

# 广州卫生

粵内登字 A 第 00121 号 (内部资料 免费交流)  
广州市卫生局主管 广州市健康教育所主办

二〇一四年一月十五日 第一期 (总第 1005 期) 编辑部 E-mail: edit@gzhe.net

## 市卫生局召开 2013 年度广州市 12320 卫生热线工作会议

【穗卫讯】为总结我市 12320 卫生热线运行以来的工作情况, 研究部署下一步工作任务, 市卫生局于 1 月 7 日上午在市疾控中心召开 2013 年度广州市 12320 卫生热线工作会议。会议由市纪委驻市卫生局纪检组组长、纪委书记马国恩主持, 市卫生局张立副局长、市疾控中心王鸣主任、市 12320 卫生热线工作领导小组组长、广州市 12320 卫生热线联络员单位分管领导、联络员出席会议。

会上, 市疾控中心杨智福副主任报告了广州市 12320 卫生热线 2013 年建设运行情况, 广州医科大学第二附属医院、荔湾区卫生局代表联络员单位作了经验交流。

张立副局长对进一步做好广州市 12320 卫生热线工作提出了以下要求: 一是进一步做好 12320 工作。要进一步提高 12320 工作的认识, 充分发掘 12320 作为卫生部门、卫生行业与公众之间沟通的平台和桥梁的重要作用。建立各单位内部处理 12320 工单接单联动机制, 明确工作人员、职责和任务, 确保群众通过 12320 反映的事项事事有回应、件件有落实, 提升我市医疗卫生行业的社会公信力和满意度。

# 广州市 12320 卫生公益热线 开通预约挂号服务

【穗卫讯】2013 年 12 月 31 日, 广州市 12320 卫生公益热线正式开通预约挂号服务。广大市民拨打 12320 即可预约到广州市预约挂号系统各大联网医院就医, 体验“提前预约, 家中候诊、分秒预约”的诊疗挂号服务。

“建立统一的 12320 卫生公益热线和”在全市医疗机构推行“预约挂号系统”都是 2013 年广州市 10 大民生实事中的重要内容。截至 12 月底, 广州市预约挂号系统已覆盖广州市全部区属医院以及部分省属、部属大型医院, 联网医院总数达到 38 家。

## 广州市预约挂号系统联网医院名单 (截至 2013 年 12 月 31 日)

- |                             |                             |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. 武警广东省总队医院                | 19. 广州市南沙中心医院               |
| 2. 广东省妇幼保健院 (暂未开通网络预约)      | 20. 广州市皮肤病防治所               |
| 3. 中山大学附属眼科医院               | 21. 广州医科大学附属第一医院            |
| 4. 中山大学肿瘤防治中心 (暂未开通网络预约)    | 22. 广州医科大学附属第二医院            |
| 5. 中山大学附属口腔医院 (暂未开通网络预约)    | 23. 广州医科大学附属第三医院            |
| 6. 广东省药学院附属医院 (暂未开通网络预约)    | 24. 广州医科大学附属第四医院            |
| 7. 暨南大学附属第一医院 (华侨医院)        | 25. 广州医科大学附属第五医院            |
| 8. 广州中医药大学第一附属医院 (暂未开通网络预约) | 27. 广州医科大学附属口腔医院            |
| 9. 南方医科大学珠江医院 (暂未开通网络预约)    | 28. 广州医科大学附属荔湾医院            |
| 10. 南方医科大学附属第三医院 (暂未开通网络预约) | 29. 广州市越秀区中医院               |
| 11. 广州市第一人民医院               | 30. 广州市荔湾区人民医院              |
| 12. 广州市中医医院                 | 31. 广州市天河区妇幼保健院             |
| 13. 广州市红十字会医院               | 32. 广州市白云区人民医院              |
| 14. 广州市妇女儿童医疗中心             | 33. 广州市花都区人民医院              |
| 15. 广州市第八人民医院               | 34. 广州市中西医结合医院              |
| 16. 广州市胸科医院                 | 35. 广州市番禺区中医院               |
| 17. 广州市精神科医院                | 36. 广州市番禺区何贤纪念医院            |
| 18. 广州市第十二人民医院              | 37. 广州市番禺区石壁人民医院 (暂未开通网络预约) |
|                             | 38. 广州市番禺区中医院               |

## 广州市预约挂号系统三种预约服务方式

广州市预约挂号系统的市民提供三种预约服务方式:

- 一、电话预约。居民拨打 12320, 根据语音提示完成预约操作。
- 二、网络预约。市民可搜索“广州预约挂号”等关键字, 或直接登录 [www.guahaoo.gov.cn](http://www.guahaoo.gov.cn), 凭市民卡、实名健康卡、身份证等有效证件注册成功后即可预约。该网站是广州市政府部门主导的公益性预约挂号服务网站, 请广大市民注意甄别, 避免上当受骗。
- 三、自助终端预约。市民可通过市卫生局与腾讯大粤网的合作页面 <http://gd.qq.com/health/dywyj.htm> 入口, 快速访问预约挂号网站。



## 广州市第八届职工运动会组委会通报 市卫生局获优秀组织奖 和体育道德风尚奖

广州市第八届职工运动会组委会近日作出广州市第八届职工运动会优秀组织和体育道德风尚奖的通报, 市卫生局获得了优秀组织和体育道德风尚奖。

## 关爱女职工 情景剧来普法 市工会举办普法宣传《女职工劳动保护特别规定》情景剧比赛

为进一步宣传普及《女职工劳动保护特别规定》, 向广大女职工普及女职工权益保护的法律知识, 提高女职工的法律维权能力, 进一步落实关爱女职工的良好社会氛围, 市总工会女工委定于 2013 年 12 月 26 日举办了《女职工劳动保护特别规定》情景剧比赛, 局系统 10 个单位参加了本次比赛。

## 增城市人民医院 61 名员工 获颁“中山大学卓越服务奖”

【通讯员 古林森】1 月 7 日, 中山大学附属博济医院 (增城市人民医院) 在该院 21 楼多功能会议室为 61 名荣获“中山大学卓越服务奖”的员工举办了颁奖仪式, 表彰老员工几十年如一日敬业工作岗位, 彰显他们爱岗敬业、默默奉献的高尚品质。据了解, 中山大学于 1999 年设立“中山大学卓越服务奖”, 今年已成功举办至第五届, 为中山大学最高级别的执业荣誉奖励。



1 月 10 日, 广州医科大学附属第二医院、广州市正骨医院、广州市天河区妇幼保健院、广州市白云区人民医院、广州市花都区人民医院、广州市中西医结合医院、广州市番禺区中医院、广州市番禺区何贤纪念医院、广州市番禺区石壁人民医院 (暂未开通网络预约)、广州市番禺区中医院工作人员和患儿合影。

## 为患儿的慈善基金助患儿 广州市妇女儿童医疗中心资助贫困患儿实行先心病手术

【通讯员 周睿】广州市妇女儿童医疗中心 (以下简称“市妇儿中心”) 为更好地开展群众教育实践教育活动, 将党员活动与基层医疗单位对口帮扶、技术支援的主题相结合, 为群众办实事、办好事, 每一次的义诊活动都不乏细心、耐心、爱心, 发现病情及时治疗的暖心小故事, 来自肇庆怀集的李康文小朋友就是许许多多患感人心扉里其中的一段插曲。

## 林少春副省长主持召开全省人感染 H7N9 禽流感疫情防控工作会议, 指出 我省处于人感染 H7N9 禽流感病例的易发、多发期

【穗卫讯】1 月 9 日, 广东省副省长林少春主持召开全省人感染 H7N9 禽流感疫情防控工作会议, 指出我省处于人感染 H7N9 禽流感病例的易发、多发期, 强调要加强源头防控, 不留卫生死角, 早发现早用药, 减少重症病例。

## 越秀区实施平价医疗“惠民”工程

【通讯员 陈纯梅】为了提升居民健康水平, 给居民提供优质价廉的医疗卫生服务, 越秀区卫生局围绕“保基本、强基层、建机制”这一核心, 积极探索平价医疗服务体系, 全面实施平价医疗惠民工程。

## 适应新形势做好卫生监督执法

【通讯员 许玉敏】近日, 广州市卫生监督所传染病防治与血液透析科举办了 1 宗医疗机构未按规定管理处置医疗废物的行政处罚。在办理解释、卫生监督员现场取证、转变执法观念、依法对当事人予以警告的行政处罚。

## 市红十字会“健康大讲堂”进海幢

【通讯员 钟林华】2013 年 12 月 25 日, 广州市红十字会海幢分会与海珠区海幢街道办事处联合举办了“健康大讲堂”活动, 旨在提高辖区居民的健康意识和自我保健能力。







# 用生命呵护生命

## ——记“第五届广州道德模范”之“敬业奉献模范”李孝建

摘要:多年来,李孝建始终坚守着“用生命呵护生命”的精神,带领科室创造了一个又一个生命奇迹,为众多重伤员病人带来了重生的希望。该院烧伤科每年救治各种烧伤住院病人1000多例,其中重度、特重度烧伤病人200多例,负责组织各种特发事故的抢救十几起,总的救治成功率达98.23%,处于国内领先水平。

李孝建,广州市红十字会医院烧伤科主任,广州市创伤外科研究所所长、主任医师,博士生导师,2012年获中国医师协会烧伤科分会“首届全国优秀青年医师奖”,2013年被评为“第五届广州道德模范”之“敬业奉献模范”候选人。李孝建于2006年12月番禺油轮爆炸事故,2007年10月虎门大桥油罐车爆炸事件,2008年12月广州番禺两油罐相撞事件,2009年“6·15”成都公交车燃爆事件,2011年10月普汉医药公司爆炸事件,2012年广州“6·29”油罐车爆炸事故等,每次都有3名以上的重伤员,每次都是他负责组织治疗抢救,而每次都成功地创造了零死亡记录。

2006年,李孝建建立了烧伤急救绿色通道及急救热线,并自费印刷急救台历,希望急救热线能传递更多关爱。2005年至今,他联合媒体和社会爱心人士,共为40多名贫困烧伤病人募集了270多万元的医疗款项,使他们获得重生。

李孝建,广州市红十字会医院烧伤科主任,广州市创伤外科研究所所长、主任医师,博士生导师,2012年获中国医师协会烧伤科分会“首届全国优秀青年医师奖”,2013年被评为“第五届广州道德模范”之“敬业奉献模范”候选人。李孝建于2006年12月番禺油轮爆炸事故,2007年10月虎门大桥油罐车爆炸事件,2008年12月广州番禺两油罐相撞事件,2009年“6·15”成都公交车燃爆事件,2011年10月普汉医药公司爆炸事件等等,每次都有3名以上的重伤员,每次都是他负责组织治疗抢救,而每次都成功地创造了零死亡记录。

2012年7月,在李孝建等烧伤专家的积极倡议下,为了应对特发突发事件,广州市创伤烧伤医学急救联盟正式成立,并定期组织培训学习,以确保对突发事件的处置能力,最大限度地挽救生命。

### 打通生命的急救热线

大面积烧伤是可救治的,然而治疗延误或不当就有可能导致严重的畸形,甚至死亡。

2006年5月,江门华泰汽车制造厂一工人工作时不慎跌入2米多深、水温90℃的高温池中,造成全身100%的Ⅱ度烧伤,送往当地医院后,当地医生认为已无法救治,但是厂方不肯放弃,四处打听救治的方法。最后厂方请广州市红十字会医院烧伤科会诊,当时李孝建主任了解了患者的情况后,立即带领3名医护人员,坐上救护车赶往江门,当他看到奄奄一息的伤员和当地医院的治疗条件后,决定将病人转入我院治疗。转院途中,他一直坐或蹲在病人旁边,用手托住病人的头以保持其呼吸道通畅,终于把病人安全运回医院治疗。

这件事对李孝建的触动很大,他回忆说:“假如当时厂方没有找到我们医院的电话,病人可能就不行了。”2006年,他在科

室建立起重度烧伤病人急救绿色通道及急救热线,希望通过绿色通道使救援更加迅速,通过急救热线,使下级医院在救治出现困难时能及时到院接受救治,并能及时获得帮助。

2011年10月,为了更好地宣传绿色通道和急救热线,李孝建开始自费印刷广州市红十字会医院烧伤科的台历,在台历上列明了烧伤科的治疗项目,且每一页都印上了急救热线。一百多本的台历主要送往各地的下级医院。一年后,台历的效果明显,下级医院在广州红十字会医院烧伤科转送危重病人的数量有了提高,大面积烧伤病人得到了及时、准确的救治。

### 用爱滋养生命

在烧伤重症区,不仅病人病情危重,而且时常会遇到十分贫困的患者,当遇到这种情况,李孝建总是想尽办法去帮助他们。他说:“烧伤已经是一个很痛苦的创伤,不能再因为医药费让他们陷入绝境。”

2011年8月,被生父虐待至全身大面积深度烧伤的秋蓉转到广州市红十字会医院治疗。同样作为父亲的李孝建暗下决心,一定要把秋蓉像自己女儿一样照顾好。但是同样的费用问题摆在了秋蓉的家门口。在征得家属同意后,李孝建大胆地向媒体求助,希望借助社会各界的力量再次点燃秋蓉的生命之光。秋蓉事件引起了全社会的巨大反响,各地媒体高度重视,广东省妇联、云浮市红十字会、广东狮子会等社会团体,纷纷到院了解详情,提供相关帮助,最终在各方的关怀和支持下,一共为秋蓉募集到170多万元善款。2012年6月,秋蓉已基本完成创面治疗与整形,9月份她已转入小学。在秋蓉的眼睛中,李孝建是她重生后的爸爸。

2005年至今,李孝建联合媒体和社会慈善人士,一共为40多名贫困烧伤病人募集了270多万元的医疗款项,使他们重获新生。

为了给贫困烧伤病人寻找更可靠、稳定的求助途径,多年来,他与有关同志一起呼吁,向政府决策部门反应情况,经过不懈努力,成功地在广州市红十字会的帮助下,成立了“广州市红十字会烧伤救治专项基金”,为贫困烧伤病人治疗费用的解决找到了一条切实可行的路。

### 用技术为生命护航

作为一名医生,李孝建时刻谨记“努力救治每一个生命”的神圣职责。在李孝建看来,医生不仅需要一腔热血和爱心,而

且还需要具有全面、扎实的医学知识和技能,掌握最先进的救治技术。

行医不读书,怎教膏肓于指掌。从医25年来,李孝建一直坚守着这样的信念。烧伤专业在一般人看来,似乎没有外科学其他专业那么复杂,但实际上,一个危重烧伤病人的治疗,牵涉到许多学科的专业知识。李孝建从本科临床医学烧伤科开始,就临床工作的专业问题向上级医师请教,工作之余,坚持阅读医学文献和书籍。1994年烧伤专业硕士研究生毕业后,先后在美国、以色列等国家进修学习重症医学、呼吸专业等,不断丰富自己的专业知识和专业技能。李孝建不仅自己坚持学习,还带领科室其他医务人员一起学习重症医学、康复医学等知识,进一步提高医院重症烧伤病人的救治水平。近几年,李孝建每年组织到全省各级医院进修,指导救治烧伤病人几十次,多次组织到全省各级医院会诊,指导救治烧伤病人几十次。

李孝建丰富的专业知识和专业技能赢得了烧伤同行的广泛赞誉和好评。国内外多个烧伤中心经常派医护人员到广州市红十字会医院烧伤科进修学习。此外,越南、韩国等国家烧伤学会也专门邀请李孝建去介绍救治危重烧伤病人的经验等。

### 用爱传递爱

一份爱心点燃一片爱,一个人感动一群人。李孝建对待生命的热爱传递给了科室的每一位医护人员。

在李孝建的心里,从来就没有在假期的概念,只要有需要他的病人,就是他工作时间的延伸。多年来,只要他值广州,他总是每天早早地出现在病房,就寝前查房,也不忘每天打几个电话向病人问候,积极向阳光靠拢。多年来,他们不但创造了医护人员节假日白天休息时间全部回到医院救治烧伤病人,还经常教导年轻医生:“我们选择了医生这个职业,就必须对每一个生命负责。”

2012年6月,一名汕头男子在制茶时不慎引燃气灾致爆炸,大火烧伤全身多处,烧伤面积达96%,病情危重且家庭经济困难。最后一次手术时,治疗费用和手术费用问题难倒了他们。李孝建四处奔走,希望能帮上忙,“就靠最后一次手术,病人就能基本痊愈了,我们不能在最后的时候放弃。”后来他联系到了一位社会慈善人士,这位好心人愿意资助2万元。李孝建对病人不离不弃的决心,感动了医院的每一个人。一名在院研究生为病人献爱心1000ML,帮助病人解决了用血问题。

在李孝建的带领下,广州市红十字会医院烧伤科ICU成为一个年轻劲旅,积极向上,光荣集体。多年来,他们不但创造了多项奇迹,也资助了各种烧伤,是广东省“青年文明号”集体,曾多次被评为广州市卫生局、医院优秀集体,广东省“南粤文明号”,广州市总工会“建功立业标兵岗”等。同时,“有烧伤,找红会”已成为广大市民对他们的最佳肯定与赞誉。

(广州市红十字会医院 胡朝仪)

# 外国人看待午睡

关于午睡,东西方一直是观点相左的。中国人认为午睡不可缺少,哪怕是中午打个盹,可以补偿夜间睡眠不足。使人的大脑和身体各系统都得到放松与休息,更有利于下午、晚间的工作与学习中提高效率,对身心健康十分有利。美国斯坦福大学教授、神经学博士研究认为,春人把午睡比喻为减压的“健康充电”,人一旦感到疲倦,打破工作与午睡都能增强心脏活动,有利于改善人的情绪。研究人员做了这样一个测试,让一个自愿受试者24小时不睡觉,只允许他每次有10分钟的睡眠时间,结果发现,这些受试者在每次打盹后,即可进行正常的思维活动,并能继续工作一至数小时。连续几天的试验表明,一天打盹10个盹,计100分钟,即可代替夜间7-8小时的连续睡眠时间,从而避免早衰,就好像在冷

冻的状态下睡眠可以使人“长生”一样,这证明人类应该在午间有休息的时间。因此,通过实验证明午睡睡眠可以使人体的新陈代谢减缓,消耗能量减少。这就是“打个盹,添精神”的道理。

最近,美国哥伦比亚大学有机化学博士黄立顶指出:人午睡会增加中老年人的死亡率。“黄博士认为:晚上睡眠时,心跳速率和血压会降低,早上醒睡时,心跳速率和血压又会恢复,这时,体内会有积聚的心脏管和脑血管的活动,从而可能增加心脑血管病的风险。午睡与晚间睡眠同样会造成心脑血管的压力变化,日复一日,很可能会促使心脑血管病的发作。”

其实,需不需要午睡,这和每个人自身身体、睡眠状态、年龄差异、生活习惯以及有无疾病等条件密切相关。要因人而异,因季而异,切不可千篇一律。例如,晚上尤其是在夏天的晚上,睡得好,质量差,第二天就靠午睡来补充一下,给身体充充电。睡眠质量差或失眠的老人,也应通过午间稍事午睡片刻,让大脑得到真正的休息,这对健康无坏处。

不过,健康的午睡应讲究方式方法:刚吃过午饭,胃里装满了食物,消化系统正处于紧张的运动状态,这时马上午睡,不利于食物的消化与吸收,如长期下去,就会导致胃病或溃疡。另外,下午二时入睡前立即午睡是很危险的。一是65岁以上老人是动脉硬化者;二是体重超过标准20%的人;三是血压很低及血液循环有障碍的人。再就是午睡醒来后不要立即起床,先在床上再躺一会儿,下床时慢一点,这样渐进性的活动,可以让身体各器官有个适应变化的过程,有利于心律的稳定,以避免“触电”而受伤或突发意外。(张远桃)

“元旦”就是每年阳历的一月一日,是我国也是世界上很多国家传统的新年。但在我国古代,“元旦”一词的意思,与今天有着很大的区别。

颛顼开始农历纪年,以正月为元,初一为旦。但此后的夏、商、周、秦、汉的元旦日期也并不一致。据《史记》记载,“元旦”在夏代是正月初一,在商代是十二月初一,在周代是十一月初一,在秦代是十月初一。汉武帝时恢复夏历,仍以正月初一为元旦,这就是我们今天的“元旦”。

正月初一,我们现代称“春节”或者“过年”,但在古代却称为“元旦”,不过,不同朝代仍有不同时期的称呼,先秦时期叫“元正”,“元日”,“改岁”,“献岁”等等,西汉时期称为“三朝”,“岁旦”,“正旦”,“正日”,“魏晋时期又叫做“元正”,“元日”,“元吉”,“元朔”等等;唐宋明时期,称为“元正”,“元日”,“岁旦”,“元正”,“元朔”等等;而到了清代,就叫做“元旦”或“元日”了。从以上各朝各代对“春节”的称呼中我们可以看出,“元旦”在古时候叫得最多的就是“元日”或“元正”。也就是说,我们所说的元旦,并不是我们现在说的阳历一月一日。

“元旦”是一个合成词,按单个字来讲,“元”,在甲骨文中就是天,(《书·舜典》:“正月元日,舜格于文祖。”孔传:“正月,正元,元日,上日也。”)《东京赋》:“于是孟春元日,群后旁侍。”汉贾谊《新书·修政语》:“《礼记》:‘孟春元日,群后旁侍。’”《汉书·礼书》:“《礼记》:‘孟春元日,群后旁侍。’”《说文解字》:“元,始也。”“旦”,是天明死的意思。《说文解字》认为“旦”是“从日见一,一,地也。”“旦”是个象形字,表示太阳刚刚从地平线上升起,也就是早晨的意思,所以,“元旦”二字合在一起就是新年的第一个早晨了。

单从“元旦”一词来说,它最早出自南朝诗人萧子云《晋书》:“四气新元旦,万寿初今朝。”宋代吴自牧《梦粱录》中也对“元旦”作了解释:“正月朔日,谓之元旦,俗呼为新年。”房玄龄在《晋书》中也说:“颛帝以孟春三月为元,其时正朔元日之春。”还有唐人成文翰《元旦》诗以

陆游《巴西日》诗等等,这里的“元旦”都是“春节”的意思。其他称呼和出处就不一一介绍了,不管怎么说,在清朝消失以前,没有把“过年”称为“春节”的,大都称为“元旦”。也就是说,这以前的“元旦”都不是阳历的一月一日。

辛亥革命成功,孙中山为“纪念民国”,便“统计”将正月初一一定为“春节”,将旧历(农历)的“一月一日”定为“元旦”,是中国历史上第一次把“过年”称为“春节”,也是我国使用阳历的开始。

1949年9月27日中国人民政治协商会议第一届全体会议进一步明确规定,农历正月初一称为“春节”,从此,“春节”之名正式列入国家节日法典,与清明节、端午节、中秋节并称为中国汉族的四大传统节日。将阳历的一月一日定为“元旦”,并通过决议,写入相关文件,沿用至今,再也没有改变过。(刘祖义)



# 广州话儿歌新唱

儿歌,以押韵顺口,通俗易懂,知识性强而流传于世,是儿童认识世界的窗口,也是父母与婴幼儿最初沟通的桥梁。儿时听到的广州话儿歌,至今仍记心中。今天来升斧荣友闲时弹奏唱起儿歌,并细味其中字句时,忽感觉不少词句已跟不上时代,深感儿歌也需与时俱进,试试改儿歌首首如下:

(一)  
原歌:行(hāng)——行(hāng),行——行,行到街边执(拾)个嘢。做好食,路好行。

改歌理由:原歌可能作于较古的田园时期,因此,当路边果树成熟时,果子捡起来是可以吃的,但在城市化了的今天,捡到的果子就不可能是卫生的,因此把“执”字改为“买”字。

(二)  
原歌:月光光,照地地;年卅晚,摘龙眼,摘香蕉,摘芋子,摘芋子,摘芋子(苦瓜),苦达苦,买猪猪,猪归猪,买牛皮,牛皮薄,买菱角,菱角尖,买马鞭,马鞭长,起屋梁;屋梁高,买张刀;刀切菜,买罗盖,罗盖圆,只只扇;扇浸浸,浸到两个番鬼仔;一个(蒲)头,一个沉底。

放;百合金,菊花黄;兰花地,富贵(富贵)杜;牡丹娇,鸡冠(鸡冠)花;荷花露,玫瑰芳;郁金香,群群芳;花恬恬,人欢笑,花喻笑,财源广;迎新禧,指绣制。

改歌理由:原歌为描述日常物品特性的儿歌,但因日常物品以前与今天已大不相同,如马鞭、罗盖今日已较难见到,故改为描述广州人最喜欢的年卅晚花市街。



# “虚不受补”是误区

在坊间的闲谈里,在问诊的交谈中,常常听到病家选用食疗后有“虚不受补”之疑。每每有所及此说,总予否定,笑为误区。

在中医的经典及历代医家的实践中,“虚则补之”已是定律。诚然,有的病人,由于病后、产后、手术后等缘故被认定为体虚,经家人给予滋补食疗后,事与愿违,有的一补就上火,出现燥热;有的一补就不适,胃口不佳,大便不畅;有的还旧病复发,于是,直呼“虚不受补”。其实,食疗因来,不是“不受补”,而是“补不得法”。

补不得法者常有以下两种情况:

一是补错气血;二是补错脏腑。是很原则的“病”的问题。中医在辨证的第一阶段,理、寒、热、虚、实中,阴阳放在首要,血是阴的代表,气是阳的代表。一旦补错,那就是错了方向。

二是补错脏腑;中医指的五脏六腑,肝心脾肺肾为五脏;胆,胃,小肠,大肠,膀胱,三焦为六腑,还有奇恒之腑,髓、脑、骨、脉、胆、子。这些脏腑,不单是指其本身器官,还包括与其经络和表里相关的机能和器官,每个脏腑都有虚耗和病损的可能,这时,需要的是对应的和

到位的补益。

三是补错时令;有的补品,还要根据气候温度来服用,才有利于吸收。

四是补错环节;即使在上述三项判断对了,投药又对了准了补的脏腑,但在具体操作细节中,不慎有错,也会补不进去,如“过急”“内热未除,痰涎未消,因虚因未明等”,就宜忌进补;“过迟”“同时补几个脏腑,杂乱无章,主次不分”;“过多”——虽有,但已有补于补,补药、保健品,还餐餐补品,令病人连开水的机会都没有;“过滥”——这要算“食疗”,明明是以食为主,但由心念,放了过多的药材进去做汤料,炖汤变成成药;又或,虽药不多,但放了过多的药,才少少少少少之,浓度太大,让肠胃吸收不了,须知,滋补品,也要讲究浓度的,用些盐基水解物就是这个道理。

解决“虚不受补”的问题,在明白了以上的道理后,只要注意两点就行了。一,与病症在生理沟通了,明辨虚实在哪里,怎样辅助食疗,用什么用于人口呼吸的药材,份量多少;二,要明白食疗只是一种辅助疗法,应药到病除,并避从循序渐进步法,试着予之。(顾玉潜)