

「珍藏版」



懒兔子
著+绘



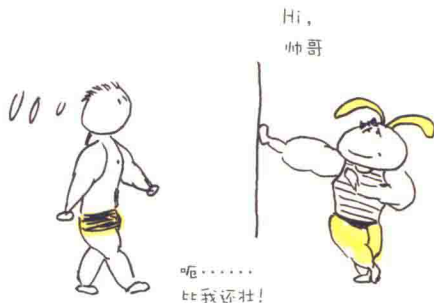
懒兔子漫画中医

医本正经

我不减肥了，我就要吃，就要吃，
胖死算了，
别管我!!!

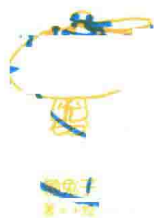


“晒斑岛”这个名字怎么来的，你们有数了吧？



「珍藏版」

医本正经



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

医本正经：珍藏版 / 懒兔子著绘. —北京：科学技术文献出版社，
2019.3

ISBN 978-7-5189-5244-1

I. ①医… II. ①懒… III. ①常见病—中医治疗法 IV. ① R242

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 024816 号

医本正经 (珍藏版)

责任编辑：杜新杰 王治华 产品经理：王若冰 特约编辑：陈阿孟

出版者 科学技术文献出版社

地址 北京市复兴路 15 号 邮编 100038

编务部 (010) 58882938, 58882087 (传真)

发行部 (010) 58882868, 58882870 (传真)

邮购部 (010) 58882873

官方网址 www.stdp.com.cn

发行者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印刷者 天津旭丰源印刷有限公司

版次 2019 年 3 月第 1 版 2019 年 3 月第 1 次印刷

开本 880×1230 1/32

字数 225 千

印张 10.5

书号 ISBN 978-7-5189-5244-1

定价 49.80 元



版权所有 违法必究

购买本社图书，凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者，本社发行部负责调换。

前言

如果，时光
可以重来

我的父母都是下乡知青，两人18岁就去了内蒙古。一待就是整整30年。

我是在他们27岁那年出生的，一岁时，我就被送回了父母的老家——南京。从那以后，我就一直和我的爷爷奶奶、姥姥姥爷生活在一起。周一到周五爷爷奶奶管，周末姥姥姥爷管。

* * *

我爷爷奶奶都是高级知识分子，在20世纪80年代就已经是名校的教授，他们对我的学习有很高的要求，管束严格。可还是应了“富不过三代”的那个说法，知识也是财富的一种，智商和学习能力这件事儿，到了我这一辈，算是彻底没落了。

每次拿到我的考试成绩，爷爷都会暗自叹息，我总开

导他：“一个家庭的知识总量是有限的，我们家的知识都被您和奶奶占用了，留给我们后代的，不多啦……”



上了高中以后，爷爷奶奶逐渐接受了我是一个学习不太好的孩子这个事实。他们对我的要求也降低到只要能考上大学就好，自费的也行。不能没学上，这是他们给我的底线。于是我严格按照底线要求，上了一所很普通的大学，选择了一个普通专业，成了一名普通的胖学生。

从进入大学的第二学期开始，大家都慢慢清闲下来的时候，我开始变得很忙。因为第一学期我挂掉了高等数学和高等物理两门课，我先是忙着补考，后来忙着重修。叔叔姑姑们看到我寒假回家还在看高等数学的书，特别高兴，说我总算开窍了，知道用功了。只有爷爷奶奶很冷静，他们淡淡地替我解释：“如果不是开学要补考，怎么可能大过年的看数学书！”

文化人确实很难糊弄，知识分子最难搞，还是我姥姥姥爷好，他们没啥大文化，我放假回家他们只关心我的体重，胖了就高兴，瘦了就着急，对我的要求就是身体好。所以在姥姥姥爷面前，我总是最棒的。



我这辈子，除了大学那四年，其他时间几乎都在南京。爷爷奶奶、

姥姥姥爷承担了我成长岁月中所有的吃喝拉撒、喜怒哀乐。两边的家里，第三代都有七八个孩子，唯有我，是一直和他们在一起生活的。他们看着我长大，我看着他们老去。



姥爷在他 70 岁那年的春节突发心脏病，猝然离世。前后不到几个小时，在我们还没有反应过来的时候，他就这么干净利索地走了。直到很久，我都没能回过神来，总觉得他还在，他总是皱着眉头在楼梯口嘱咐我和表姐，出去玩儿早点回来，到处都是坏人。

那年我 20 岁。



十多年后，大概在 2010 年，身体一向很好的奶奶，突然被发现得了阿尔茨海默病。说是突然，其实只是那时候被确诊了而已，之前她已有很多症状，只是因为不懂医，所以被完全忽略了。比如说，她开始变得多疑、胆小，总觉得家里有人要害她，要偷她的东西。常常刚刚吃完饭就忘记了，怪我们不给她饭吃，却对小时候的事情如数家珍。拉着我说话，动不动就是“那是 1933 年的冬天……”

在我眼里，奶奶成了一个爱回忆的脾气古怪的老太太，可是她其实是生病了，而我们一无所知，错过了给她治疗的最佳时间。

后来，一直保持读书习惯的奶奶已经无法阅读了，她的思想开始变得非常混乱，会情绪不稳定，会走丢，会哭闹。再后来她常常生病，

无法自己吞咽，呼吸困难。全家人就这么束手无策地把她送进医院，看她在病房里躺着，用呼吸机和鼻管维持生命。

那时候的她，成了婴儿，不认识任何人，唯一知道是亲人的，就是我爷爷。她总是拉着我爷爷的手，低声地喊：“爸爸，爸爸……”这个她深爱的男人，在她脑海里也早就消失了，她记得的，其实是她的爸爸。

奶奶这辈子看过那么多的书，做过那么多的学问，在最后的时光，全部在她的记忆里化为灰烬。她深爱的这些亲人，化为灰烬。她人生所有的过往和经历，化为灰烬。

而我，作为一个“陌生人”，就这么看着她的生命一点一滴地从身体里剥离。

我什么也没为她做，因为我什么也不会。



爷爷在奶奶去世后不久，也住到了医院里。爷爷好幸运，头脑一直非常清晰，讲什么都记得住，没事儿就在病房里听大戏。我跟他讲很多的家长里短，他跟我讲很多的“台湾政局”。可是他总咳嗽，不停地吐痰，他睡不好觉，腹痛难忍。

他一身的问题，上至肺部感染、心脏病，下至胰腺癌、前列腺癌。而在这期间，家人的饮食护理不当，也给他的身体不断增加负担，导致病情一直恶化。可是爷爷的求生意志非常强，他居然扛过了手

术后在重症监护室的那一个月。当时 93 岁高龄的他离开重症监护室时，医生也说这是个奇迹。

但是在仅仅几十天后，爷爷因为清晨的时候一口痰卡在气管，就这么突然走了。

我什么也没为他做，因为我什么也不会。



四位老人中，就只剩下姥姥了。姥姥平时一个人住，家里有个住家的阿姨。姥姥身体一直很好，94 岁了，还能下楼去买菜，和邻居聊家常。我女儿最喜欢吃太姥姥烧的鱼，每次我们回家，姥姥都亲自下厨，左手拿菜刀，土豆丝比我切得细多了。

当时我已经开始学习中医，可是因为不住在一起，不能常常见面，所以很难时刻照顾她，也只能嘱咐阿姨多做些清淡的食物，少油腻。可是去年四月，姥姥感冒了，她对谁都没说，等我姨妈她们回家看她的时候，已经咳嗽得有点喘了。

将姥姥送到医院后，二话没说就被医生留下住院。因为有咳嗽、发烧等症状，被确定为肺炎。大剂量的抗生素和退烧药就这么不由分说地全用上了。等我赶到医院时，姥姥身体已经被插满了管子，因为用了退烧药物，身上的汗水把衣服全都浸透了。

可是，烧退了又烧，医院就反复使用抗生素和退烧药。肺部淤积了大量的痰涎，护士就用吸痰器，从嘴里伸到气管吸。由于要不停地转

动管子，捣来捣去，姥姥嘴巴和气管全破了，吸出来的除了痰，都是血。

姥姥刚进医院的时候，是严重的咳嗽，但神志清醒，精神状态也还好。但是在医院待了三天后，神志基本已经迷糊不清。她没法说话，不能吃饭，无法喝水，所有的意愿都只能靠眼神表达。我好着急，去找医生问可不可以用中药，医生说，这是西医院，如果要用中药，只能转院。医生态度很好，也很负责，可是西医的治疗方法，实在让我无法苟同。

我跟我妈说，我们把姥姥带回家自己治疗好不好，让我来治疗好不好？可是我妈说，姥姥年纪太大，现在情况已经很危急了，如果这样折腾回家，出了事谁来承担责任？她说得对，舅舅姨妈们不会同意的，我也没有万全的把握。

听了这话，我怕了。我只能趴在姥姥身上嘤嘤地哭。我知道，此时每一滴抗生素都在熄灭姥姥身体里的阳气，每一次打退烧针，都会让她元气大伤。她最后的生命力，就随着这一身身的汗，快速地消耗掉了……

姥姥原本只是感冒咳嗽，如果一开始就用中医治疗，绝对不至于会这样，绝对不至于！

18天。一场感冒夺走了我身边最后一位老人的生命。在姥姥临去世的那天早上，她突然清醒，拉着我的手，含混不清地说：“回……家……回……家……”那是姥姥对这个世界说的最后一句话。

我什么也没为她做，因为我不敢承担治不好她的后果。我是一

个胆小鬼。



爷爷奶奶、姥姥姥爷，他们曾经是我生命中的天，现在都已经不在了。他们不在了，大家也就散了，我再也没有“老家”可回。除了姥爷，走的时候不那么痛苦，另外三位老人，走前都“受尽折磨”。

那么爱面子的爷爷，那么爱漂亮的奶奶，那么会收拾自己的姥姥，在人间最后的日子，都是一丝不挂，身上插满了管子，大小便失禁。那一辈子的自尊自爱，到最后都和衣服一起，被扒光丢弃了。

而我，被他们一手拉扯大的我，什么也没有为他们做，因为我学中医太晚了。



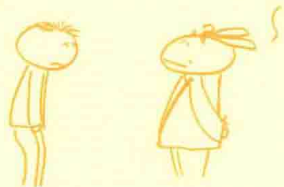
如果老天爷可以给我一个重新来过的机会，我想对爷爷奶奶、姥姥姥爷说，让我来照顾你们，让我来治疗你们。姥爷，心脏病中医可以治，不用开刀。奶奶，阿尔茨海默病中医可以预防，喝点儿药，按按脚就好了。爷爷别怕，即使癌症来了，中医一样可以让你带癌生活，保证质量。姥姥，治疗感冒咳嗽我最拿手了，我一定可以让您好起来。

可是，这世界上没有重来……

2017年的春节，我过得特别孤单。大年初一的早上，我和爸妈就静静地待在家里，无处拜年。

兔子，快救我……

你怎么了？



①

我失恋了，睡不着觉，
吃了很多药都没用。



②

怎么会
失恋了呢？



什么药？快说啊！

新的女朋友。



⑤

几个月后……

嘿！兔子！

精神不错嘛！



⑥



第一章 我们都应该知道的那些事儿

- 01 我们到底不舍什么，拿健康去做了交换？ 002
- 02 注意力让我们生病了 005
- 03 是什么导致了我们的无效治疗？ 012
- 04 大汗过后伤大汉，这个你知道吗？ 018
- 05 冬天游泳是在用生命锻炼身体啊…… 025
- 06 我该拿什么奉献给你，我的肉体？ 033
- 07 肥减得好不好，只有自己知道 041
- 08 疾病的来路就是去路 051
- 09 漫画：生活的真相 057
- 10 睡眠不好，有没有想过是因为吃得太多、太好了？ 061
- 11 你真的以为酸梅汤就是一种饮料吗？ 067

第二章 这些常见病，我们都可以自己搞定

- 01 舌头的颜值你懂吗？ 074

- 02 药应该怎么吃才是对的？ 080
- 03 小柴胡颗粒，你用到它疗效的十分之一了吗？ 084
- 04 咳嗽的真相——五脏六腑都能让你咳 090
- 05 真正的家用咳嗽治疗实用手册（外感类） 102
- 06 家用咳嗽治疗实用手册（内伤篇） 107
- 07 中医里脚气不是病，是症状好吧！ 114
- 08 那些年我们都有的便秘 121
- 09 偏头痛的前世今生 126
- 10 头顶痛，哪个单位来管管？ 133
- 11 胃不好，也会头痛 138
- 12 那个社会小青年要是知道这个方子，也不必受那么多罪了 143
- 13 牙痛不是病，疼起来要人命 147
- 14 尿道炎的治疗 154

第三章 女人就应该对自己好一点儿

- 01 乳腺增生摸摸就能治好了 160

- 02 宫颈糜烂是因为性生活过多？我们都呵呵了 166
- 03 子宫肌瘤科普——让认字儿的人都能看明白 174
- 04 生二胎是力气活，你的气够用吗？ 181
- 05 生孩子，你给TA的肾精准备好了吗？ 188
- 06 医案：阴道炎的自我治疗 196

第四章 父母是孩子最好的医生

- 01 小儿感冒发烧可以选择的中成药 204
- 02 小儿剧烈阵发性咳嗽怎么办？ 207
- 03 儿童手足口病 211
- 04 疱疹性咽峡炎，是哪根经出了问题？ 215
- 05 小儿积食引起的咳嗽 223
- 06 小儿腹泻——你读懂便便给你发出的信息了吗？ 225
- 07 小儿抽动症和肝不得不说的关系 230
- 08 小儿疝气的问题，是个什么问题？ 236

第五章 其他家庭常见病医案

- 01 医案：简单的办法治好了一身怪病和多年的顽疾 244
- 02 医案：治疗全身乱七八糟的病 250
- 03 医案：有痔疮的朋友看过来，看过来，看过来！ 255
- 04 医案：高血压的自治 259
- 05 医案：痛风用乌鸡白凤丸，真的可以！ 262
- 06 医案：脾咳和阴道湿疹 265
- 07 医案：肺炎的治疗 269
- 08 医案：鼻炎 275

第六章 中医杂谈

- 01 到了医院，你应该跟医生说什么？ 284
- 02 去医院检查什么毛病都没有，可是你却病了，这是怎么回事儿？ 292
- 03 在做仪器检查时，你可曾知道那些生命不能承受之副作用？ 301
- 04 中医里神奇的“左病右治”你可知道？ 310
- 05 辟谷，你真的准备好了吗？ 318

第一章

我们都应该
知道的那些事儿

其实都怪我，
我嫌我女朋友胸小，
结果她去隆胸，
隆完就和别人好上了。



③

唉，古人早就说过，
女大不中留啊……



那我该怎么办呢？
给我点儿治失眠的药，治脾胃的药，
治抑郁的药，治……



④

好了，好了，
你现在只需要一味药。

找了新的女朋友，
我什么病都好啦！



⑦

这就是中医，
治病治根儿！



⑧

我有个朋友，自小就很漂亮，一直是“那些年我们一起追过的女孩儿”，享受过美貌带给她的很多“额外”幸福。时光荏苒，岁月并没有因为她的美貌而对她们有所眷顾，如今已经40岁出头的她，同样要面临身体衰老带来的种种变化。意外地，她绝经了。

她为此特别害怕和着急，四处求医，不是因为绝经本身，而是因为她怕绝经后会加速衰老，让她引以为豪和习以为常的美貌就这么失去了。

她去看医生的时候跟医生说：“一定要治好我的绝经，相比之下，我宁愿有心脏病。”

与衰老相比，她宁愿有心脏病。为什么呢？因为她怕失去她比别人多出的美貌，她的拥有反而成了负担，成了魔怔。她之所以不在乎心脏，是因为她并没有比别人“更加”拥有，健康的的心脏是大多数40岁人的标配，所以没什么可珍惜的。

当官的人，最怕失去的是权力；有钱的人，最怕的是经济破产；学霸，最怕失去的是高分；美人，最怕失去的是美丽……那些远比别人更多的“拥有”，反而成了人生的负累——我们最怕的其实不是得不到，而是失去！