

# 治疗冠心病重在调畅气血

★ 成都中医药大学 蒲昭和

冠心病心绞痛属中医学“胸痹”“真心痛”等范畴。《黄帝内经素问》云：“心者，生之本……其充在血脉。”其发病机理是由于各种内外因素导致心气不足，鼓动无能，影响血液的正常运行，血液失常则气滞血瘀，致使前胸猝然而痛，甚至浊阴不化造成心肌梗死。中药治疗强调辨证用药，以补为通，着眼调节脏腑功能，以达到气盈血行、血脉通利的目的。本期就向大家介绍冠心病常见证型的中药调畅气血方法。

## 气阴两虚型

多为肝肾阴虚所致，临床最常见。

表现：胸闷气短、心悸心慌、自汗或盗汗、口渴、神疲乏力、声音低微，舌红苔薄，脉细数。

治法：以补益脾胃、益气养阴为主。

处方：西洋参、旱莲草各15克，麦冬、五味子、女贞子各10克。水煎服，每天2次，每天1剂，10天1个疗程，连服2~3个疗程。

简析：本方为参麦饮合二至丸。参麦饮(人参、麦冬、五味子)有益气复脉、养阴生津、止渴固脱、敛汗生脉之功，是治气虚津亏



、气阴两伤证的经典之方。方中以太子参代人参，改大补为平补，更适用于老年人。研究表明，生麦饮有调血压、强心、修复损伤冠状动脉的作用，能起补益与调节之双重功效。二至丸(女贞子、旱莲草)能滋补肝肾，药物平和偏寒，补阴而不滋，现代多用于早期高血压、神经衰弱、更年期综合征、血小板减少性紫癜等属于肝肾阴虚者。二方合用，可共奏补气滋阴、清热敛阴之效。本方对气阴两虚、肝肾阴虚之冠心病有较佳疗效。

## 寒凝心脉型

多为心气不足而受寒邪所致。

表现：胸闷气短，重者心痛彻背、背痛彻心，舌淡苔白，脉沉滑。平素多有畏寒肢冷、腰酸膝软、小便清长、便溏或五更泄泻症状。每当遇寒心痛易加重。

治法：温通心阳、宽胸散寒。

处方：瓜蒌12克，薤白、桂枝、半夏、陈皮、枳壳、川厚朴、熟附子各10克，茯苓15克。

每天1剂，7剂1个疗程，可连服3个疗程。

简析：上方为瓜蒌薤白桂枝汤加减。方中薤白、瓜蒌通阳散结气、开胸涤痰；附子益肾补真火，桂枝上能暖通心阳又可散除二焦之阴寒；枳实、川厚朴开痞散结、理气止痛；陈皮、半夏、茯苓有运脾和胃以降阴逆之效。全方集壮阳、散寒、温通之功，对寒凝心脉或寒痰结于胸胃，阻遏阳气失畅的各种病症均有较佳疗效。

## 痰湿阻滞型

此型多因久居湿地、嗜食肥甘、过逸少劳、内生痰湿所致。

表现：胸闷胀痛、心悸气短、倦怠乏力、面色苍白，常伴有体胖、咳嗽、白色黏痰多、腹胀纳差、小便清长、大便糖稀，舌胖有齿痕、舌苔白腻，脉濡缓或滑。

治法：健脾益气、宽胸祛痰。

处方：全瓜蒌、姜半夏、远志、陈皮、石菖蒲、党参各10克，黄芪、丹参各30克。水煎服，每天1剂，10天1个疗程，可连服1~2个疗程。

简析：本方为二陈汤加味。方中党参、黄芪补益气血，有助血行以散瘀滞之功；姜半夏、陈皮和胃醒脾可调中，助化湿祛痰；全瓜蒌行气宽胸、润燥化痰；石菖蒲开窍豁痰、理气活血；远志能利心窍、逐痰涎；丹参行气活血。诸药合用，能起调畅中阳、益气活血、温化痰湿之效。本方适用于痰湿阻滞型冠心病、高血压、高血脂症等。

## 肝气郁结型

多与情志有关，易因精神因素而诱发。

表现：悲伤或为恼怒时，致心胸刺痛，且伴有两肋胀满、憋闷不适、心烦不安，舌苔有瘀点或带紫斑，脉弦或结代。

治法：舒肝解郁、活血化痰。

处方：柴胡、川芎、香附、枳壳、郁金、石菖蒲各10克，鸡血藤30克，白芍、茯神各15克。水煎服，每天2~3次，每天1剂，10剂1个疗程，可连服2~3个疗程。

简析：上方为柴胡疏肝散加减。其中柴胡、郁金疏肝解郁，白芍、川芎、鸡血藤柔肝、养血、行血，五药合用，能疏散肝郁、滋肝养血，有助疏导肝气和血脉流通；加香附、郁金、枳壳以理脾行气，石菖蒲疏散条达，茯神宁心安神。诸药伍伍，能使肝郁得解，瘀血可行，终达血脉畅达，以收良效。

# 秋季，别错过进补的好时机

★ 陆毅瑾

的身体适应，再开始进补。进补时不要凡肉必补，因为动物性食材虽然营养较高，但也不容易消化。因此，秋季最好清淡饮食，多食素类，同时注重心、肝、脾、胃、肺的调理。

## 秋季选择补膏有哪些讲究

这两年，补膏成为人们秋季进补最受欢迎的选择之一。

首先，补膏属于大复方，补虚又治病。一般来说，一分补膏由20~30味中药，甚至更多的滋补药材组成，可以满足对人体多脏器同时调理治疗，而且气血阴阳同调，照顾全面，既可以治病，又可以调补。和日常服用的汤药相比，补膏整体调治的作用更好，汤药一般只能针对某一病症进行重点治疗。

其次，补膏的制作过程需要长时间的煎煮、浓缩，最后进行收膏。由于煎煮时间长，所以药效成分也更容易出来，疗效更好。经过浓缩后的炼膏浓度高，服用

后易于人体吸收。最重要的是补膏药性缓和，药力持久稳定，特别适合慢性病患者或年老体衰的人长期服用。

前面我们提到，秋季进补要注重健脾、养肺、生津，所以成分里含有党参、黄芪、白术、茯苓、陈皮、山药、白芍、南沙参等的补膏，都具有补脾益胃、养肺生津的作用，适合秋季服用。这里可以给大家推荐几种滋补不腻的补膏，如洞天长春膏、参龙养血膏、益肾安神膏。选择补膏也要因人而异，大家可以根据自身的身体需求，对证选择。例如，洞天长春膏的主要功效是滋

补肝肾、补益气血、健脾开胃、养肺生津，适用于更年期妇女，或上了年纪的人由于身体机能逐渐下降导致的体虚、神疲、乏力、头晕目眩、腰酸膝软等。洞天长春膏还是个素膏(不含动物胶质，用蔗糖收膏)，相比荤膏更适合秋天的调补。

最后提醒大家，秋季进补，不要重“进”轻“出”，更应关注身体的排出。日常还要多运动，注意排便的及时和顺畅，不然容易导致便秘。特别是胃火旺盛者，要注意多食苦瓜、黄瓜、冬瓜等清淡之品来清泄胃火，严重者可以服用泻火药物，不要贸然进补。



民间有句谚语说得好：“冬令进补，春天打虎。”冬季万物潜藏，对人体来说，的确是进补的大好时机。冬季服用补药，就像万物闭藏一样，最容易“补得进”，而且不仅能补充不足，还能为来年做储备。但是对于久病或者大病引起的体虚，一时进补可能达不到完全补虚的目的，这种情况下可以在其他季节继续进补。此外，对于有些容易在冬季发作的疾病，如哮喘、慢性支气管炎等，发病时难以进补，也可以在夏秋季节病情稳定时予以调理。因此，进补切勿莫苟于冬令。

## 秋季也是进补的好时机

秋季气候干燥，空气中缺乏水气的濡养，干燥环境容易损耗

人体津液，造成体虚，所以秋季更需要重视养生。一来，外界的燥邪容易从人体的口鼻进入，病从肺卫开始；二来，人体本身也会因为出汗过多或精血内夺，导致阴津亏虚。秋季进补不仅可以弥补体内津液的损耗，也能为秋冬御寒做准备，增强抵抗力，减少生病的机会。

## 秋季进补要注意“防燥不腻”

秋季进补一般从每年10月份开始，进补时要注意选择“防燥不腻”的平补之品，因为过于滋腻之品会加重脾胃的消化负担，不仅“补不进”，还会导致消化不良。所以秋季进补要注意健脾、养肺、生津。在进补前最好有个调理脾胃的过程，让自己

