

# 中医是本故事书

常宇 李蔓荻 编著



化学工业出版社

米立方出版机构

·北京·

中国传统医学历史悠久，内容丰富，数千年来在为人们的健康服务的同时，还留下了许多经典有趣、发人深省的故事。在这本故事书中，有中医名言的典故由来、中医与中华文化的渊源、中药治病的故事、历代名家与中医的故事、历代名医悬壶诊病轶事等，让人在轻松愉快的故事氛围中学习中医、了解中医、接近中医。

本书由《中国中医药报》资深记者通过采访中医药名家编著而成，适合对中医药感兴趣的老百姓阅读参考。

图书在版编目（CIP）数据

中医是本故事书 / 常宇，李蔓荻编著. —北京：化学工业出版社，  
2009.1

ISBN 978-7-122-04385-6

I. 中… II. 1常…2李… III. 中国药理学-通俗读物  
IV. R2-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2008）第203651号

---

责任编辑：李岩松 贾维娜

文字编辑：孙振虎

责任校对：周梦华

装帧设计：成达轩工作室

---

出版发行：化学工业出版社 米立方出版机构  
（北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011）

印 装：北京云浩印刷有限责任公司

720mm×1000mm 1/16 印张20% 字数359千字 2009年3月北京第1版第1次印刷

---

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

---

定 价：35.00元

版权所有 违者必究

## 一 中医百事由来

### 神奇的“药葫芦”

许多人也许不明白为什么一些中药店门前要挂一个葫芦，但是，提到“不知葫芦里卖的什么药”这句俗语，你就会知道这葫芦肯定与药有关。葫芦，古代称作“壶”，俗称葫芦瓜。《诗·豳风·七月》中“八月断壶”，特指的就是盛药的葫芦，即“药葫芦”。

古今许多神话故事，几乎涉及药就有葫芦。传说中的“八仙”之一铁拐李，就常背一个装有“灵丹妙药”的葫芦，周游江湖，治病救人。神话小说《西游记》第五回中说：“大圣直至丹房里面，寻访（老君）不遇，但见丹灶之旁，炉中有火。炉左右安放五个葫芦，葫芦里都是炼就的金丹……他就把那葫芦都倾出来，就都吃了，如吃炒豆相似。”小说中也说到这种葫芦的作用是盛放丹药。

考证“药葫芦”的典故，应当出自《后汉书·方术列传·费长房》的记载：“费长房者，汝南（今河南上蔡西南）人，曾为市掾。市中有老翁卖药，悬一壶于肆头，及市罢，辄跳入壶中，市人莫之见，唯长房于楼上睹之，异焉。因往再拜，奉酒脯。翁知长房之意其神也，谓之曰：子明日可更来，长房旦日复诣翁，翁乃与俱入壶中。唯见玉堂华丽，旨酒甘肴盈衍其中，其饮毕而出。翁约不听与人言之，复乃就楼上候长房曰：我神仙之人，以过见责，今事毕当去，子宁能相随乎？楼下有少酒，与卿为别……长房遂欲求道，随从入深山，翁抚之曰：子可教也，遂可医疗众疾”。

类似记载，还可见于晋代葛洪（公元261~341年）《神仙传》及一些古史杂说等。大概说的都是汉代的某年夏天，河南一带闹瘟疫，死了许多人，无法医治。有一天，一个神奇的老人来到这里，他在一条巷子里开了一个小小中药店，门前挂了一个药葫芦，里面盛了药丸，专治这种瘟疫。这位“壶翁”身怀绝技，乐善好施，凡是有人来求医，老人就从药葫芦里摸出一粒药丸，让患者用温开水冲服。就这样，喝了这位“壶翁”药的人，一个一个都

好了起来。时有汝南人费长房，见此老翁人散后便跳入壶中，他觉得非常奇怪，于是就带了酒菜前去拜访，老翁便邀他同入壶中。费长房从此随其学道，壶翁尽授其“悬壶济世”之术。此事一传十，十传百，代代相传。因而后来人皆称卖药的、行医的为“悬壶”，美称医生职业为“悬壶济世”，开业则以“悬壶之喜”等为贺。时至今日，仍有不少行医者悬葫芦在诊室当作行医的标志，这种做法更被众多药店、制药厂等沿用。

看上面的典故，虽然记述多带有传奇色彩，但若揭其神诞外衣，不难知费长房乃东汉时名医，药葫芦只不过是一只盛药的“药壶”，或曰一种行医、卖药的“招牌”而已。不过，医家挂药葫芦还有深意：一是向世人表明其“悬壶济世”之宏愿；二是看重葫芦之实用价值。仔细推究起来，用葫芦保存药物确实比其他的容器如铁盒、陶罐、木箱等更好。因为它有很强的密封性能，潮气不易进入，容易保持药物的干燥。从历代史籍中得知，古时候的行医者无论走到哪里身上都背着葫芦，如唐代药王孙思邈采药时就必挂一个药葫芦。葫芦除了能盛药，本身也可为药，医治很多疾病。

## “杏林”美名代代传

世代相传的“杏林”与中医结缘的典故，人们并不陌生，皆知其出自三国时的名医董奉。据《三国志·卷四十九》记载：三国名医董奉，隐居江西庐山期间，对众多慕名而来求医的百姓，从不收取任何费用，但要求被治愈者种植杏树作为纪念，患重病而被治愈者种五株，轻病治愈者种一株。数年后，被他治愈者不计其数，种得杏树10万余株，蔚然成林。董奉在此修身养性，读书看病，很是惬意。杏熟以后，来购买者一律不收钱，只用米交换。一担杏子换一担米，他得了米，就用这些米救济山上山下穷苦百姓。董奉死后，庐山的百姓们非常怀念他，就把他的精湛医术和高尚医德称之为“誉满杏林”。

董奉与“杏林”之典故，是传说还是确有其人其事呢？据晋代葛洪的《神仙传》和《南海府志》所述，董奉字君异，原籍福建侯官县（今福州市），后至豫章郡（今江西南昌）隐居庐山下。大约活了100多岁，方于“永嘉中仙去”。永嘉是晋怀帝的年号（公元307～312年），按董奉活了100多岁推测，他可能生活于公元200～312年间。说他“成仙而去”固然是溢美之词，但在当时人均寿命不足30岁的历史条件下，他竟能寿过百岁，实在是难得的了。《神仙传》的作者葛洪是略晚于董奉的一代名医，两人生卒时间仅相差几十年，而且董奉卒年时葛洪已有四五十岁，葛洪笔下记述的董奉，诚

为可信。

那么，杏林仙址何处寻呢？据考证，杏林在如今江西省星子县以西约二十五华里处的醉石之东。所谓“醉石”，乃是庐山南麓虎爪岩下的一块巨石。相传晋代文学家陶渊明曾醉卧其上。醉石之东有归宗寺一座，两者相距约三华里。当年郁郁葱葱的杏林，即在醉石与归宗寺之间。

星移斗转仙去也，长存“杏林”美名传。历经了多少年代，“杏林”几乎成了医务界的代称。至今，人们还用“杏林春暖”、“誉满杏林”称颂医家们高尚的医德医风；用“杏林高手”赞誉技艺精湛之良医；“杏林佳话”述轶事，“杏林春秋”载医史；至于“杏林春满”、“杏林春风”等，更是岐黄世家及中医药店堂之常用联语。

## “倒药渣”的来历

在许多地方，至今还流行着一种“倒药渣”的习俗，就是病家把煎过的药渣，倒在过往行人的岔路口，让千人踏、万人踩，因为俗语有“药渣倒出门，疾病不缠人”和“一经他人双脚踏，病魔就被众人压”之说。据说，这可以驱病出门，托人消灾，或被行人带至别处，不再作怪害人，病人能够尽快痊愈。其实这只不过是一种心理上的自慰，并没科学依据。不过，以下几则传说中的故事却耐人寻味。

一说：药渣辨优劣。很久以前，江南小镇有一家“宏德堂”药店，起初由于药材货真价实，炮制优良，信誉很高，生意格外兴隆。但过了一年，买药的人越来越少，生意萧条，门店冷落。

一天午后，店主正在椅子上打盹，朦胧中，忽见一鹤发仙翁，手拈拂尘，飘然而来。语之曰：“我乃药神是也，统管天下采药、买药之人，你近来掺卖劣质药材，坑害病人，现在无人买药，就是对你的惩罚。”说罢，给他丢下一张纸条，遂又飘然而去。他急忙拾起纸条，一看是一首六言诗：“配药虽无人见，存心自有天知，治病救人为本，切忌图利忘义。”他看过后猛然惊醒，心中大惭，怵惕不安。他知道自己近月曾将一批劣质药材充优销售，大大降低了药的疗效，故人来渐稀。如此竟连“药神”也已知晓，令他惭愧不已。他想着药神的话，向患者传话出去：凡今后在“宏德堂”抓药配方者，药煎完后，将药渣倒在门前，好让药神检验优劣，看“宏德堂”的药材是不是都属上等佳品。说来也真奇怪，此后，人们在“宏德堂”购买的药物，药效灵验，众口皆碑，“宏德堂”生意又兴旺发达起来。如此日久天长，老百姓中便传开了，只要把药渣倒在路上，任千人踩、万人踏，就会药



到病除、早日康复。

二说：药渣可导医。相传，唐代药王孙思邈医术精湛，为人治病药到病除，深得人们的敬重。在他隐居深山时，有一次，他为一只受伤的老虎解除了病痛，老虎为了报恩，就自动为孙思邈当护卫、坐骑。孙思邈行动是方便多了，可把病人都给吓坏了，谁也不敢求医于他。孙思邈很为难，最后想出了两全其美的办法。他每到一家看病，便让病家把药渣倒在门口的路上。哪家门口有药渣就表明他在哪家行医。这样一来，老虎就不必紧随相跟，只在远处守着就行了。久而久之，药渣成了行医人的标志。很多人对此人云亦云，众人相附，代代相传，也就形成了煎中药后倒药渣、踩药渣的一种民俗。过去，在药王的塑像和画像中，都是坐于虎身之上，这种艺术形象也一直在民间广为流传。

又一说：药渣识真假。传说明代名医李时珍，一天外出采药，看到一个村庄田园荒芜，无人下地劳动，原来这个村的人都得了“流感”。在一个茅草屋里，他看见一位老人正在床上呻吟，急忙取出药来，让老人喝下，停了一会，老人出了一身汗，症状减轻了许多。李时珍询问了一下情况，才知道村里先后来过几个走江湖的郎中，给他们开过药，还说什么“吃上一副药，包管你药到病除”。可是吃了十来副了，仍不见效。李时珍便找来煎过的药渣，仔细一看，大部分是假药。假药怎能治好病呢？老百姓上当受骗了，他们对庸医痛恨不已。李时珍看药渣的事，传遍了附近的村庄，人们纷纷把江湖郎中配制的草药和带来的药渣叫李时珍鉴别，因为人太多，看不过来，只好让大家把药渣倒在村前的路口上，一个个摊开放好，逐个查看，拣出真药，扔掉假药、劣药，并教大家如何识别伪劣中草药，防止再上当受骗。从此以后，病人就把煎服过的药渣倒在路口处，盼望过路的良医识别真假，于是这个风俗就盛行起来。

归根结底，“倒药渣”的习俗包含了一个药渣的处置问题。煎完汤药后，自然要把煎取药汁后的药渣倒掉，但对有毒中药则应埋掉。还有一种做法是把药渣暂时倒在窗台上晾干，待二剂三剂全部煎服完后，才一起倒掉。这样，即使发生医疗纠纷，查看药渣，有据可凭，既对病人负责，又对医生负责，自当有可取之处。

（王惟恒）

## 橘井泉香

现在的一些中药店里，常有以橘井泉香为内容的书法、对联等，以此赞

誉医术高超和药材精良。

据西汉刘向所撰《列仙传》记载，相传汉代湖南郴州人苏耽笃好神仙养生之术，人称“苏仙”。在他成仙得道之际，他对母亲说：“明年天下疾疫，庭中井水一升，檐边橘叶一枚，可疗一人。”第二年，果然发生瘟疫，母亲依苏仙嘱咐，用井水、橘叶为人疗病，服用者即刻痊愈，因而求之者络绎不绝，饮之者皆取佳效。此后，便以“橘井”作为良药的代名词，世人以“橘井泉香”歌颂救人功绩，医者将之书写匾上以明志。

## 何谓“青囊”？

“青囊”的来源与三国时期的名医华佗有关。关于华佗之死，民间有很多说法。其中一种是，华佗被杀前，为报一狱吏酒肉侍奉之恩，曾将所用医书装满一青囊赠与他。华佗死后，狱吏也行医，使华佗的部分医术得以流传下来。因此，后人也称中医为“青囊”。

## 中药店为何称“堂”？

很多历史悠久的中药店都称作“堂”，比如北京的同仁堂、天津的达仁堂、长沙的九芝堂、宁波的寿仁堂、济南的宏济堂、沈阳的天益堂、贵阳的同济堂等。这个称谓源自医圣张仲景。

东汉建安七年至十年（公元202~205年），张仲景官至长沙太守，当时战乱频仍，民不聊生，瘟疫流行，作为父母官的张仲景看在眼里，急在心里。他打破阶层界限，放下官架，工作之余，就在大堂上为人治病，并规定每月农历初一、十五，停止公务，专门在大堂之上设案为百姓治病，这种行为在当时等级森严的社会是需要何等的胸怀、勇气和爱心！后人为了学习这位名医的高尚品德，就沿用“堂”这个名称，一些行医者也把自己的中药店称作“某某堂”，意为像医圣那样不计名利，救死扶伤。

## 端午熏药渣的来历

端午节，浙江兰溪一带有一个风俗，就是一到中午，家家都要用艾和晒干的药渣一起点燃薰虫驱瘟，据说这个风俗是因为“金元四大家”之一的朱丹溪治病的故事而留传下来的。

传说，有位病人连日气喘，找朱丹溪看病。朱丹溪诊断后开了药方，方中用了发汗平喘的麻黄。病人服了几日，并未减轻，家人延请朱丹溪再次出

诊。朱丹溪仔细查看病情，认为病人仍旧要用麻黄，并将剂量由原来的二分增到三分。奇怪的是，病人连服三剂，仍不见效。朱丹溪暗暗生疑，心想：我是完全对症下药的，既然病人不见好，那就再依原药服三剂。

没想到，病人只续吃一剂，家人就赶来说，病人汗流不止。朱丹溪赶忙赶往病人家，但见病人汗流如注，已经虚脱。知道是麻黄量大导致，赶紧用石膏煎汤解毒，病人服了石膏汤后，汗果然止住了。

朱丹溪没有离开病人家，他百思不得其解：我用药没有错，麻黄虽不能多用，但我是逐量增加的，照理病人是能够适应的，而目前的症状，显然是麻黄用量太大引起出汗过多。他想啊想，一夜都没合眼。

第二天一早，朱丹溪找到病人家属，询问情况，并要病家将药渣拿来查看。病人家属只得从地上捧起煎过的药渣，拿给丹溪。朱丹溪仔细辨认，发现前后两次使用的麻黄有些不同。他又将两次用的麻黄放在嘴里一嚼，唉呀呀，前煎的麻黄无味，而后煎的麻黄苦味甚浓。他一跺脚说：“问题就出在这儿，前次配的五副药，原来用的都是假麻黄！”

朱丹溪找到卖药的，一经追查，果不出所料，那些麻黄正是假的。朱丹溪很气愤，要将卖药的人扭送官府严办。卖药人一再哀求，事情才算平息。朱丹溪又给病人用药，不出三天，病就完全好了。

事后，朱丹溪给人治病，总要叮嘱病家将服过的药渣晒干好好贮藏，以便核对。所以直至今日，这一带老百姓都把药渣晒干存放，直到来年端午节才点火焚烧。久而久之，就成为当地的一种风俗。

## 抓药的传说

每每找中医大夫看病，开好处方，人们会把药方交给司药人员，他们通常是手拿戥秤，到身后的药斗里一格一格地去取药。这个过程，被人们习惯性地称为“抓药”。

提起抓药，有一个与唐代药王孙思邈有关的故事。说的是孙思邈经常外出采药，只要有好的药材，他就不畏艰险，不辞劳苦地去采摘。因为采的药材比较多，它们的性味功用又不相同，为了便于分类放置和使用，他就特意做了一个围身，在围身上缝制了许多小口袋，凡采到一种药材，就装到一个小口袋里，使用起来就方便多了。

一次，孙思邈采药路过一个村庄，忽然听到一阵狗叫，只见有一个妇女躺在地上，嘴里不断发出“哎呀哎呀”的痛苦喊声。原来这位妇女的小腿被狗咬伤了，鲜血直流。孙思邈见状，赶紧从围身口袋里拿出一种药来，给这

位妇女敷上。不大一会儿，小腿上的血就止住了，疼痛也减轻了许多。她的丈夫闻讯赶来，见此情景，忙跪拜药王的救命之恩。

因为药王采药治病每有配伍的需要，就会从围身的小口袋里把药材一小撮一小撮地抓出来，所以人们就把它叫做“抓药”。

后来，人们开药店，为了便于区分药材，也仿照药王的办法，把装药的斗棚做成一个格子一个格子的小药斗，药斗里再隔成两个到三个格子，来贮藏和放置各类药材。小药斗的外边写上中药名称，以便记取，避免混淆。直到今天，人们还是习惯把去中药房买药叫做“抓药”。

### 三折肱知为良医

“三折肱知为良医”出自《左传》。三折肱，就是三次折断手臂，比喻多次失败。晋国时，有范氏和中行氏两个集团的人，准备起兵攻打晋定公。当时有人指出战事成功和失败的关键，要看民众是否支持，假如不能取得民众的信任和支持，便将必败无疑。范氏和中行氏起兵攻打晋定公是一种反叛行为，民众自然不会支持他们。何况晋定公自己曾经伐君失败，落得流居异国的田地，可以说是经历过失败的过来人。正如一个经过三次折伤手臂的人，虽经医疗后获得痊愈，但他已尝透了折臂的滋味：在几次三番的折臂和治疗的经历中，他已了解到折臂的原因和治疗的经过与方法。后用三折肱比喻对某事阅历多，富有经验，自能造谐精深。

著名的季德胜蛇药的发明人季德胜从父亲手里接过祖传五代的蛇药秘方，内有药物几十种，药量大且杂乱，就想改进它。为了验证蛇药性能，季德胜用自己的身体做试验，让毒蛇咬自己的手臂、大腿、舌头，再用蛇药救治，一味药一味药地试验，仅手上的伤口就有一百多处。有一次，季德胜用眼镜蛇试验，毒性发作，昏迷过去，助手把他自制的药酒给灌下去，才得以脱险，但季德胜左手大拇指已被毒蛇咬断致残了。季德胜蛇药正是在这斑斑蛇疮的基础上修成正果，疗效百不失一，正可谓“三折肱”矣。

俗语云：“学书纸费，学医人命”，是说医与人命攸关，若有差池，误人性命，即或名家高手，犹难免误诊误治，此亦常理。关键是失手之后怎样对待，常可看出医家心胸。有些医生常常文过饰非，不思悔改，终难长进。而名医则能坦诚接受，所谓“进与病谋，退与心谋”，善于从失败中吸取教训，真正是“三折肱而为良医”，其高风亮节，足令后人景仰。

## 🐾 中药店为什么供獐狮

相传神农采药时在一座山里得此奇兽。它周身像水晶般透明，能吃百草和百虫，各种药性均可通过观察它的脏腑、经络而一目了然。在此之前，神农只尝百草，而对鸟、兽、虫、鱼能不能当药无法断定。自从有了獐狮，神农识药再也不用发愁了。

一天，神农在山中发现了一条黑虫，一遇动静就蜷成一团，像颗圆溜溜的黑珠子，咕噜噜地滚下山去。神农从未见过这种怪虫，十分好奇，拣了一个放在手心把玩，并递给獐狮试服。獐狮闻了闻，龇了龇牙，不愿吞食。神农便把“黑珠”塞进了獐狮的嘴里，獐狮只好小心翼翼地嚼了嚼，就赶快吐了出来，谁知这虫的毒汁仍迅速进入獐狮的肠胃，霎时间令獐狮遍体发黑，口吐白沫，神农急拿解药灵芝草也无济于事。獐狮望着神农，落泪而亡，神农亦悲痛万分，懊恼不已。

原来那“黑珠”名叫“滚珠虫”，又称“滚坡虫”、“千脚虫”，身有剧毒。这种虫子入药后，可以毒攻毒，治各种肿毒和恶瘤。后来，中药店均供“獐狮”引以为戒：千万不可滥用错用药物！

## 🐾 “药锅”为何称“急销”

现在人们从药店抓回药后，就用药锅煎药。而在上古时代，是没有药锅的。人们服用草药直接放在口中咀嚼吞咽。这种方法既不科学，又不卫生，口感不好，副作用也大。后来有了陶瓷器皿，人们才逐渐改用草药加水煎煮的方法，熬成汤液后服用。

据《史记》载，汤液的始创者，是三千多年前商汤的伊尹。伊尹原是商汤妻子陪嫁的奴隶，他聪慧灵敏、精明能干，还是位烹饪大师。根据烹调方法，他由此及彼，“撰用神农本草以为汤液”，用当时的陶制盛具煎煮草药，第一次创制了汤液。

几千年来，煎药盛具也随着社会陶瓷业发展而发展，出现了体形各异、千姿百态的药锅、药罐、罐壶等煎药用具。

由于地域和风俗习惯的不同，对药具的使用和叫法也不尽相同。北方人习称药锅，南方人习称药罐，而在台湾、粤东和闽南地区，人们则把药罐习称为“急销”。为什么把它叫成“急销”呢？这里还有一段传说。

据说在宋仁宗景佑年间，闽南和台湾一带瘟疫流行，疫区人亡田荒，一片悲凉惨景。这时有位名叫吴本的名医，带领徒弟采药治病，救活了许多

人，被海峡两岸同胞尊称为救苦救难的“医灵真人”。当时患病的人太多，所用药具又太杂，质量低劣，规格不一，以致影响药效，有的竟产生毒副作用。为了改变这一状况，吴本急忙赶往粤东地区，选择厂家，研制模型，统一规格和质量标准，烧制了一批批质量高、价格低的药罐投放市场，供老百姓急用。但当时老百姓闻药色变，忌讳“药罐”二字，临时又没有一个好的名字来代替。商人讲利润，急着要推销，眼下此物百姓正急着用，就急中生智，叫它“急销”，双方都图个吉利。

就这样，“急销”就作为药罐的代名词，在台湾、闽南、粤东民间叫开了。

## 中药为何称“本草”

自秦汉时代的《神农本草经》问世以来，“本草”一词就有了特殊的含义。中药药理学叫做“本草学”，中药专著被称为“本草书”，中药史被称为“本草史”。经千百年沿用，“本草”成了所有中药材的统称，而其影响最大的乃属李时珍的《本草纲目》。

“本草”最早见于东汉班固编写的《汉书·平帝纪》。该书记载，公元5年（平帝元始五年），朝廷曾下令征集天下通晓天文、历算、史篇、文术、本草、论语、孝经等方面的人才。天然药物有植物、动物、矿物三大类，但为什么统称“本草”呢？这是因为古人的药物知识主要来源于植物性药物。如秦、汉时人所著《神农本草经》一书共收载药物365种，其中植物药就有252种，而动物药仅67种、矿物药是46种，这足以说明植物药占有绝对优势。五代时期的韩保升认为：“按药有玉石、草木、虫兽，而真云‘本草’者，为诸药中草类最多也。”所以，记载中药的书籍，多称“本草”，如《神农本草经》、《新修本草》、《本草纲目》等。

但若从药物的起源过程来观察，认识还可再深入一步。一般认为，原始人在寻找食物的过程中，逐渐发现了某些动物、植物的医疗功效，进而用于治病实践，这就是药物的起源。

由于人类对植物接触最多，认识最早，起初寻找药物时只是在植物中进行，所以最初的药物只有植物。《说文解字》云：“药，治病草也，从草。”这也反映了最初只有植物药的状况。虽然以后又发现了动物药、矿物药，但“草为药之本”的概念一直被保留下来。这就是后世把药物称为“本草”的由来。《墨子》中的《贵义》篇有“譬若药然草之本”句，可以算是最先“以本草言药者”。

## “大夫”与“郎中”

“大夫”和“郎中”都是古代的官名。古代国君之下有卿、大夫、士三级。后来成为一般任官职者之称。秦汉以后，中央要职有御史大夫、谏议大夫、中大夫、光禄大夫等。隋唐以后以大夫为高级官阶称号，自宋代徽宗政和年间改订官阶时，医官始别置大夫以下阶官。翰林医官院医官就分为七级，官职有二十二种之多。如和安大夫、成和大夫、成安大夫、成全大夫、保安大夫等。因此，从那时起人们就把医生统称为“大夫”，至今北方人仍沿称医生为“大夫”。

郎中亦为古代官名，始于战国。汉代沿置，属光禄勋，管理车、骑、门户，并内充侍卫，外从作战，分为东郎、户郎、骑郎三类，长官设有车、户、骑三将，其后类别逐渐泯除。自隋唐至清，各部皆沿置郎中，分掌各司事务，为尚书、侍郎，丞以下之高级部员。称医生为郎中，乃南方人的方言，始于宋代，沿用至今。

## 病入膏肓

“病入膏肓”这则成语出自《左传》。古以膏为心尖脂肪，肓为心脏与隔膜之间，膏肓之间是药力不到之处。

相传春秋时期，晋景公有一次得了重病，便向秦国请求派医生为其治病，秦桓公派了一位医术高明的医生叫医缓的去给他治病。

在医缓赶往晋国的途中，晋景公恍惚中做了个梦。梦见了两个小孩，正悄悄地在他身旁说话。

一个说：“那个高明的医生马上就要来了，我看我们这回难逃了，我们躲到什么地方去呢？”另一个小孩说道：“这没什么可怕的，我们躲到肓的上面，膏的下面，无论他怎样用药，都奈何我们不得。”

医缓到了晋国，认真给晋景公诊断后说：“这病已没办法治了。疾病在肓之上，膏之下，用灸法攻治不行，扎针又达不到，吃汤药，其效力也达不到。这病是实在没法子治啦。”

晋景公听了，心想医生所说，果然验证了自己梦见的两个小孩的对话，便点了点头说：“你的医术真高明啊！”说毕，叫人送了一份厚礼给医缓，让他回秦国去了。

后来，人们就常用“病入膏肓”来说明病已危重到了无法救治的地步。亦喻事情到了无可挽回的地步。

然而，人体背部的膏肓穴，却可对“病入膏肓”起到预防和治疗的作用。“或针劳，须向膏肓及百劳”是一首脍炙人口的针灸歌赋。百劳是督脉大椎穴的别名，在背部正中第七颈椎与第一胸椎之间。膏肓即膏肓穴，在第四、第五胸椎间旁开三寸，约四横指处，属足太阳膀胱经，是主治各种虚劳及慢性疾患的要穴。当久病不愈，身体呈现衰弱消瘦状态时，最适宜取膏肓穴施治，可以起到扶阳固卫、济阴安营、调和全身气血的作用，从而使身体恢复强壮。唐代药王孙思邈在《备急千金要方》中说“膏肓穴无所不治”，明代医家张景岳在《类经图翼》中说“膏肓能主治虚羸损、五劳七伤及梦遗失精、上气咳逆、痰火发狂、健忘、胎前产后等，百病无所不疗”。由此可见，膏肓穴在虚劳证的治疗上，应用是非常广泛的。

中医理论认为，人体背部有主一身阳气的督脉和贯穿全身的足太阳膀胱经。“背宜常暖”，历代医家在背部施行的擦背、捶背、刮痧、捏脊、拔火罐等多种保健养生方法，都有一定的功效。背部除膏肓穴外，还有大椎、身柱、风门、肺俞等重要穴位。每次选用其中的2~3个施行保健灸（用艾条温和灸10~20分钟），隔日一次，坚持进行，能防治感冒、咳嗽、小儿吐乳等症，对维护心肺功能、提高抗病能力及促进健康长寿，均十分有益。

## 望梅止渴

“望梅止渴”是大家熟悉的一个成语，出自南朝宋·刘义庆《世说新语·假谲》。说的是有一年夏天，曹操率领部队去讨伐张绣，天气热得出奇，骄阳似火，天上一丝云彩也没有，部队在弯弯曲曲的山道上行走，两边密密的树木和被阳光晒得滚烫的山石，让人透不过气来。到了中午时分，士兵的衣服都湿透了，行军的速度也慢下来，有几个体弱的士兵竟晕倒在路边。

曹操看行军的速度越来越慢，担心贻误战机，心里很是着急。可是，眼下几万人马连水都喝不上，又怎么能加快速度呢？他立刻叫来向导，悄悄问他：“这附近可有水源？”向导摇摇头说：“泉水在山谷的那一边，要绕道过去还有很远的路程。”曹操想了一下说，“不行，时间来不及。”他看了看前边的树林，沉思了一会儿，对向导说：“你什么也别说，我来想办法。”他知道此刻即使下命令要求部队加快速度也无济于事。脑筋一转，办法来了，他一夹马肚子，快速赶到队伍前面，用马鞭指着前方说：“士兵们，我知道前面有一大片梅林，那里的梅子又大又好吃，我们快点赶路，绕过这个山丘就到梅林了！”士兵们一听，仿佛已经吃到嘴里，精神大振，步

伐不由得加快了许多。

从此，“望梅止渴”一语流传了下来。现在人们常用这个成语比喻人们不切实际的想法，用空想来自我安慰。然而，从生理学角度讲，望梅止渴并非无稽之谈。“望梅”确实能够达到“止渴”的作用，这是人类高级神经系统活动的一种反应，是条件反射的结果。因为人们吃过梅子，这圆溜溜、酸丝丝的梅子，使吃过的人牙龈发酸，满嘴津液，在他的大脑皮质上记下了这种酸的印象，而且是十分强烈的印象。这样，每当他看到梅子，或者有人给他提起梅子时，他嘴里就会发酸。

现在医学常常利用条件反射来治病。譬如有人腹部手术后小便憋住了，排不出来。大夫让病人看自来水龙头流水，听水龙头放水的声音，这样诱导病人对流水和小便产生联想，不多会儿，随着哗哗的流水声，病人尿就来了。

当然，有的人也可以因为条件反射而诱发疾病。如对花粉过敏的哮喘病人，当他嗅到花粉后就会发病。但有的病人见到假的纸花或者塑料花后，虽然没有过敏原也会出现气喘。

三国时期的曹操注意到“条件反射”现象，在天气炎热，长途跋涉，口干如焚的困境下，使出“望梅止渴”一计，使将士们的口渴感顷刻大减，克服了困难，摆脱了困境。可见远在一千多年前，古人就懂得了这条深奥的生理学道理。

## 高枕无忧

春秋的时候，齐国有一位叫做孟尝君的人，他在家里养了三千个客人，孟尝君把这些人分成上、中、下三种等级。上等的客人每天都可以吃到大鱼大肉，出门的时候还有车子可以坐；中等的客人每天只有吃到鱼和菜；下等的客人每天吃到的就只有蔬菜而已。

有一天，孟尝君的朋友介绍一个叫做冯谖（音：宣）的人到孟尝君家，孟尝君问他的朋友：“这个叫冯谖的人有什么专长呀？”朋友想了很久说：“好像没什么专长耶！”孟尝君听了之后，就不怎么理会冯谖，家里的佣人看到孟尝君不理冯谖，以为主人瞧不起冯谖，就把冯谖当下等的客人招待。

冯谖心里很不高兴，天天发牢骚：“既然大家都瞧不起我，我干脆离开算了！”孟尝君知道以后，就把冯谖由下等的客人升为上等的客人，还送给冯谖的妈妈吃的和用的东西，冯谖心想：孟尝君对我这么好，我一定要找机会报答他！



有一次，孟尝君派冯谖到薛地去讨债，冯谖就假装是孟尝君下的命令，叫所有欠孟尝君钱的人不用还钱，替孟尝君买了个“义”的好名声。后来孟尝君被齐王国君解除了相国的官位，回到薛地去住的时候，薛地的人民都热烈地欢迎孟尝君呢！

过了不久，冯谖又对孟尝君说：“一只兔子要有三个洞藏身，才能免除被猎人猎杀的危险。您现在住在薛地，就好像兔子只有一个洞，是很危险的！万一齐国的国君对您不满意要杀您，您连其他躲的地方都没有呢！所以，您现在还不能把枕头垫高，安心地睡觉！”孟尝君一听：“那我该怎么办呢？”冯谖：“这件事就交给我去办！我会让您象狡兔一样，有三个安全的洞藏身！”于是，冯谖就跑去找梁国的国君梁惠王，告诉梁惠王孟尝君非常能干，梁惠王听了之后立刻派人带着一千斤黄金、一百辆马车去请孟尝君到梁国做相国。这个消息传到了齐国，齐国的国君马上慌张起来，赶快用隆重的礼节请孟尝君回去齐国做相国。同时，冯谖又叫孟尝君在薛地建立宗庙，用来保证薛地的安全。等到薛地的宗庙建好以后，冯谖就对孟尝君说：“现在三个洞都已经挖好了，从今天起，您就可以把枕头垫高，安心地睡觉了！”

后来，人们就用“高枕无忧”来形容做任何事情准备周全，感觉很安心、不用害怕的意思！

但是，从医学角度来说，“高枕无忧”只适合某些病人，对大多数正常人来说“高枕”未必“无忧”。一般说来，睡在枕头上，头比躯干略高一些是符合生理需要的。如果不垫枕头或者枕头过低，头部就会过分后仰，颈前部皮肤、肌肉牵拉痉挛，容易造成“落枕”。同时，颈部肌肉被动性紧张，使大脑皮层得不到很好休息，又影响睡眠效果。如果睡眠时，枕头垫得过高，就会改变人体脊柱的生理曲线，尤其是颈椎。时间长后，还会导致颈椎损伤，骨质增生，压迫神经血管。清晨起床时，就会使人感到颈部僵硬，头痛，头晕，肩臂和手指麻木，还容易引起咽干、咽痛等症状。如果是患有动脉硬化老人，枕头垫得过高，颈部过于屈曲，会影响脑血管循环，容易形成脑血栓。休克、昏厥病人，平卧在床，不能用枕头，可使脑部得到更多的血液供应。只有心脏功能不佳和哮喘病人，高枕而卧，可以减少肺部瘀血，减轻气急症状。“高枕无忧”对他们再合适不过了。

古人在《茶余客话》中早就指出：“枕不可过高，高令肝缩；过下又令肺缩。”那么枕头以多高为好呢？一般以卧床时，头与躯干保持水平为宜。通常可用自己握拳的高度作为选择枕头高度的标准，或者以自己一侧肩宽为



标准。从生理角度来讲，枕高以8~15厘米为好。这样，不仅睡起来舒坦自然，而且头部可处在高于心脏的位置，胸部也随之适当抬高，下半身的血液回流心脏速度减慢，大脑供血量相应减少，肺的呼吸也就舒畅了。此外，枕头的硬度也要适中。过硬，往往使头与枕接触面小，会影响局部的血液循环；过软，则难以达到一定的高度，睡起来也不舒适。

## 薏苡明珠

《后汉书·马援传》：“南方薏苡实大。援欲以为种，军还，载之一车……及卒后，有上书譖之者，以为前所载还，皆明珠文犀。”

这段话的意思是说：东汉伏波将军马援率领军队驻扎在交趾（今越南北部）的时候，经常吃一种名叫薏苡的果实。据说常吃这种果实能增强体质，避免瘴气的侵袭。交趾的薏苡果实很大，马援在率领军队返回京城时，将它满满装了一车，准备带回去自己种植。

京城里的人从没看到过薏苡的果实，还以为马援从南方带来了不折不扣的奇珍异宝。许多权贵见马援毫无“孝敬”的意思，心里都很不痛快。只是当时马援深受光武帝刘秀重用，那些人只能咬牙切齿地暗中咒骂。

后来，马援在一次军事行动中得病而死，他的仇人，光武帝的女婿梁松便乘机诬陷他，说他贻误军机，又说他在交趾贪污大量珍宝。那些心怀妒忌的人也一个一个地出动了。先是有人上书，详细叙述马援当初将一车珍宝从交趾运到京城的种种情形。光武帝看到接二连三的告诽谤状书，勃然大怒，把封马援为新息侯的大印都追收回去了。

马援的家属为此惶惶不可终日，他们甚至不敢将马援的灵柩运回家乡，只是在当地买了几亩地将马援草草安葬。马援的宾客、朋友没有一个人敢来吊唁。

马援的妻子和侄子马严并不知道马援究竟犯了什么罪。一天，他们用草绳把自己绑了，上朝请罪。光武帝把梁松的诉状给他们看，两人这才明白了事情的来龙去脉。于是，他们连连上书诉冤，陈述事情的真相，共上书六次，言辞极其悲切哀伤。这期间也有其他官员为马援说话，光武帝这才允许他们为马援举行葬礼。

薏苡仁作为一种中药，有其悠久的历史，早在《神农本草经》中即有记载。薏苡仁是禾本科植物薏苡的种仁，其性味甘、淡、凉，入脾、肺、肾经。有健脾、补肺、清热、利湿等功用。用于临床治疗，可以强筋骨、益气、和中、消水肿等。此外，阑尾炎、关节炎、脚气病乃至肿瘤皆可使用，



也可煮粥作为病后调养。薏苡的根、叶也可入药。薏苡的根除了具有清热、利湿、健脾的作用外，还可治黄疸、驱蛔虫以及治疗牙痛、夜盲等症。薏苡叶可代替绿茶，并有利尿作用。

