

城 医 论

吴维

医
话
选

吴维城 著



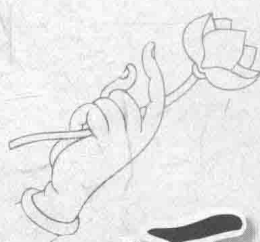
五先

平 政 道 元

者
疾
病
及
其



南方出版传媒
广东人民出版社



吴维城 医论

吴维城◎著

医话选

SPM

南方出版传媒
广东人民出版社

·广州·

图书在版编目(CIP)数据

吴维城医论医话选 / 吴维城著. —广州: 广东人民出版社, 2018.12

ISBN 978-7-218-11867-3

I. ①吴… II. ①吴… III. ①医论—汇编—中国—现代 ②医话—汇编—中国—现代 IV. ①R249.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第137982号

WU WEICHENG YILUN YIHUA XUAN

吴维城医论医话选

吴维城 著



版权所有 翻印必究

出版人: 肖风华

责任编辑: 杨 琬 皮亚军

装帧设计: 友间文化

责任技编: 周 杰

出版发行: 广东人民出版社

地 址: 广州市大沙头四马路10号(邮政编码: 510102)

电 话: (020) 83798714(总编室)

传 真: (020) 83780199

网 址: <http://www.gdpph.com>

印 刷: 佛山市迎高彩印有限公司

开 本: 889毫米×1194毫米

印 张: 7.5

字 数: 180千

版 次: 2018年12月第1次印刷

定 价: 30.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社(020-83795749)联系调换。

售书热线: (020) 83790604 83791487 邮购: (020) 83781421

作者简介



吴维城（1944-）：男，主任中医师，省、市名中医。广东佛山市顺德区人，中医世家。原任广州市中医医院院长、广州市中医中药研究所所长、广州市干部医疗保健专家、广州中医药大学兼职教授。现任广州市中医药学会副会长、国家级老中医药专家学术经验继承指导老师，全国名老中医药专家传承工作室建设项目专家。擅长男科、肿瘤、内科杂病的诊治。在医院管理、养生保健、科普宣教等工作中均取得显著成绩。



编委会



主 编 吴维城 黄德弘

副主编 祝维峰 徐雯 肖斌 蔡国才

编 委 (按姓氏笔画排序)

邓伟明 王欣 丘梅清 李磊

杨以琳 陈力舟 吴江平 高三德

黄小庆 梁洪江



岭南医学，历代名家辈出，蜚声杏林，独树一帜。新中国成立以来，广州市的中医药工作者在长期的医疗实践中积累了中医药的临床经验，特别是一些名中医，毕生奉献于岐黄事业，学验俱丰，弥足珍贵。喜闻《吴维城临证医案选》《吴维城医论医话选》二书出版。这是一件值得庆贺的大事。

吴维城，出生于中医世家，原任广州市中医医院院长、广州市中医中药研究所所长、广州市干部医疗保健专家、广州中医药大学教授。从医近五十载，临床经验丰富。擅长中医内科疑难杂症的诊治，主持医院中医男科专家门诊工作。对男性不育、阳痿、遗精、早泄、不射精、逆行射精及急慢性前列腺炎、精囊和睾丸疾患疗效显著。此外，对中晚期肿瘤，如

肺癌、肝癌、胃癌、乳腺癌等各类肿瘤采用系列扶正抑瘤中药对症治疗，确能达到缓解或减轻症状，提高生活质量，延长带瘤生存时间之目的。

《吴维城临证医案选》《吴维城医论医话选》是吴维城——全国名老中医药专家传承工作室成员团结合作、共同努力的成果，其引经据典、深入浅出地阐述了吴维城的学术思想、临床经验及医院管理心得，值得一读。

中国医学学术博大精深，医籍浩如烟海，希望这两本书的出版，能为广大中医药工作者起到提供研究祖国医药学参考资料、交流中医学术经验和启迪后学的作用。谨此，对该书出版以示祝贺。

是为序。



（作者系广州中医药大学原副校长、二级教授）



《吴维城临证医案选》《吴维城医论医话选》两书的出版是一件值得庆贺的大事。

吴维城是我院老院长，省、市名中医，又是全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师。他出生于中医世家，继承家学，毕业于广州中医学院六年制本科。从20世纪70年代初调到本院工作，至今已四十多年。他医术精湛，医德高尚，悬壶济世，服务社会，深受病者的欢迎，是一位很受同道、后辈尊敬的中医界老前辈，也是受人爱戴的医院管理者。

弘扬祖国医学，继承和总结名老中医学术经验，是我院一项长期、重要的工作。我院从20世纪80年代起就开始搜集整理、总结继承名老中医的学术经验，并陆续编印成册，供各级医务人员学习参考之用。为切实做好名老中医

药专家学术思想继承工作，探索建立中医药学术传承和推广应用的有效方法和创新模式，国家中医药管理局于2010年启动了全国名老中医药专家传承工作室建设项目，2012年我院申报了吴维城全国名老中医药专家传承工作室建设项目，并获得批准。《吴维城临证医案选》《吴维城医论医话选》二书的出版是工作室重要的建设内容。

吴维城全国名老中医药专家传承工作室全体成员团结合作，搜集整理材料，并以流畅的文笔，采用分析和按语的形式，引经据典，深入浅出地阐述了吴维城的学术思想、临床经验及医院管理心得，值得一读。这两本书对广大中医药工作者、中医爱好者具有良好的参考借鉴价值。毋庸置疑，此类名医医案、医话的整理出版是对传承弘扬国粹具有重要意义的。特书以贺之。



（作者系广州市中医医院院长、省名中医、二级教授）



吴维城医论医话选

目录

临证心得

- 中医食疗与养生保健 / 002
- 春季养生 / 013
- 中老年人的夏季养生与饮食调理 / 015
- “治未病”与秋季食疗养生 / 020
- 冬季的保健养生与饮食调理 / 026
- 冬令进补与夫妻生活 / 031
- 中老年人的饮食调理与保健 / 034
- 中医师如何辨证用药 / 038
- 中药制剂现代化的开发与拓展 / 049
- 漫谈中药香囊 / 053
- 如何防治老年人感冒 / 057
- 固肾法在治疗老年疾病中的临床应用 / 058
- 脾胃学说在临床中的应用 / 065

延长晚期原发性肝癌带瘤生存时间医案 / 069

建国后广州中草药研究概况 / 072

中医“性”回答 / 078

前列腺疾病的中医调治方法 / 083

木棉盛放 师奶捡花煲汤忙 / 087

夜饮莲子汤 安神好睡眠 / 090

应对暖冬：适当吃点“凉” / 095

夏季防“阳暑”还要防“阴暑” / 100

男人也应注意内分泌失调 / 104

体内惹湿 三招祛除 / 107

乱喝凉茶伤脾胃 / 109

精索静脉曲张可致男性不育 / 110

让男性重掌“爸权” / 112

饮尿疗法 / 118

中医医院管理探讨

入世后中医院面临的挑战与对策 / 122

浅谈美国医疗体制及管理模式对实施“医改”的借鉴作用 / 126

广州市医疗卫生代表团赴日本福冈访问考察情况汇报 / 132

增创新优势 发展广州市中医药 / 137

如何当一个优秀的中医医院中层干部 / 141

发挥中医专科特色，努力建成大专科、小综合的现代中医院 / 145

对建设广州中医药强市的一些意见 / 149

科技兴医促进中医药发展 / 155

桃李心语

至精至诚 亦师亦友 / 164

吴维城主任治疗恶性肿瘤及杂病的学术思想 / 168

吴维城主任治疗不孕症经验摘要 / 195

“阴中求阳”的思考 / 197

从师心得 / 200

吾师维城 / 203

媒体报道

静以修心 以药抑瘤 / 208

吴维城：祖辈传承的男科圣手 / 215

附录 吴维城大事年表 / 220

吴维城医论医话选

临证心得

中医食疗与养生保健



中医食疗是我国医学宝库中灿烂的明珠。由于它对一些疾病有重要的辅助治疗作用，既能佐膳，又甘香可口，营养丰富，老幼皆宜，故数千年来，深受人们的欢迎和喜爱，是中医辅助治疗疾病及病后调理的重要手段，也是针对亚健康人群预防保健、调摄养生、逐步恢复正常体能的主要方法，值得深入探讨与推广。

中药与食物同出一类。所谓食物中药就是既可供食用，又可防病治病的动植物。根据中医学中“药食同源”的理论，从古代开始即已采用这类（食）药物防治疾病与养生。如唐代孟诜著的《食疗本草》、南唐陈士良著的《食性本草》、明代汪颖的《食物本草》等都是食疗方面的专著，运用食物疗法，同样也应恪守我国医学辨证施治的理论，根据症状与病位，四诊合参，辨明寒热虚实或体质属性，结合脏腑的偏盛与不足，在医师的指导下选择相应的食疗方法。

饮食与养生保健之间的关系可以这样认为：所谓养生，是根据生命发展的规律，采取保养身体、减少疾病、增进健康、延年益寿的手段所进行的保健活动。而饮食疗法，就是按照中医的理论，通过调整食物与药物的配伍，并根据个人体质的饮食宜忌，合理地应用食物和药材巧妙结合的效果，来防病治病，增进健康，益寿延年的养生方法。

饮食是供给机体营养物质的源泉，是补益人体精气，促进人体生长、发育，维持各项正常生理机能，保证新陈代谢必不可少的条件，而饮食与药物的配伍又能纠正机体脏腑、阴阳、气血之偏盛或不足，从而达到保健养生之目的。

由于饮食疗法体现了中医医理、辨证施食、整体观念、调补脾胃、食药结合、美味可口六大特点，故深受群众的喜爱。

食疗法的实质是利用食物的四气五味和功效，通过焖、炖、焗、煲、蒸等不同的烹调方法，制成营养丰富的食品食用，发挥其营养与防病治病的作用，使机体达到阴阳平衡、气血畅顺、扶正祛邪、恢复健康之目的。

在食材的选择方面，古人很注重五谷（粳米、小豆、麦、大豆、黄黍）、五果（桃、李、杏、栗、枣）、五畜（牛、羊、猪、犬、鸡）、五菜（葵、藿、薤、葱、韭）的互相搭配，认为合理的饮食方法就应以“五谷为养”“五果为助”“五畜为益”“五菜为充”。

中医将食物的味道分为酸、苦、甘、辛、咸五种，统称五味，五种味道的归经不相同，对人体的作用也不同，如酸入肝、苦入心、甘入脾、咸入肾、辛入肺。五味调和则有助于机体的消化吸收，从而达到滋养脏腑、强健筋骨、补充气血的目的，而食物的寒热温凉特性，也能起到调理阴阳，调整或恢复脏腑正常生理功能的作用，从而有利于健康和长寿。

不同种类的食物会对应调补相应的脏腑经络，如茶入肝经、梨入肺经，粳米入脾胃经，黑豆入肾经等。不同颜色的食物对应归入不同的脏腑，如白色入肺，红色入心，黄色入脾胃，黑色入肾，青色入肝。此外，民间也有以形补形的说法，如猪脑补脑髓，猪心宁神，猪腰补肾精，猪骨强筋骨，猪肝补肝明目，猪肺

润肺等。因此，合理地调配食物，根据年龄、体质、个性、习惯、地域、气候等因素的不同予以合适的安排是十分重要的。

由于各地气候、物种、生活习惯、烹调手段的不同，食疗的种类也有很多，可分为七大类：菜肴、药饭、药粥、汤水、药酒、药茶、药糖。食疗时可视不同的病情与饮食习惯选用。

食疗在具体应用方面有以下六种类型：第一，辅助治疗疾病；第二，不同体质的亚健康人群的食疗养生；第三，不同季节的养生食疗；第四，特殊人群（如老人、孕妇、儿童）的食疗保健；第五，不同区域人群（如山区、平原、南方、北方）的食疗；第六，针对特殊部位如五官、皮肤、关节、五脏等的食疗。食疗有着博大精深的文化内涵，是中医养生的重要组成部分。尤其是亚健康人群、中老年人，应根据不同的体质选用不同的药食配伍，对证施食，才是比较科学健康的饮食方法。

采用饮食疗法也要有所节制，进食要定时适量，不能过饱。对一些内脏类的如肝、脑、肾等胆固醇高的食品，有高血压、高脂血症的人群，就要少吃或不吃。这类食物味道太重，对身体不好。《黄帝内经》中就记载了食味不能太偏，如太咸的味道会使血液流通不畅，太苦的味道会使皮肤干燥、脱毛，太辛辣的味道会使筋脉痉挛，太酸的味道会令肌肉萎缩，太甜的味道会引发骨痛和脱发。总之，食疗应以清淡为主，忌进食肥腻、油炸、炙烤、刺激及变质食品，按不同体质适当调整人体的阴阳气血平衡，达到“阴平阳秘”的生理状态。

根据中医的理论，人一共分为九大体质：第一，正常体质：体力强壮，面色润泽，思维敏捷，眠食均佳，二便正常；第二，阴虚体质：形体消瘦，手足心热，口咽少津，便干尿黄，喜冷怕热，应以养阴清润的方法调理，如沙参、玉竹、马蹄、石斛等煲

瘦肉汤；第三，阳虚体质：面色淡白，体胖畏寒，口淡便烂，喜热怕冷，手足不温，应以温养助阳的方法调理，如姜枣煲羊肉；第四，气虚体质：面色苍白，气短声低，纳呆乏力，健忘多汗，应以益气健脾的方法调理，如西洋参或党参、淮山煲肉汤；第五，血虚体质：面色萎黄，头晕心悸，失眠多梦，不耐劳作，应以补血养血的方法调理，如杞子、莲子煲肉汤；第六，阳盛体质：声高面赤，口苦咽干，急躁易怒，小便焮热，大便熏臭，应以泻火润燥的方法调理，如白萝卜、生菜、白菜、霸王花、菜干煲肉汤；第七，血瘀体质：面色晦滞，眶唇色暗，肌肤干燥，应以行气活血的方法调理，如木耳煲鸡或瘦肉；第八，痰湿体质：虚胖易倦，嗜睡懒动，口中黏腻，大便溏烂，应以化痰祛湿的方法调理，如淮山、生薏仁、芡实、煲瘦肉汤；第九，气郁体质：面色暗沉，精神郁闷，多愁善感，沉默寡言，胸闷不舒，时欲叹息，应以理气解郁的方法调理，如陈皮、生姜煲鸡或鸭，或多吃些淡水鱼类，如用姜、葱、蒜、陈皮等蒸或焖四大家鱼。

在体质辨识正确的前提下，再根据中医按证施食的原则分十大类介绍岭南与港澳地区常用的100种食疗方法，这些食疗方法都有针对性强、配料简单、烹调方便、味道鲜美、营养丰富、防治结合、效果明显的特点，深受人们喜爱。

一、调理脾胃类

食疗中所用到的食物，可根据所调补的脏腑经络的不同，分为以下几大类：

1. 鲫鱼1条或鳙鱼鱼头1个，生姜3片，煲豆腐、芫茜、葱花汤。善治胃火炽盛致口干、口苦、口臭、牙痛等证。亦可作夏季