

赵茶医疗经验

(选集)

赵 茶 著

福建医科大学中医系印

一九七七年十二月

前 言

以英明领袖华主席为首的党中央，继承毛主席的遗志，一举粉碎了“四人帮”篡党夺权的罪恶阴谋。在党的“十一大”路线指引下，贯彻了抓纲治国的战略决策，科技界出现了一个百花齐放、百家争鸣的生动局面。在大好形势鼓舞下，余虽年逾花甲，仍思竭其绵薄，为在本世纪内实现四个现代化的宏伟目标，努力攀登医学高峰而奋斗。

学习自然科学，必须打好理论基础，始易提高发展。中医亦属自然科学范畴，自不例外。余学医四十余年，深知基础理论之重要，故教学与临证，均强调理论联系实际，以冀初学者深得造诣，尤以中医学之整体观，以及辨证论治特点，更须牢牢掌握，方可推陈出新。倘务立异标新，反足误事。当此中西医结合，创造祖国新医药学之际，更应发挥中医之长，使其臻于完善，捨此似无捷径。余服膺此意已久，爰将近年来本此意旨试作之讲稿，及临床所存医案医话，选集成册，以便就正于方家，不自揣陋，聊为抛砖引玉之用耳。

赵 葵

于福建医科大学中医系

1977.11.1.

喜读《赵棻医疗经验》，因题：

躬莅杏林逾两年，
求瞻燕午眼几穿；
忽得青鸟报佳讯，
敢庆雷公有良传。

张 立

1977.11.15.

本书初稿完成后，蒙福建医科大学党委书记张立同志赐题佳章策励，爰和数句，以表微忱，并对校内外菁莪多士，匡助校对、整理之劳，一并致以谢意，且感事业后继有人，可慰平生云。

杏林涉猎几经年，
垂老犹惭砚未穿；
一事今生堪自慰，
喜看灵素有薪传。

赵 棻

1977.12.1.

目 录

一、论述选集

祖国医学的保健学说.....	(1)
阴阳五行学说的精神实质.....	(4)
对《阴阳应象大论》中一段文字的见解.....	(11)
三焦的我见.....	(12)
营卫循行值得研究.....	(14)
对望舌按脉知病的粗浅认识.....	(18)
谈谈学习方剂的体会.....	(21)
外感发热的病机探讨.....	(37)
月经病的辨证规律和选方用药的方法.....	(42)
脾胃学说及其在临床上的应用.....	(49)

二、医案选集

(一) 内科案例

感冒.....	(65)
外感夹湿.....	(66)
高热不退.....	(68)
阳虚外感重症.....	(71)
暑湿内郁.....	(74)
眩晕(迷路积水).....	(75)
眩晕.....	(77)
晕厥.....	(78)
十年头晕呕吐(见脾胃学说附件).....	(62)
十四年头痛(血管性神经性头痛).....	(79)
受惊后严重失眠.....	(81)
六年失眠.....	(83)
外感诱发精神失常.....	(84)
虚狂治验.....	(86)

周身困痛不舒	(89)
痹痛	(91)
气郁咳喘(支气管炎、支气管扩张、肺气肿)	(93)
十年胃脘痛	(95)
中下两消	(96)
中风前兆(高血压)	(98)
痢疾(慢性阿米巴痢疾)	(101)
疗后湿阻	(103)
淋症(慢性肾盂炎)	(104)
老人尿闭症	(106)
(二) 妇科案例	
乳核(乳腺腺纤维瘤)	(108)
八年闭经	(109)
产后高热不退	(112)
(三) 儿科案例	
婴儿发热两旬不退	(114)
幼儿二十天高热不退(见脾胃学说附件)	(59)
(四) 外科、五官科案例	
风疹(慢性荨麻疹)	(115)
三年口舌生疮	(118)
急性乳蛾(急性扁桃体炎)	(119)
青盲(视网膜脉络膜萎缩)	(120)

三、医话选集

阳虚挟湿	(123)
带下伤津两足痿软	(123)
临症必须详慎	(124)
中消二年(见脾胃学说附件)	(61)

一、论述选集

祖国医学的保健学说

前言

一个人从初生到壮年，再从衰老到死亡，这是生命发展过程的必然规律。人无百年不敝之身，但在此百年中，仍应保持健康，防止早衰，这是应该努力做到的。

近几十年来，关于保健和长寿问题，引起国内外医界的广泛重视，有的地方还召开国际会议，进行研究。我们祖先早在二千多年前，就注意到这个问题。在《内经》的摄生篇章中，即具有适应当时社会的保健方法，並说到“上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰……”等语，提示人们要注意保健。亚里士多德氏，根据动物的寿命与其成熟年龄关系，推算人的寿命，应该活到一百五十岁左右。就以现实生活中，国内外很多资料证明，确有不少人活到百岁以上。今天在我们社会主义祖国里，革命和建设都在一日千里的飞跃发展，更需要人们有健康的身体，来担负繁重的革命和建设工作的，所以预防疾病和保健问题，被提到重要的地位，是不难理解的。现将祖国医学的保健学说，加以阐述，以期古为今用，共臻寿域。

一、保健的指导思想

保持健康，在于未病先防，有病早治，而维护正气，尤为重要。这种预防为主的思想，《内经》中已有“不治己病，治未病”，“善治者，治皮毛，……治五脏者，半死半生”，以及用“小金丹”预防传染病的记载。並告戒人们善养正气，

使“正气存内，邪不可干”。至于饮食卫生，劳作休息等方面，亦谆谆以“饮食有节，不妄作劳”为嘱。这都给后人以预防为主的思想，打下良好的基础。

历代医家，对保健方面，亦多有阐发。如华佗的“户枢不蠹，流水不腐”，张从正的“贵流不贵滞”，都说明人体气血应当经常通畅，强调要作体力锻炼，这就是保健中体现出运动的观点。因为生命的象征就是活动，没有活动，生命就停止了。他们都提出了许多宝贵方法，比如华佗模仿虎、鹿、熊、猿、鸟五种动物的活动姿态，创造“五禽戏”，作为一种医疗体育锻炼。他的学生吴普学了“五禽戏”，坚持锻炼，活到九十多岁还耳目聪明，牙齿坚固，可见运动的观点是很可贵的。

我们知道，祖国医学对防病治病，都有一个基本的整体观念。这个观念，体现在机体内部的统一性和人与自然环境的统一性。

《内经》中指出“阴平阳秘，精神乃治”。说明人体内部机能，都要取得平衡，这是健康的重要条件。如果“阴阳离决，精气乃绝”。人体内部各脏腑，都有各自的机能，也都有产生机能的物质基础，如肝气（功能）与肝血（物质），在生理活动中，应该保持能动的平衡状态、肝血充足，则可涵养肝气，不使亢盛；肝气疏泄正常，亦可维护肝血正常代谢。又如肝气疏泄正常，则有助于脾胃的运化；脾胃消化吸收正常，亦有助于肝血的充盈。假如肝气郁滞，横侮脾胃，使脾胃功能失职，肝血亦见亏虚。这就是脏腑功能平衡失调的表现。可见体内脏腑的动态平衡是很重要的。但体内环境的统一，不是消极的，而是在机体内部各脏腑新陈代谢的矛盾斗争中取得的。

自然界中一切生物的生长、发展、衰老和死亡，都随着春、夏、秋、冬四时的变化而变化。人是自然界生物之一，也生活在一定时间和空间里，也同样要随着自然环境的变化而变化。如一年之中，有春温、夏热、秋凉、冬寒的更递变化；一日之中，有昼暖、夜凉的不同；天气有风、霜、雨、雪的骤变。这些外在的因素，渐变或突变，都会直接影响到机体内部各脏器的活动。机体为了保持正常的生理活动，就须作出适应性的调节反应，如果不能适应，就会受外来因素侵害而致病。所以天热时，人体腠理与毛孔弛张，故而多汗；天冷时，腠理致密，故汗少而尿多。这都是机体作出适应性的调节反应。也说明人在日常生活中，时时刻刻，都与自然环境密切关系，并取得统一性的。

我们既掌握了两个统一性的规律，就应该设法发挥人的主观能动性，积极锻炼，加强体内的阴阳平衡，使能更好地适应外在的变化。外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因必须通过内因，才能发挥作用。所以个体锻炼，是增强体质，防病治病的重要工作。

二、保健的方法

(一)形体的锻炼与保健关系

人体气血，应经常通畅无碍，这是祛病延年的重要条件。形体锻炼，就是要达到气血流通的目的。锻炼的方法很多，体力劳动就是很好的方法。此外体育锻炼方面，有太极拳、跑步、游泳、打球等等，可根据各人爱好去炼。还可以结合日光浴、冷水浴等。锻炼场所，一般在室外空气清新之处为宜。

人是生物之一，劳动又是人之本能，所以人是贵动不贵静。如果终日养尊处优，不到大自然里去见风雨，这种“温

室里的花朵”，是经不起风吹雨打的。所以要发挥人的主观能动性，积极投入体力锻炼，才能使人体对自然界的变化，作出积极的适应。人有适应自然环境的本能，但又必须受着自然环境的限制。如自然环境变化过于急剧，或过于炎热，或过于严寒，超过机体的最大耐受力 and 适应能力，都会发生病变，这点应该注意。

此外，体力锻炼，尚有二个问题，应该明确的。一是掌握一定的运动量；一是持之以恒。所谓一定的运动量，是指锻炼要恰如其分的适合机体需要及体力负担而言。因为体力锻炼，是促使气血流通，旺盛新陈代谢，调整体内各部分的机能，从而增强体质，提高抵抗力。假如运动量不够，就无法促进气血周流，达不到锻炼的目的；假如运动量太过，机体一时适应不了，原先相对平衡的生理关系被打乱，反而导致疾病的产生。所以掌握运动量，要因人而异。如患神经衰弱又是年壮的，运动量可增大，并无妨碍；如年老体弱，患冠心病的，只可掌握一定的运动量，如果超过心脏负担，反而有害。一般来说，初炼时，运动量要逐渐增大，到适合需要的程度为止，太过与不及，均非所宜。实践证明，每次运动在十五分钟左右，呼吸加快而不感憋闷，脉搏加快不超过每分钟一百二十次，并以周身微似汗出为佳（冬季例外），运动后疲劳容易恢复，精神饱满，身体轻松，睡眠、饮食、大小便均正常，这就达到锻炼的目的。可见体力锻炼，不是专为肌肉发达，而是以调整气血为主，气血调和，百病不生。

所谓持之以恒，是指锻炼要长期坚持下去。如短期内不见功效，不应灰心丧气；也不该三天打渔，两天晒网；但也不可操之过急，急于求成；更不可一时激动，鲁莽锻炼。这些都不能收效，必须持久锻炼，坚持不懈，才能得到益处。

肯下功夫的人，对此都能体会。

从中医学的角度来说，黎明是人体阳气初升之时，生机勃勃，此时作体力锻炼，收效更大。当然，在其他时间，亦可锻炼，有锻炼总是对身体有益的。

二、精神因素与保健关系

形体与精神要统一，中医术语叫做“形神合一”。所谓形，是指整个机体；所谓神，是指精神意识、思维、以及生命活动外在的表现。形是物质基础，神是功能作用，神不能脱离形体而独立存在。没有神的形体，便没有生命。形体强壮，必然精神饱满，生理活动正常；精神健旺，亦能促进形体健康。从这个辨证观点来说，保健不仅重视形体，还应重视精神因素的作用。现在流传的“气功”，便是古代调息养神的一种方法。使人有意识的进行调养精神，使心神宁静，则五脏六腑、四肢百骸，都在心神的统一下取得协调，达到维护机体的健康。《内经》里说：“呼吸精气，独立守神，肌肉若一”，“精神内守，病安从来”。提示调息养神的好处，故气功疗法可以健身治病，即是此意。

我们知道，维护心神，不是只靠关在室内去调养，还要注意外界事物对精神刺激的因素。因为人生活在社会之中，人事相处，耳目所触，都要反映到大脑皮层里，影响精神。在不同阶级的人，不同世界观的人，对社会事物的反映，看法是不同的，其影响精神情绪，也是不同的。如没有树立无产阶级世界观的人，他的思想狭窄，没有远大的理想，处处以个人利益为重，遇事患得患失，碰到困难，便消极悲观。这种人常因所愿不遂，终久必致忧郁成疾。《内经》里说：“悲哀愁忧则心动，心动则五脏六腑皆摇”。这就是中医所谓“内伤七情”所致之病。今天，我们生活在优越的社会主义制度

下，应该树立革命的人生观，树立革命的乐观主义，放眼世界，放眼全国，满怀革命的远大理想，积极投入三大革命斗争中，有“与天斗、与地斗、与阶级敌人斗，其乐无穷”的气概，真正做到心旷神怡，从而促进机体生理活动的正常与协调，以达到保健的目的。由此可见，在有阶级的社会中，精神因素的刺激是不能回避的，只能按照无产阶级世界观去正确对待，这一点在保健中是很重要的。

关于精神因素在发病中的作用，现在已为不少医学实践所证明，如胃及十二指肠的溃疡，高血压病、冠心病、心绞痛病、内分泌的紊乱、植物神经功能紊乱、精神病，甚至肿瘤的发生，都与精神调理失常有关。因此说，正确地调理精神，乃是保健中重要的一环。

三、食物药物与保健的关系

谈到饮食，不免有些人错觉地和“营养”、“吃补”联系起来。其实道理并不如此简单，还要有全面的认识。

人赖饮食以生，但老、幼、病、弱需要不同，这是人所共知的。该吃多少，该吃什么，都应根据生理活动需要的情况来决定。人在生长发育或在重体力劳动情况下，应适当地补充营养物质，以充身体物质的消耗。若在病中，如肺结核，慢性肝炎等，也应适当补充营养，以增强体质，提高抵抗力，促使疾病早愈。所谓适当，就是避免漫无限制的过量摄取，使机体消耗不了，积存体内，反而酿成疾病。《内经》里说：“饮食自倍，肠胃乃伤”，“膏粱之变，足生大疔”。即是此意。

现在对高脂血症、冠心病患者，主张低脂饮食。对糖尿病的人，控制碳水化合物的摄取，是有一定道理的。可是要防止产生另一种的倾向。如应食低脂饮食的人，未全面理解

低脂的意义，却视脂如虎，一点油的东西或一块肉，都不敢入口，时间一久，血脂不但没有下降，反而头昏眼花，浑身无力，体质更加虚弱。这是只看到脂肪有害的一面，没看到一定量的脂肪，在新陈代谢中需要的一面。从高脂血症、冠心病的角度来说，尽量少吃脂肪，尤其动物脂肪，这是对的。但是人是一个整体，机体中其他器官，在新陈代谢中却需要一定量的脂肪，如果绝对禁止，势必影响其他器官的需要，造成整体的新陈代谢失常。反过来使高脂血症、冠心病更受影响。因为高脂血症也属于新陈代谢失常的疾病。故不可把“低脂”和“绝对禁止”混淆起来。从这里可以看出，整体观念在保健中的意义。

任何一种食物，对人体都有利和弊的二种作用。如肉类可以提供人体所需的蛋白质和脂肪，但缺少维生素丙等元素，假使单纯或过量摄取，均非所宜。《内经》说：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充”，古代医家张子和说：“五味贵和，不可偏胜”。这都主张食物要多样化和基本素食，这些主张符合我国人民以谷物为主食的特点，并且食物多样化，既可满足体内所需要的营养，又可达到以此之利，补彼之弊的目的。

至于饮食宜、忌，与饮食卫生问题。前者当从个人体质特点和疾病情况而定。如素患胃寒之人，应少食生冷之物，肝火旺盛之人，应忌辛热之品。至于不洁或腐烂食物，食之都能致病。俗话说：“病从口入”，这已是众所周知的事了。

药物本用以治病，其用以强身者，也必须确有需要，然后用之。如十全大补丸，人参养荣丸等，应当承认对虚寒之体，有一定的效果，但不能认为是补养剂，不针对需要，任意滥用，滥用不仅无益，反而有害。如人参、鹿茸，是温补

药，对阴虚之体，却不适宜；生地、白木耳，是滋阴药，对阳虚之体，亦非所宜。纵使是阳虚，也不能长期用鹿茸、肉桂等温补药；阴虚者，也不可常服麦冬、生地、玄参等滋润药，因为用药过量，会导致体内阴阳失调。《内经》说：“气增而久，夭之由也”。所以不能认为补药吃得越多越好。其他治病药，也应适可而止。我们更不应把强身希望，寄托在吃补药之上。古代医家张子和说：“善用药者，使病者而进五谷者，真得补之道也”。因为人体对食物能正常消化、吸收，才是真正得补，靠药物保健，是不行的。

四、节制性慾与保健关系

祖国医学认为精血是人体营养物质中较精华的部分，它是生命的物质基础，五脏六腑得精血的濡养，才能产生活动力（气），活动力旺盛，才能表露出饱满的精神和各种生命的征象（神）。有精才有气，有气才有神。祖国医学中已有关于“精”、“气”、“神”三者关系的论述。故精血应加珍惜，勿使过于亏耗，致伤元气。性生活是人类生殖的本能，也同饮食一样，属于正常的生理活动。但中医认为性慾无制，精血亏损太过，会造成身体虚损，病变百出，《养生医药浅说》指出：“未成年即为婚……戕伐元阳……致使精衰、气弱、神散，而其结果则精滑、阳萎、虚癆，其乏嗣者居多，是又不仅促其寿命而已……”。如果女性性慾无度，也会导致月经不调，带下增多、早产、不孕、崩漏等病症。这些例子都说明了不节制性慾的危害性。尤其年过四、五十以上者，精血少，肾气衰，更应注意节慾。实践证明，凡对性慾能节制者，多能长寿，这是值得注意的。现在国家提倡晚婚，搞计划生育，这不但保障人民身体健康，而且使人人都把精力集中，投到革命工作中去，真是一举两得，应当拥护执行。

小 结

祖国医学的保健学说实际上包含着有关卫生学、营养学、体育学、生理学、心理学以及药物等丰富内容。它的目的，是增强体质，预防疾病，防止早衰和延年益寿。几千年来，广泛流传，功效卓著。说明这宝贵的医学遗产，是有极大科学价值的。

中医对保健的认识，有它独特的、完整的理论来指导。这些理论，大部分是健康的、唯物的。它具有普遍现实性，能为广大劳动人民所喜爱和接受，其方法是多样化和行之有效的，如太极拳、气功、体操等，这些方法都具有我国民族的风格和特色，尤其所提倡的饮食生活方面，都适合我国人民的习惯与要求，因此值得我们进一步去整理提高。在今天优越的社会主义制度下，应该把保健学说，更好地用来为社会主义革命和建设服务。

（赵葵指导、赵向华整理）

阴阳五行学说的精神实质

阴阳五行学说，原是我国古代一种哲学思想。它被引用在医学里，也是作为说理的工具。现代的哲学家，认为阴阳五行学说，是古代朴素的唯物论和自发的辩证法，说起理来，颇能符合客观的实际，所以用在医学里，有其实用的价值。

阴阳所以能称为朴素的唯物论，主要是把物质列为第一性，精神列为第二性；有物质才有精神。这才是唯物论的观点。故阴阳学说，把阴字列为第一，阳字列为第二。阴代表物质，阳代表功能。认为一切事物，都具有阴和阳两个方面，

有阴阳才有变化发展。（即有矛盾才有世界之意）。故《内经》说：“一阴一阳之谓道”，道即指规律。事物发展的规律，都是从无到有，从少到多，从简单到复杂。所以阴阳学说中，所讲为无极生太极，两仪生四象，阳中有阴，阴中有阳等等，所指的就是这个发展变化的规律。这都是阴阳学说的基本精神。

五行学说所以称为自发的辩证法，它说的是地球绕日一周，分为一年春、夏、秋、冬四季，在这四季中，地球上的一切生物，均随之变化。这种变化，都不是孤立的，都是互相联系的；而这种变化，是有过程的。有春之温，才有夏之热；有秋之凉，才有冬之寒。《内经》里说：“天有四时五行，以生、长、收、藏，以生寒、暑、燥、湿、风”。这就是指“五方生五气，五气生五行”的关系。五方是东、南、中、西、北，五气是春、夏、长夏、秋、冬（实即风、暑、湿、燥、寒）。为了说理方便，以木、火、土、金、水五字为代名词，以东方、春季等为木，南方、夏季等为火，西方、秋季等为金，北方、冬季等为水，地球为中土、为长夏。它的主要精神实质，是承认地球上一切生物的变化，不是孤立的，是与四时气候变化有关。这就是自发辩证法的精神。

由于汉代以后，如董仲舒之流，把阴阳五行学说，加以篡改，成为看风水、讲迷信的工具，尤其把五行相生、相克，变为机械循环论，用来推算社会王朝的兴败。这些都应加以批判。

祖国医学之所以引用阴阳五行学说，作为说理工具，是因为承认人也是自然界生物之一。人自幼至老，每时每刻，人体内部都在发展变化。还承认男、女、老、幼，是有差别。这些都与阴阳五行学说本来精神是一致的。因此用阴阳五行学说为说理工具，来阐明人体一切脏腑器官本身的变化及作

用特点，以及脏腑之间，互相依存，互相制约的关系，还说明人体与周围环境变化的关系。这都是符合客观规律的。中医学的主要精神，即在于此。其所以能流传至今，屡经实践而证明其真理。这就是它有唯物辩证观点为指导，能符合客观实际规律之故。当然，时至今日，我们不能满足现状，应当遵照伟大领袖和导师毛主席所说的“中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高”的教导，把祖国医学整理提高，发扬光大。

对《阴阳应象大论》中 一段文字的见解

《内经·阴阳应象大论》里有一段文字写着：“天不足西北，故西北方阴也，而人右耳目不如左明也；地不满东南，故东南方阳也，而人左手足不如右强也”。这段经文，很多注家都把天、地当作实质的天、地，并把东、南、西、北也当作我国版图的东南地低，气候炎热为阳，西北高原，气候寒冷为阴。如果照这样解释，怎么与人体的耳、目、手、足联系得上呢？我在这篇文章里反复推敲，体会到古人写文章，有一种习惯，不愿把一个名词，在同一篇文章里，重复的写，令人生厌，总喜欢另找一个名词来代替，使人感到新鲜。这种习惯，在古代文章里，是不乏先例的。

这段文章的天、地、东、南、西、北，究竟是指什么呢？我的体会：天为阳，地为阴，这里就是以天、地来代替阴、阳。按古人习惯，对东、南、西、北的定位，是上为南，下为北，左为东，右为西，这里就以东南代替左、西北代替右。

实际上又是以左代替阳，以右代替阴。因为在《阴阳应象大论》这篇文章里，已有“天为阳，地为阴”，“左右者，阴阳之道路也”的句子。更因为这篇文章主要是论述阴阳，所以反复的变换，避免阴阳两字，过于重复。这是我体会的第一点。

基于以上的理由，应该体会到，医学是讲具体实质的东西，光讲阴阳空名词，有何用处？这段文章里的阴阳，应该是指气、血而言。根据中医的理论，气为阳，血为阴。阳气上行盛于左，故人的耳、目，左明于右；血气下行盛于右，故人的手、足，右强于左。这种现象，平时不会有感觉，要在某种病理情况下，才反映出来，所以才有“左右者，阴阳之道路也”的说法。这样联系起来，就不会感到这段文章里的天、地、东、南、西、北不好解释了。这是我体会的第二点。

至于气血为什么有左右、上下，盛虚之分，此中奥妙，尚难尽解，限于水平，不敢妄议，存此以待高明。

三焦的我见

中医学里有一个名为“三焦”的脏腑，最使人费解，因为在现代医学里，找不出这个器官，中医学里又说的有声有色。这应该怎样解释呢？

我们知道，三焦问题，从《内经》、《难经》开始，说的就不一致，历代医家也都在探讨，主要是《难经》里说，三焦是有名而无形，引起争论最大，可是主张有形的，也没作出定论。并且三焦这个器官，功用很特殊，也说不清所以然的原因，所以至今仍在争论。

我从中医角度，谈谈我的看法。