

红楼梦 林漫话

徐泽 杨康 王思勤 编著



兰州大学出版社

7.411

150
《红楼梦》医林漫话

徐 泽 杨 康 王恩勤 编著

兰州大学出版社出版

(兰州大学校内)

甘肃静宁县印刷厂印刷	甘肃省新华书店发行
开本: 850×1168毫米 1/32	印张: 5
1989年12月第1版	1989年12月第1次印刷
字数: 131千字	印数: 1—3500册
ISBN7-311-00263-X/G·84	定价: 1.60元

序

《红楼梦医林漫话》，顾名思义，是以聊天说地及不拘形式的方式来写《红楼梦》中的医学的。曹雪芹这个伟大的文学巨著，无所不包，说它是部大百科，也不为过。

这本书的作者，徐泽、杨康、王迅勤三位青年人，酷爱《红楼梦》，职业又属医学范畴。在刻苦钻研医学理论的同时，反复研读《红楼梦》，自然而然将书中有关医疗方面的问题，和自己的实际医学联系了起来，产生了编写这本书的强烈愿望。在两年多的时间里，查阅了大量的书刊报纸，收集了有关资料，日以继夜地编写了这本《红楼梦医林漫话》。这可以说是我国医学工作者从横向联合古典文学名著，作出来的可喜成果。

由于作者是八十年代青年，在书中特别注重科学性、知识性、趣味性，并从中西医角度阐明疾病防治、中药方剂、饮食与人、养生保健等等，将《红楼梦》中有关情况，和医学紧紧联系在一起，或以某件事为引，或以一个人物为例，写出了一个个构思新颖、情节生动的小故事。尤其是将许多传说、神话、谚语、诗词歌赋自然融汇在一起，写来妙趣横生，使人读后如嚼橄榄，饶有余味。

这本书的出版，对促进人们重视我国古典文学作品中医学方面的描述，向人民群众介绍医学常识，以及对《红楼梦》多方面的研究，都是有积极意义的。因而特向广大读者推荐。

端木蕻良

1987年12月20日于北京

目 录

疾病篇

红楼人物夭折多·····	(1)
失眠索疑·····	(3)
漫谈“不足之症”·····	(5)
红楼汗症小析·····	(7)
从贾宝玉梦遗及贾瑞的滑精症说起·····	(9)
“春癣”与“蔷薇硝”·····	(12)
令人讨嫌的“癩疮”·····	(14)
凤姐的下红症·····	(15)
说痔疮·····	(17)
烫伤琐谈·····	(19)
儿科重症话“惊风”·····	(21)
痰症知多少·····	(22)

情志篇

切不可象林妹妹那样疑心重重·····	(24)
感时花溅泪 恨别鸟惊心·····	(27)
林黛玉的忧郁症·····	(29)
一句戏言引起的病·····	(31)
心理疗法拾趣·····	(32)
不可小看情志与疾病·····	(34)

方药篇

槟榔·爱情·驱虫药·····	(39)
重阳话菊·····	(40)
御封仙丹——人参·····	(43)
不费分文的灰条菜·····	(47)

从冷香丸话药引	(49)
闲话花椒	(51)
孕妇用药需谨慎	(53)
从“至宝丹”谈中医急救三宝	(54)
补食兼优的燕窝	(56)
从“温药”话服药技巧	(58)
方剂之中谁为君	(60)
从玫瑰芍药花枕话药枕	(62)
花中君子——荷	(63)
饮食篇	
红楼酒话	(65)
红楼粥话	(68)
闲话腊八粥	(70)
医食兼优话萝卜	(72)
西瓜漫话	(75)
金秋时节话蟹饌	(77)
南园苦笋味胜肉	(80)
请君多食菇	(81)
平淡而神奇的扁豆	(83)
造福于人类的——猪	(85)
从酸梅汤话冷饮	(88)
百果之宗——梨	(90)
枇杷不是这琵琶	(92)
茶话	(93)
从《桃花行》话桃	(95)
基础篇	
察官观色论	(99)
中医话“火”	(101)
谈谈“正气”与“邪气”	(102)

史湘云话阴阳·····	(104)
方寸之间学问深·····	(106)
保健篇	
贾府的卫生观·····	(109)
从洗手说开·····	(111)
顺时颐养·····	(114)
“老健春寒秋后热”释·····	(115)
气功略谈·····	(117)
妙玉走火入魔给练气功者的启示·····	(119)
从刘姥姥饮食失调话饮食·····	(120)
从平儿施粉面想起的·····	(123)
杂说篇	
红楼探梦·····	(124)
从林黛玉的咳嗽话气象病·····	(129)
“回光返照”释·····	(131)
谈谈“以毒攻毒”·····	(132)
“药王”知是谁·····	(134)
写给“同性恋”患者·····	(136)
危重病人难过的关·····	(139)
病笃乱投医解·····	(140)
从蠲水话水·····	(142)
从毛半仙“看病”谈巫医·····	(144)
素谙医理的薛宝钗·····	(146)

红楼人物夭折多

按《红楼梦辞典》所说：有姓名或无姓名但有描写者共计443人。那么，不算吞金而逝的尤二姐；投井而亡的金钏儿；上吊魂脱的鸳鸯等，仅就其中地位显赫的人物来分析，夭折早亡者便有10余人之多。

宝玉的大姐元春，贵为妃子。虽然享受着荣华富贵，但由于长期幽闭深宫，难免有旷怨之苦。在省亲时，曾对父亲贾政说：“田舍之家，虽齑盐布帛，终能聚天伦之乐；今虽富贵已极，骨肉各方，然终无意趣！”选入凤藻宫后，安逸少动，遂得痰疾，某日因染受外邪，触引旧病，而命归黄泉。

林黛玉虽有倾国倾城貌，却是多愁多病的身。用她自己的话说：自生下来就离不开药，后到贾府一直用人参养荣丸、天王补心丹、燕窝粥等药物调养。她的病属“不足之症”，经常犯的病是咳嗽、失眠、盗汗、感冒、吐血等，其中尤以咳嗽为严重，每到孟春必然复发或加剧。稍受风寒就发热感冒，后由于嫁宝玉不成，在宝玉与宝钗大婚吉庆日子的鞭炮声中，一命归天。

凤姐是贾琏之妻。她容貌出众，“一双丹凤三角眼，两弯柳叶吊梢眉，身量苗条，体格风骚，粉面含春威不露，丹唇未启笑先闻”，但胸藏巨奸，象“毒设相思局”、“弄权铁槛寺”，都表现了她狠毒的一面。她是一个“嘴甜心苦，两面三刀；上头一脸笑，脚下使绊子；明是一盆火，暗是一把刀”的人物。由于她过度的争强斗智，小产之后，兼失保养，竟得血山崩。以后迁延日久，屡次复发加重，最后“骨瘦如柴，神情恍惚”，只好到金陵归册。

贾蓉之妻秦可卿，经期不调，夜间不寐，肋下胀痛，心中发热，头目眩晕，自汗，不思饮食，精神倦怠，四肢酸软。开始认为是怀孕之喜，后请得张太医诊治，考虑为忧虑伤脾、肝木亢旺

所致，虽经医治，还是魂归极乐。

宝玉的丫环晴雯，初时仅患感冒，复劳加重，后被王夫人赶出贾府，心灰意冷。又因失于调养及治疗，渐为女儿痨，最后抱屈离世。

秦可卿之弟秦钟，“秉赋最弱，因在郊外受了些风霜，又与智能儿偷期缱绻，未免失于调养，回来时便咳嗽伤风，懒进饮食，大有不胜之态”。后因水月庵智能儿找到秦钟家中，被其父发现，又受笞杖。本来宿疾未愈，又见父亲气死，便添了许多病症，不久便移床易簀。宝玉虽在他弥留之际一会，也无法把他挽留人间。

贾迎春老实无能，懦弱怕事，嫁于孙绍祖。“可怜一位如花似月之女，结褵年余，不料被孙家揉搓以致身亡”。

贾瑞被王熙凤数度勾引，毒设相思局，不到一年诸病蜂起，尤以滑精频频，终因脱精而亡。

香菱受气悲忧，遂得干血癆一症，后因“产难完劫”。

还有宝玉的胞兄宝珠，即李纨的丈夫，书中虽未交待死于何病，但早年夭折却毫无疑问。

一般人到底多大年龄才算正寿呢？近代生物学家巴风认为：一般哺乳动物的最高寿命，相当于它生长期的5—7倍，人的生长期是20~25年，最高寿命应为100—175岁。《内经·上古天真论》云：“上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰。”之所以这样，是因为“上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去”。祖国古代医学的这一段论述，与现代研究的结果是相符一致的。

《红楼梦》人物夭折来看，大多数都是妃子、公子小姐、高级奴仆。由于他（她）们自幼都过着衣来伸手、饭来张口的生活，过于安逸，缺少必要的锻炼，又由于他（她）们或争强好斗，或思淫不遂，或病后失养，或千愁难解等等，因而严重地违

背了正常的生活规律，使他们都落得个早天的下场。

可见，“法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳……形与神俱”是多么的重要。

失眠索疑

失眠，是指经常不能获得正常的睡眠而言。轻者，或入睡困难，或睡而不酣，时睡时醒，醒后不能再睡。严重者可彻夜难寐。对每个人来说失眠都是难免的。《红楼梦》第二十七回中就有林黛玉因夜间失眠，第二天起来晚了，担心众姐妹笑她而感到不好意思的情节。

一般来说，成年人每天需要7~8小时的睡眠时间。当然，由于年龄、习惯、体质和生理情况不同，所需要的睡眠时间也有异。有的成人只需睡5~6小时即可，而生长发育期以前，年龄越小，所需要睡眠时间也就越长。当人睡眠不足时，就会出现白天想睡觉，工作效率不高的情况，严重的可出现注意力分散，记忆力下降，头昏头痛，视觉模糊，食欲减退，四肢乏力，困怠懒言等症状，同时，失眠是男女有别的。从40岁以上的慢性失眠者来看，妇女约占80%，这种性别的差异可能与更年期综合征以及其它生命周期有关。

哪些原因可以引起失眠呢？

先让我们看看曹雪芹在《红楼梦》中对失眠原因的描述吧。这晚湘云、黛玉同宿在潇湘馆中，“黛玉又是个心血不足常常失眠的，今日又错过了困头，自然也是睡不着。二人在枕上翻来复去。黛玉因问道：‘怎么你还没睡着？’湘云微笑道：‘我有择席的病，况且过了困，只好躺躺罢。你怎么也睡不着？’黛玉叹道：‘我这睡不着也并非今日，大约一年之中，通共也只好睡十夜满足的……’。”可见黛玉与湘云的失眠有一个共同的原因：

“过了困头”。另外，湘云是因择床而引起的一次性失眠，黛玉是

因“心血不足”而致慢性失眠。现代医学研究结果表明，约有40多种因素可导致失眠，如：或因生活习惯、环境不适宜；或发生特殊事情、焦急、忧虑、烦闷、恐惧不安；或因饮用咖啡、浓茶、酒以及饥饿、疾病和精神创伤等等。不过，最主要的是心理和精神上的异常。

祖国医学称失眠谓“不寐”。从理论上讲，睡眠是阴阳消长平衡的一个过程。阳气入于阴便成睡寐，阳气出于阴则为觉醒。在整体上与日月阴阳相应。天人一体，保持着阴阳协调。由此可知，人的睡眠异常的根本病理是“阴阳失调”。另外，还有“思虑不节”，“心虚不眠”，“胆虚痰扰，老弱不眠”，“阴虚阳亢，烦躁不寐”，“胃不和，卧不安”等原因。《古今医案按·不寐》中说：“辗转床褥，必求其寐，愈不肯寐，更生烦恼，去寐益远。”可见，为失眠而焦急的本身，就是造成失眠的一种原因。

怎样才能预防失眠呢？首先应当定时作息，按时入睡。临睡前不要高谈阔论，不要进行剧烈活动，保持平静的心情。身心的轻松舒畅是睡眠的必要条件，若在床上辗转反侧才能入睡的人，每天晚上应当推迟2~3小时睡觉，直至找到一个最合适的睡眠时间，这样一上床即能很快入睡。唐代养生家孙思邈就主张：睡前要注意勿高歌、勿大悟，安静而易入眠。睡时应闭口，脚勿高悬；睡时要灭灯，头边勿置火炉。卧室不应当风吹，尤其是头耳部位。还提到春夏与秋冬卧的方向应不同，这都是值得我们借鉴的。当然，如果是因疾病或精神因素引起的失眠，就要找出病因对症治疗。

古人研究，正确睡觉的姿势也能有助于睡眠。明代医家龚延贤在《寿世保元》“附睡法”一节中说：“睡不厌蹠，觉不厌舒。蹠者，曲膝蹠腹，以左右胁侧卧。修养家所谓狮子眠是也。如此则气海深满，丹田常煖，肾水易生，益人多宏。”清代曹慈山在《老老恒言》中也说：“卧宜右侧以舒脾气”。古人并不主张仰

卧，孙思邈说过：“孔子不尸卧。”从睡眠的姿势来看，以右卧为好。现代医学还强调不同的病人应有不同的卧姿。

有生活常识的人都知道，浓茶、咖啡、烟、酒等刺激物都能干扰睡眠。因此，在睡前不要吃得过饱，也不要喝浓茶与吸烟，同时要养成早睡早起的良好习惯。另外，有些化学物质能促进睡眠，如色氨酸，许多食物中含有它，有人认为它可以改善睡眠。所以，治疗失眠症，除了生活有规律之外，在饮食上也要有所选择。

漫谈“不足之症”

《红楼梦》第三回“林黛玉抛父进京都”一节中，记载了黛玉第一次跨进贾府大门，受到大家欢迎的场面：众姐妹相继来看她，“众人见黛玉年貌虽小，其举止言谈不俗，身体面庞虽怯弱不胜，却有一段自然的风流态度，便知他有不足之症。”于是，都关心地询问她得了何病？如何治疗？黛玉答道：我“从会吃饮食时便吃药，到今日未断”，“如今还是吃人参养荣丸。”

这里，我们暂且不论黛玉的治疗问题，只谈谈那“不足之症”。所谓不足之症，是由于身体虚弱而引起的一种病证。在中医学理论辩证中可分为先天不足和后天失调。先天主要指禀赋不足；后天失调包括气血阴阳虚损、五脏六腑虚损、精血津液虚损等等。不论是哪一方面的虚损，都说明人体内部的相对平衡出现了偏差，而表现在外的就是“不足”。具体地说，中医所指的不足之症，主要有阴虚、阳虚、气虚、血虚、精津亏虚等等。

所谓阴虚，包涵的内容很广，涉及到多个脏器。如心阴虚，表现为心悸怔忡、失眠多梦、健忘；肺阴虚则为咳嗽少痰、咽干口燥、形体消瘦、午后潮热、两颧红赤、盗汗乏力；若出现头昏目眩、腰膝痠软、遗精滑泄、渴欲饮水的症状，则当责之为肾阴

虚。治疗阴虚的常用方剂有六味地黄丸、一贯煎、左归丸、百合固金汤等。

阳虚是由于阳气失去温运与固摄的功能，所以可以见到面色淡白、形寒肢冷、神疲乏力、心悸气短、大便滑脱、小便失禁等症状。治疗阳虚的有效方剂有肾气丸和右归丸。

气虚多由脏腑组织机能的减退而致。常常由于久病体弱、劳累过度、年老体衰等因素而引起，表现为少气懒言、神倦乏力、头晕目眩、动则汗出、脏器下垂等。常用的治疗方剂有四君子汤、参苓白术散、补中益气汤以及生脉散等。

血虚的症候，表现为全身虚弱、面色苍白或萎黄、唇色淡白、爪甲无华、头晕眼花、心悸失眠、妇女月经量少、甚或闭经等，是脏腑亏虚、血脉失养而致。血虚症的形成，多与先天禀赋不足，或脾胃虚弱、生化乏源，或思虑过度、暗耗阴血，或有急慢性出血有关。在治疗上，多选用四物汤、当归补血汤、归脾汤等方剂。

津液不足，又称津亏。津液有滋养脏腑、滑润关节、濡养肌肤的作用，在人体中占有举足轻重的地位，切莫小看。相传，在很久以前，有位地主家的千金小姐得了干燥症。口燥咽干唇裂，皮肤干枯无华，形体消瘦，不思饮食，小便短少，大便干结。于是请了一位名医到家中诊治。这位名医除了询问病情外，还仔细观察了小姐住宅的其它情况。结果在小姐床头的窗户外，发现有一堆半人高的瓜子壳。原来，这位小姐平素喜吃零食，尤其嗜爱瓜子。名医了解了这一情况后，果断的开了处方：每日将窗外的瓜子壳一两煎水饮之，日服二次。病家按照这个方法治疗，还没有等到瓜子壳煮完，小姐的病就痊愈了。现在细想起来，这位名医确实有它的高明之处。他的处方，其意就在于补益津液。因为人在嗑瓜子的时候，必然带出一些唾液。若象小姐那样嗑瓜子成癖，久而久之，必定会丧失津液，出现津亏之症。所以在治疗时，“以其人之道还治其人之身”，结果取得了好的疗效。当

然，用嗑过瓜子壳治疗疾病，对今天的人来说是难以接受的。在此，我们不过是借用这个故事来说明津液在人体的重要作用而已。

话又得说回来，阴阳气血、五脏六腑的虚弱之症，往往不会单独出现。因为，人是一个有机的整体，脏腑气血之间有着密切的联系，一脏生病可累及它脏，所以常常在某一个人身上表现出多器官、多系统的症状，如阴血虚、阳气虚、心脾两虚、肝肾亏虚、气血不足、阴阳俱虚……。象林黛玉这样自幼纤弱多病、不经风霜的娇弱女子，来到贾府后又深居闺阁，重裘暖衾，出有车、食有鱼，手无缚鸡之力，胸积万朵愁云，咳嗽、乏力、短气、动则心慌，她的病恐怕是用某一种虚证所解释不了的。因此，我们在分析不足之症时，一定要有一个整体的、全面的、辩证的思想，切不可草率视之，莽撞用药，否则会贻误病情，甚而误人性命。

红楼汗症小析

出汗，这本是一种极为平常的现象。大凡天气炎热、大量运动或劳累行走之后，出一些汗，也是不足为怪的。如果不出汗，倒是反常了。但倘若出现无故大汗淋漓、自汗、盗汗和战汗的情况，则是一种病态，应予引起重视。

中医认为“汗”是津液代谢的产物，是由水谷精微变化而成，由气化宣发输出于皮毛、通过汗腺而排泄。“汗为心之液”，出汗过度不仅损伤津液，耗竭正气，而且还是生命垂危的先兆，因此切不可掉以轻心。

在《红楼梦》中，曹雪芹将自汗、战汗、盗汗、脱汗的症状描写得丝丝入扣，从中医辩证施治的角度看，曹氏是颇为通晓医理的。

自汗，是指不在睡眠之中，不因发汗而时时汗出，动则尤甚的症状。从中医角度看，自汗多见于阳虚、气虚之人。“阳虚则

自汗”，气虚不能固表则汗液外泄。在《红楼梦》二十九回中，黛玉与宝玉争吵之后，“又见林黛玉脸红头胀，一行啼哭，一行气凑，一行是泪，一行是汗，不胜怯弱。”黛玉本为气血亏虚之人，争吵之后，情绪激动，卫外不固，则汗随之涓涓然而下。对这样的气虚不固的自汗症，选用《丹溪心法》中的玉屏风散药方，是最为适宜的。方中用黄芪益气固表，白术健脾敛汗，防风走表而御风邪。三药配伍，相得益彰，固表而不留邪，祛邪而不伤正。方名玉屏风散，就是取其有益气固表、止汗御风之功用，有如防御风邪的屏障一样，又有珍贵如玉的意思。

在《红楼梦》第五回中，宝玉梦中看见“许多夜叉海鬼将宝玉拖将下去。吓得宝玉汗下如雨，一面失声喊叫‘可卿救我！’”宝玉梦中汗如雨下，即为“盗汗”。所谓“盗”，是乘人不备、偷偷摸摸的意思。盗汗则是睡后汗出，醒即汗止的现象。盗汗产生的原因，是“阴虚则盗汗”，心阴亏虚不能敛阳，津液外泻而致。治疗上，应选用滋阴补血、宁心敛汗的药物或方剂，如龙眼肉、茯神、沙参、远志、黄芪、党参、五味子等等，方用归脾汤加味。书中写“此时宝玉迷迷糊糊，若有所失，众人忙端上桂圆汤来，呷了两口，遂起身穿衣。”可见宝玉平素就心血亏虚，有血不养心之症。如果是体虚而盗汗，汗出多者，还可用《局方》中的“牡蛎散”治之。方中有黄芪、麻黄根、煅牡蛎、浮小麦等药，对于诸虚不足的汗症疗效较好。若是阴虚发热，面赤心煩而伴盗汗者，宜用《兰室秘藏》中的当归六黄汤。在这个方剂中除了当归之外，余下六味全是带“黄”字的药，有黄芪、黄芩、黄连、黄柏、生地黄、熟地黄，故称之为“六黄”。它的组成配伍，意在滋阴降火，益气止汗。

战汗，多发生在急性热病中，表现为发热、恶寒、战栗，甚则肢体冷凉，几经挣扎之后，全身透出大汗。战汗的发生，往往是正邪相争剧烈之时，疾病发展的转折点。若正气尚盛，则战汗之后，邪随汗解，汗出热退，邪去正安。如果战汗之后，病情仍

不缓解，烦躁不安，则为正不胜邪，是为危候。《红楼梦》十九回中，“袭人起来，便觉身体发重，头疼目胀，四肢火热……。”后来，传医诊视，开了方子，令人取药来煎好。“刚服下去，命他盖上被渥汗，”“至次日清晨起来，袭人已是夜间发了汗，觉了轻省了些。”从袭人的汗后症状分析，她属于正气尚盛一类。发汗之后，病情减轻了许多，身体也就安全无恙了。

大汗不止或汗出如油，肢体凉、气息微者，为“脱汗”。这是病情严重时，正气耗伤，阳不敛阴，气随汗脱，阴阳俱亡的危象。《红楼梦》九十八回中，描述黛玉含恨气绝时，“猛听黛玉直声叫道：‘宝玉，宝玉，你好……’说到‘好’字便浑身冷汗，不作声了。紫鹃等急忙扶住，那汗愈出，身子便渐渐的冷了。”黛玉临终的冷汗则是阳微阴绝的“脱汗”。对脱汗的治疗，当急用益气固脱救之。常用的有“独参汤”、“参附汤”等。“脱汗”的出现，提示疾病已到了危笃阶段，治疗稍不及时，后果是可想而知的。

还有些人，常常因为半身出汗而就医。其出汗的部位或见于左，或见于右，或上半身，或下半身，这正如《内经》所言：“汗出偏沮，使人偏枯”，指明了这是中风的先兆症状。由于风湿痰邪阻滞经络，气血周流不畅，不能密固而半身出汗。所以对这样一些病人，切不可等闲视之，一定要仔细诊查而处方用药，防微杜渐，防患于未然。

从贾宝玉梦遗及贾瑞的滑精症说起

某日宝玉倦怠，欲作午间小憩，贾蓉之妻秦可卿忙收拾床铺，安置宝玉。宝玉睡后，梦中依警幻所嘱之言，未免萌发男女之情，产生儿女之事。醒后袭人在宝玉大腿处触及一块冰凉粘稠湿润物，于是两人都不好意思地涨红了脸面。这是《红楼梦》中第五回所载宝玉遗精的经过。

医学上把遗精分为梦遗和滑精两种。凡做梦时同女子相交合而遗者称梦遗，而在清醒状态下，看到异性或有关文字、画面而不由自主地外溢者称滑精。成年未婚男子，或婚后夫妻分居，一月遗精1~2次，属正常生理现象。《素问·上古天真论》云：“丈夫八岁，肾气实，发长齿更。二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。”

就宝玉来说，当时大约年值十岁有五，本是情窦初开，加上整天与姐妹、女仆耳鬓相摩，所以梦与女子相交也符合其生理发育情况。这正是水满则泻、精满则溢的道理。宝玉的遗精自然就属生理性的。但必须说明，若每周两次以上的遗精，并伴有一系列症状者，就属病理性的了。

至于滑精，《红楼梦》的作者也介绍了另一角色——贾瑞。说的是贾瑞想占王熙凤的便宜，而生淫心。王熙凤便设毒计，用甜言蜜语把贾瑞哄得欲火烧身，一是在西边穿堂处骗贾瑞挨冻受风空候一夜，后又在王熙凤房后空屋里被敲诈勒索，受尿粪之沐。贾瑞可望不可及，于是相思益甚。复因受寒恼怒奔波，遂得滑精症。不到一年即骨瘦如柴，延请诸医无效。后得“风月宝鉴”，用反而照，似若骷髅，贾瑞尤还不信。又照正面，只见凤姐招手，于是云雨一番，如此数度，精脱而亡。

中医认为：患遗精之后，要清心寡欲，恬淡虚无，切忌贪念女色，以保养精气，否则就会使正气亏乏，导致各种病症发生。象宝玉梦遗之后，遂又强与袭人同领警幻所训云雨之事，是不可取的。《内经》说：“以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。”记得日本有一部小说上载：为了杀人不留痕迹，事先买通一女，将某药施于茶中或注射这种药给被害对象，使之性交不停，终至精脱而绝。这说明过频的性生活，不仅影响身体健康，甚至会损寿折命。

性生活的过程，不仅是丢失一点精液，而是机体参与的一种

全身反应。这是由于在性生活的过程中，通过皮肤毛细血管扩张，全身性肌群痉挛，换气过度，心动过速，血压升高，性高潮后的全身酥软、乏力及出汗等，由下而上、自里而外扩展到全身的强烈性反应，对人体的影响是不容忽视的。性生活消耗大量的氧及能量，尤其是神经系统更明显。其中植物神经系统不仅消耗了大量能量及氧，同时也消耗了其它重要物质、神经递质。因此，不能单单将性生活所射出精液认为仅仅是精子、果糖及少量蛋白质，而不顾全身的反应。实际上性生活全部过程，就是“精”、“气”同时消耗的过程。

饮食男女，人之大欲，既不可缺，也不可放纵。《备急千金要方》说：“人年二十者，四日一泄；三十者八日一泄；四十者十六日一泄；五十者二十日一泄；六十者闭精勿泄。若体力犹壮者，一月一泄。”较明确地说明了年龄与性交的情况，告诉人们性生活要有节制。

遗精的治疗方法很多，有中药、针刺、按摩、食疗、气功疗法等。中药不外滋阴降火、补肾固精、分利湿热等法。阴虚火旺者，知柏地黄丸。肾虚不藏者，左归丸、右归丸。湿热内蕴者，程氏草薢分清饮。气功疗法治疗遗精有独到之处，下面介绍数种功法。

1. 梦失封金匱法：《遵生八笺》说：临睡前，集中意念，呼吸平静，左右手各摩擦脐部14次，然后分别搓摩肋部各14次，并深缓细长吸气至脐下丹田。双手握拳良久，渐渐松开，弯曲下肢，侧身安卧。主治相火妄动所致的梦遗失精。正象歌云：“精滑神疲欲火攻，梦中遗失致伤生，搓摩自诀君须记，绝欲除贪是上乘。”

2. 提二阴固精法：每在大小便后，立定入静，双足分开，状如肩宽，双膝微曲，舌舐上腭，意存丹田，提肛门及外肾（辜丸），一张一弛，次数多少不拘，病轻可行18次，病重则适当增加。主治梦遗频频及精关失固的滑精。