用肥腻之物狂补，用激烈之药猛攻，只能伤害人的肌体；只有适量微补、温和用药，待其恢复体力后，再加强滋补、加大药效，才能把病治好。曹操率得胜之师，以多几倍的兵力，企图一举消灭刘备。这时刘备屡败，寡不敌众，如果采取死守硬拼的战法，其结果必然是全军覆没。而诸葛亮从实际情况出发，巧施妙计，博望烧屯，白河用水，挫伤了曹兵的锐气，然后主动转移，保存了自己的有生力量，为以后取荆州、夺西川打下了基础。

现代医疗中，确实存在着不顾病人身体强弱，疾病轻重，采用一种固定化、模式化治疗方案的情况，造成过度检查、过度治疗、过度用药，做很大的手术，用高档、贵重的药物，花费不少，效果不佳，不但没有打垮疾病，反而使病人的肌体受到很大的损伤。而按诸葛亮的办法，因人而异，因病情而异，即医学界提倡的“个体化治疗”，对于病情较重者或老弱病人，先保守治疗，恢复其体力、活力，然后再考虑手术或加强用药，由于切合实际，能收到较好的疗效。

诸葛亮还有句名言：“夫治国犹如治身，治身之道，务在养神，治国之道，务在举贤。”要使身体健康，最重要的是调养精神；要治理好国家，最重要的是推举和任用贤能的人才。这句话也与现代医学注重人的精神因素相符合。躯体疾病往往与心理疾患有关，心理疾患往往伴随躯体疾病。因此，现代医学主张，要两者兼顾，同时治疗。如认为心脏病往往是“双心病”（心脏与心理疾病同在），要重视其中的精神因素。

诸葛亮不但有这样的见解，而且还是亲身实践者。当曹操陈兵江北之时，周瑜观其战船茂密，指挥有方。忽然一阵风吹过，刮起旗角，旗角拂过周瑜的脸，周瑜猛然想起一事，大叫一声，往后便倒，口吐鲜血，不省人事，一时间东吴满朝震惊。诸葛亮前去探



望。周瑜自诉症状为“心腹绞痛,时复昏迷”,“心中呕逆”。他见了诸葛亮,第一句话就是:“‘人有旦夕祸福’,岂能自保?”隐含着悲观情绪。诸葛亮却笑道:“‘天有不测风云’,人又岂能料乎?”一语道破他的心事。接着,诸葛亮又为他开了一方:“欲破曹公,宜用火攻;万事俱备,只欠东风。”找到了病源,又提出了借东风之法。周瑜闻言大喜,矍然而起,看似难治之症,一旦去掉了心事,就不药而愈,重新焕发精神,调兵遣将,指挥了具有战略意义的赤壁大战。由此看来,诸葛亮也称得上一位心理治疗专家了。

诸葛亮治国如治病的理论可以概括为以下几点:第一,从实际情况出发,当补则补,当泻则泻,当缓则缓,当猛则猛,因人而异,因情制宜,注重针对性、个体化。第二,重视人的精神、情感、心理。精神为一身之主宰,古人说“怒伤肝,悲伤心,哀伤脾”,就是指精神、心情对身体的影响,心病还需从医心开始。第三,深入了解情况。治国必须了解国情,治病必须了解病情,情况明才能决策明、方法对。第四,诸葛亮所说的“集众思,广忠益”,也即现在经常应用的成语“集思广益”,要勤求古训,博采众方,请有关专家会诊,提出最佳治疗方案。第五,诸葛亮“非淡泊无以明志,非宁静无以致远”这句话用在治病上,可以理解为廉洁行医和专心致志从事医学研究。他“受任于败军之际,奉命于危难之间”,既指挥打了几个胜仗,又渡江驳倒了东吴投降派。他坚持抗曹,以智取胜,勤于政务,清正廉明,夙夜操劳,鞠躬尽瘁,死而后已。

弘扬诸葛亮这种治国精神用于治疗疾病,将激励医务人员,细查病情,深究病因,不轻言“不治”,不武断强治,而是有针对性地辨证施治,治疗躯体疾病不忽视心理调适,立志攻克疑难重症,智取医学科学前沿阵地,最终摘取医学皇冠上灿烂夺目的明珠。