

膏方只适合冬天吃 夏季服用也可“冬病夏治”

A 膏方四季可服 夏季膏方主清补

膏方，又称膏滋、煎膏，是一种将中药饮片反复煎煮，去渣取汁，经蒸发浓缩，加阿胶等动物胶质、滋补细料，以及黄酒、冰糖、木糖醇或蜂蜜收膏而成的半流体状或固体状制剂型。膏方的主要特点是使用简便，用于滋补养生与调治慢性疾病。

“很多人认为膏方适合冬天服用。其实，一年四季都可以服用膏方。”专家说，由于膏方服用方便、适合现代人的生活方式，于是药房对膏方进行改良，方便大众四季养生。春季平补、夏季清补、秋季润补、冬季温补，不同季节的膏方侧重点有所不同。

还有很多慢性病可以反季节吃膏方，比如过敏性鼻炎、哮喘、慢性支气管炎等。这一些病好发为冬天，寒证、虚证居多，患者多是阳虚体质的人。夏天阳气旺，夏天吃温补性的膏方，顺势调治，提高机体的免疫力，有助于根治和缓解。夏季膏方可适当配用岭南特有之广藿香、新会陈皮、化州橘红等化湿、理气、祛痰之品；或配用德庆巴戟、肇庆芡实、五指毛桃等以温阳益气健脾南药，达到“冬病夏治”的目的。



B 防治肺系疾病 膏方独有优势

夏季膏方同三伏天灸一样，在防治肺系疾病秋冬发病有独特优势。专家指出，其方法与原理主要是在夏季阳气旺盛之时，治以辛温药物，温壮人体肺气，使阳气渐旺，抗病力增强，从而减少秋冬季节的发病率，或缓解疾病发作时的症状。

如“鼻炎通窍方”膏方，综合玉屏风散、补中益气汤、小青龙汤、六味地黄丸等方主要药物，以顾护卫气、调和营卫、温肺止流、健脾升阳、滋肾纳气，加以辛夷、白芷等通窍散寒排脓。



C 夏季妇科膏方健脾益气养血

女性素体阳虚，机体容易遭受寒邪侵犯，往往阳气不足。一旦寒邪积久不散更伤阳气，导致多种妇科疾病，如痛经、月经后期、不孕症、盆腔炎性疾病后遗症（也称慢性盆腔炎）、经行泄泻、经行头痛、产后身痛等。夏季妇科膏方注重健脾益气，养血护阴，固本祛病。结合本地气候与岭南人体制特征，具有补而不燥，滋而不腻，攻不伤正的特点。

妇科膏方充分考虑到女性特点，以党

参、白术、茯苓、山药、白芍、丹参、鸡血藤等补气养血为基础，结合岭南地域特色，湿重且易热化，易困脾，配伍苍术、炒扁豆、大腹皮、陈皮、藿香等健脾化湿，行气导滞。如“养血育麟膏”有助于补肾填精助孕，适用于月经不调、高龄不孕、卵巢功能低下、子宫内膜薄等。“调经养血膏”可以补肾疏肝调经，适用于月经不调、痛经等。“健脾养血膏”有助于祛湿健脾调经，适用于脾胃功能低下的月经不调、经行泄泻等。



D 风湿病用夏季膏方事半功倍

风湿病也适宜用膏方进行冬病夏治。中医认为，风湿病多种关节炎的发生是由于人体肝肾亏虚，外感风寒湿邪所致。夏季阳热之气盛，以温补肝肾，散寒除湿之品，则经络气血融会贯通，皮肤、肌肉得到濡养温煦而症状减轻。“强筋壮骨膏方”、“通痹灵片”等系列抗风湿方药，临床疗效卓著。

“强筋壮骨膏方”中有鹿角霜、巴戟天、

杜仲、枸杞子、熟地等15味名贵中药，总体药性偏于温补，但补而不腻，具有补肝肾，强筋骨，活血通络，祛风渗湿之功效。适应证为肝肾亏虚，腰膝酸软，关节疼痛，夜尿频数等，用于强直性脊柱炎、类风湿关节炎、骨性关节炎的治疗。可有效减轻关节疼痛，改善患者体质。该膏方夏季服用，可起到事半功倍的效果，使冬季病情更稳定。

（林恒华）