

## 跟师行记一感冒

感冒是常见病，感冒后吃感冒药似乎也是常规操作，而且消炎退烧的西药或是止咳的中成药等也是常选的。还有一种方式是被忽略的，那就是中药的汤药。若不是自己开始接近中医，跟师学习中医，我也不知道，感冒实际可以找中医辨证服汤药，而且汤药效果是快得好得超出预期的。

五一假后，发现身边回来工作的同事们出现感冒症状的不少，自己也是不幸中招了。事实上，自己没有感觉是受凉的，假期里有一天很热，外出后，第二天就出现了流涕鼻塞，但又鼻腔发热，手心热，腰酸软不适，而且喷嚏不断，鼻塞流涕得难受。舌苔不是很明显。

想起卢思俭老师讲太阳病时提过现在的感冒症状有些是可以列为太阳病的。寻思了一下，麻黄汤证不大符合，于是问老师是否可以尝试桂枝汤。老师说，根据症状不合适，鼻腔热、手心热，有热。桂枝汤是体虚感风寒，偏虚偏寒。老师说据证用加减葶藶汤。

加减葶藶汤，因为没有学过这个方剂，一开始理解成了可以对葶藶汤加减服用。于是去中药店按葶藶汤原方抓药了。

葶藶（6g）石膏（2.3g，末，绵裹）白薇（6g）麻黄（6g，去节）  
独活（6g）杏仁（6g，去皮尖两人）川芎（6g）甘草（6g，炙）青木香（6g）



结果，煎服一次后，有汗出，当时鼻通气好些了，但服药 2 个小时有些心慌。想到之前老师说对于心脏弱的情况麻黄要慎用，于是再次请教老师是否是麻黄导致心慌，这才知道自己搞错了，加减葶藶汤本身是个方剂。它应该是这样的：

生葶藶 6~9 克 生葱白 2~3 枚 桔梗 3~4.5 克 东白薇 1.5~3 克 淡豆豉 9~12 克 苏薄荷 3~4.5 克 炙草 1.5 克 红枣 2 枚

第二天，因为还有鼻塞流涕喷嚏鼻腔发热的症状，改抓加减葶藶汤，就是上图这个，拿了 3 副药，共计 9.4 元。当天煎一剂两次服用，鼻塞流涕喷嚏基本没有了。而且口不干，也不用多喝水啥的，很舒服的，葶藶也就是玉竹，本身滋阴。



方解是这样的：方以生玉竹滋阴润燥为君；臣以葱、豉、薄、桔疏风散热；佐以白薇苦咸降泄；使以甘草、红枣甘润增液，以助玉竹之滋阴润燥，为阴虚体感冒风温及冬温咳嗽、咽干痰结之良剂。

在门诊，也会偶见有因感冒求助中药汤剂的，观察下来，似乎是对中药治疗感冒有认识的。甚至有一个刚出满月的小小婴儿，请老师诊治过感冒。当时我也纳闷这小小孩怎么服用汤药，老师嘱咐病家说，按所开的量，熬少一点，不拘时间，不拘多少，病中即止。但总的来说因治感冒服药后好得不利索或者有些后遗症的来诊的有，但就感冒来诊的是少的，或许是大家不太知道中药汤剂对感冒的疗效，所以感冒时很少想到中药汤剂吧。这也是，我这写出以上体会的缘故，愿对大家有所用吧。

周日，有一4岁小女孩来诊。说是周五晚上发烧到39度，到医院查血，打退烧针并取了药。可周六又烧起来，夜里38度。现在是头痛，嗓子疼，口苦，恶心。看舌红苔白厚。大便不干，问孩觉得冷不冷，说

是冷。查看喉咙时，发现喉壁有疱疹。老师 处以小柴胡银翘散加石膏合方加减。4 日后回访说是服药后好了，不烧了，疱疹也退了。

总结一下

1.感冒可以选择汤药这个方式的。但务必请正规中医据证开方。这个很重要。

2.自己学习用药还要再仔细一点，不能想当然，对于新接触的方、药要多确认核实。

3.学习中医，亲身试过了，对证或不对证，以己推人。

4.常人生病，万万不可随意抓药，一定在正规医师辩证指导下用药，因为病时每个人的体质表现、所受外在影响不一样的，这么说吧，从治病的角度说，你是医者的唯一。

5.还有一点公开的秘密：即使是感冒小病，别拖，别扛，初起早治才不损耗身体。

跟师行记有关文章，在“卢思俭话中医”公众号同步发布。