



本书既有大量的临床实践经验，也有对医理、中药、疾病的思考，还有大量对医道的感悟，大部分内容根据授课时的录音整理而成，如今整理成册，期望能给大家些许帮助。

任之堂

余浩◎著

医道传习录



临证杂谈

天津出版传媒集团

 天津科学技术出版社

任之堂医道传习录 临证杂谈

余浩 著

天津出版传媒集团

 天津科学技术出版社

让流传千年的养生方法 融入现代生活



使用说明

微信添加一对一阅读助手获取衍生阅读资源，吸取古人养生智慧，结合现代生活习性，追求身心健康。



添加阅读助手
养生即刻开始

图书在版编目(CIP)数据

临证杂谈 / 余浩著. — 天津: 天津科学技术出版

社, 2020.1

(任之堂医道传习录)

ISBN 978-7-5576-7341-3

I. ①临… II. ①余… III. ①中医临床-经验-中国

-现代 IV. ①R249.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 285421 号

任之堂医道传习录临证杂谈

RENZHITANG YIDAO CHUANXILU LINZHENGZATAN

责任编辑: 梁旭 吴文博

责任印制: 兰毅

出版: 天津出版传媒集团
天津科学技术出版社

地址: 天津市西康路 35 号

邮编: 300051

电话: (022)23332393(发行科)23332369(编辑部)

网址: www.tjkjcs.com.cn

发行: 新华书店经销

印刷: 天津兴湘印务有限公司

开本 710×1000 1/16 印张 17.5 字数 130 000

2020 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 68.00 元

自序

术无道不远，道无术不行。

重术之人，常常轻道，总将身边的三维世界当真，总将所积累的知识当成法宝，看似越活越真，其实离道越来越远。

重道之人，不屑于论术，常认为道统天地，道生万物，术乃末流，弄得自己四体不勤，五谷不分，脱离社会，脱离生活，看似得道，其实活得虚幻。

术即是道，道即是术，道为本为体，术为显为用。脱离了道，术便是无源之水，即将枯竭；脱离了术，道成了玄之又玄，无法体会。

如吕祖所云：真常须应物，应物要不迷。

学中医也是如此，在参悟天地之造化地同时，一定要脚踏实地的临床实践，用实践去检验自己的感悟；在读书学习、积累知识的同时，一定要将知识放到天地之间去考证，自己学的知识和术，是否是片面的，适合于哪一方面，哪一领域！

本书既有大量的临床实践经验，也有对医理、中药、疾病的思考，还有大量对医道的感悟，内容根据授课时的录音资料整理成，期望能给大家些许帮助。

大家在阅读此书时，若能体会到我当时授课时的心境，能体会到我对天地万物的思考，从而激发您的思考，让您产生新的灵感，敬畏天地万物，破除前进的障碍，这就值了！

正如《清静经》所说：悟者自得！

任之堂主人 余浩

2019年11月6日书于隐竹斋

目 录

- 方药 | 重用白芷治疗慢性额窦炎 / 1
- 方药 | 肉桂引火归源的机理之我见 / 4
- 方药 | 一味鸡屎藤, 轻松治疝积 / 6
- 方药 | 小议宣阳法——从小续命汤说起 / 8
- 方药 | 闲谈“扣子七” / 13
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之一 / 19
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之二 / 28
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之三 / 39
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之四 / 46
- 方药 | 金荞麦用法 / 53
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之五 / 55
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之六 / 62
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之七 / 69
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之八 / 77
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之九 / 84
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之十 / 88
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之十一 / 93
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之十二 / 96
- 方药 | 任之课堂讲稿系列之十三 / 101
- 方药 | 任之堂泡脚方 / 104

- 方药 | 为猪油平反 / 106
- 方药 | 格猪油 / 110
- 方药 | 灵芝如何用,我来支个招 / 120
- 格物致知,今天格“金银花” / 125
- 方药 | 道家秘传生发丸 / 129
- 方药 | 声音嘶哑——任之堂临床验方 / 136
- 保健 | 任之堂保健养生手册 / 137
- 保健 | 几瓣大蒜治好的急症 / 143
- 保健 | 任之堂简便廉系列 / 145
- 保健 | 萝卜丁米饭 / 150
- 保健 | 补益顺气的猪骨萝卜汤 / 153
- 保健 | 心灵手巧 / 156
- 保健 | 艾灸系列谈(之一) / 159
- 保健 | 艾灸系列谈(之二) / 161
- 保健 | 艾灸系列谈(之三) / 164
- 保健 | 关于太极周天灸需要强调的几点 / 168
- 保健 | 这一招用好,可以化平凡为神奇 / 171
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(酒渣鼻) / 174
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(耳鸣) / 178
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(咳嗽) / 181
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(扁桃体肿大) / 185
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(膝关节痛) / 188
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(痛经) / 190
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(鼻炎) / 193

- 保健 | 常见病养护注意事项系列(脚气) / 198
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(心烦) / 202
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(失眠) / 206
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(盗汗) / 211
- 保健 | 常见病养护注意事项系列(流鼻血) / 215
- 保健 | 干活排毒素,祛病无烦忧 / 220
- 保健 | 一个动作,教你搞定大部分男科妇科病 / 224
- 保健 | 午后话茶 / 228
- 保健 | 如何养心 / 232
- 保健 | 挑四缝,治啥呢 / 234
- 保健 | 搓脚趾头缝就能治疗甲状腺疾病 / 236
- 保健 | 心绞痛发作,及时用上这一招 / 238
- 保健 | 养生常识您必知,水果能吃不能吃 / 241
- 保健 | 口腔溃疡,我有妙招 / 246
- 保健 | 春季疾病浅谈 / 248
- 保健 | 蚊虫叮咬怎么办 / 251
- 保健 | 十种治疗蚊虫叮咬的方法,总有一款适合您 / 253
- 保健 | 体质上热下寒怎么办 / 255
- 保健 | 冬季为何易阳气上浮 / 258
- 保健 | 养心山庄日常分享——厨房里的养生经(一) / 260
- 保健 | 养心山庄日常分享——厨房里的养生经(二) / 265
- 保健 | 养心山庄日常分享——厨房里的养生经(三) / 270



方药:重用白芷治疗慢性额窦炎

患者:李某,男,45岁。前额部疼痛一年,加重一个月。

患者一年来反复出现前额部疼痛,时轻时重,自认为属感冒所致,自购感冒药,服药后缓解,近一个月病情加重,呈持续性胀痛,闷痛,在当地三甲医院就诊,行头颅CT检查,诊断为慢性额窦炎,持续使用抗生素治疗一个月,病情稍稍缓解,未能治愈,不得已一边住院,一边寻求中医治疗。舌质淡,苔薄黄,左手寸脉虚细而数,右寸关浮数。

仔细询问病史,得知患者两年前前额受凉后,一直闷闷不舒,最近一年才开始出现头痛,时有鼻塞。考虑病程长久,非一般药物可以取效,思虑良久之后,处以如下处方:

白芷 50 克,葛根 20 克,川芎 15 克,天花粉 20



克,连翘 15 克,红藤 20 克,薄荷 10 克,生甘草 30 克。

患者服用一剂后疼痛消失,随即办理出院手续,采用纯中药治疗,连续服用五剂后,诸证平息。后以上述处方配制丸药一剂,巩固疗效,半年后带家人前来就诊,告知其头痛已愈,未再复发。

白芷治疗前额痛(即阳明头痛),可谓效如浮鼓,此物不仅仅止痛,还能燥湿排脓,对于慢性额窦炎疗效较好。其性温燥,大剂量使用容易伤阴,配伍天花粉相得益彰。

白芷一物,颇谓传奇,古方都梁丸,即以一味白芷入药,治疗诸风眩晕,妇人产前产后,乍伤风邪,头目昏重及血风头痛,暴寒乍暖,神思不清,伤寒头目昏晕。另有传说,更是增加白芷不少神奇色彩。

960 年,宋太祖赵匡胤建都汴梁(今开封),一时太平盛世,人才荟萃。传说南方一富商的掌上明珠年方二八,患痛经症,每逢行经即腹部剧痛,有时昏厥甚至不省人事。虽遍访当地名医,疗效甚微,痼疾缠绵,形体日衰,容颜憔悴,精神萎靡。急得富翁食不知味,夜不成寝。



为了治好千金之疾,富翁携爱女带佣人日夜兼程往京都寻找名医。赶至汴梁,适逢女儿经期,腹痛顿作,呼天唤地。正巧,一采药的老翁路过闻之,经仔细询问病情后,马上从药篓里取出白芷一束相赠,嘱咐以沸水洗净,水煎饮用。

富翁半信半疑,但眼看女儿痛苦异常,无药可施,只好就地泡制,一煎服而痛缓,二煎服而痛止,又服数煎后,来月行经,安然无恙。富翁喜出望外,四处寻得采药老翁以重金酬谢。

从此,白芷一药,在庶民百姓中广为流传,后有人先把白芷用沸水泡洗四五遍,再等干后研末,炼蜜为丸,丸如弹子大。因“香白芷”在京都汴梁觅得,故取都梁为名,更增添了它的神奇色彩。

方药：肉桂引火归源的机理之我见

许多人对肉桂引火归源持怀疑态度，其实肉桂引火归源的作用还是很明显的。

首先得明白，肉桂引火归源，引的是虚火，即虚火上炎！虚火有几种，不是每一种都适合用肉桂。

一种是阴虚火旺，即肾阴不足，无法制约肾火，火向上炎而成，此种病例不适合用肉桂，当用知柏地黄丸。

一种是肾阳虚，肾水得不到肾阳温化，水湿上犯，带领虚损的肾阳上犯，按照郑钦安的解释，“水高一尺，火高一丈”，这样的虚火上炎，通过大温的肉桂，温补肾阳，化寒水为气，水降则火也随之下降。

第三种虚火是肾阴阳两虚，人体的心火不能与肾水相交，上焦心火向上炎，下焦虚损的肾水向下



沉，阴阳不能相互吸引，中间没有交合之力，运用桂附地黄丸加黄连，清上补下。补肾阴、补肾阳，肾阳化气，随肝气升腾，就可以降心火了！



方药：一味鸡屎藤，轻松治疳积

临床上因小儿喂养不当，疳积的患儿不少，主要表现为：食欲减退，不愿意吃主食，喜爱吃香、辣、脆的零食和水果。身体消瘦，体重增加很慢，手足心热，平时抵抗力较差，容易感冒咳嗽，白天爱动，精神很好，夜晚睡觉不稳，好动，爱蹬被子……

由于生活水平的提高，医疗条件的改善，比较严重的疳积几乎没有，上述症状的患儿则很多，临床上通过服用一味鸡屎藤治疗此病，疗效显著，患儿一般服用一周左右，食欲明显增强，随着饮食增加，体质逐步得到改善。

处方：鸡屎藤 500 克

用法一：三岁以上的患儿，每天 30 克，煎水后，当茶饮。三岁以内的患儿，每天 15 克，煎水当茶饮。服药时，可以加少许红糖或白糖，调节口感，患儿易



接受。

用法二：将鸡屎藤炒焦黄后，研成细粉，三岁以上的患儿，每次5克，每日三次，糖水调服。三岁以内的患儿，每次1~3克，每天三次，糖水调服。

注意事项：服药期间，患儿大便会转为黑色，此乃肠道郁积之物得以慢慢清除，待大便转为黄色，则疳积治愈。



方药：小议宣阳法——从小续命汤说起

小续命汤出自《备急千金要方》卷八。

组方：麻黄、桂心、甘草（各二两），生姜（五两），人参、川芎、杏仁、附子、防己、芍药、黄芩（各一两），防风（一两半）。

上十二味，以水十二升，先煮麻黄三沸去沫，纳诸药，煮取三升，分三服，不愈更服三四剂。

功效：祛风扶正。

主治：中风卒起，筋脉拘急，半身不遂，口目不正，舌强不能语。

初涉此方

读大学时看《备急千金要方》，得闻小续命汤，为“续命”所感，视为奇方！后学西医内科学，始知中风即现代所说的“脑血管意外”，既然是血压高脑血管破裂，或是脑血管梗死，何来风邪？既无外风可言，



用麻黄、防风，能有效乎？况且麻黄服用后容易出现血压增高的症状，对于脑血管破裂之人，再投此方似乎不妥？

然此方名为“续命”，当不为浪得虚名，唯其中妙处尚有不明之处，故本人对此方虽有敬重之心，实无尝试之胆啊！


再闻此方

去年读李可老中医的演讲稿，文中提到李老因小中风，服用几帖小续命汤后已无大碍，但不方便过来参加会议，其演讲稿由弟子代述……这句话引起了我的兴趣，难道这小续命汤真的疗效神奇？

很多医家对中风的治理从风论治，而王清任则以补阳还五汤立法，开活血化瘀治疗中风之门，将小续命汤与补阳还五汤比较起来，似乎没有更有特点的地方，补益之力不及对方大剂量黄芪，活血之力就更加不及对方大量的活血化瘀药，何来“续命”之说？

读懂“续命汤”

半年前一个外地患者前来就诊，因脑血管瘤破



裂致脑出血,术后两年留下左半身不遂的毛病,走路不稳,时常崴脚,左手五指关节活动障碍,肌力Ⅱ级+,舌根白厚,略滑,双尺沉紧,关郁,寸部虚细弱无,四诊资料收集全后,开了如下几味药:

制川乌、制草乌、丹参、桂枝、地龙、豨莶草、黄芪、黄芩、赤芍、桃仁、红花、木香、生甘草。

同时叮嘱患者每天用手抓玻璃弹珠,加强功能锻炼。十多天后,左侧肢体恢复不少,手指关节能自由活动,但精细度差,脉象虽然有所好转,但双寸仍然沉细,头经常发昏,如何加快治疗进程?

思索之际,突然记起李老亲身体验小续命汤的事情,再结合病人的脉象,为什么偏瘫后重用麻黄,立即豁然开朗。

这里的麻黄其实并非为了发汗,而是为了宣发阳气啊!

头为诸阳之会,中风(脑血管意外)之后导致的偏瘫,病之根本还是在脑,大脑的修复,活血化瘀虽然有效,但不是最好的办法,只有脑部阳气足了,大脑的修复才会加快。生麻黄有很好的宣发阳气的作用,临床上发现麻黄久煎去沫之后,其发汗之力几乎没有,而宣阳不减,原文“先煮麻黄三沸去沫”即是此意。“宣阳”这才是孙真人用药之真正目的,后世注