

说到茶疗,有人说茶叶能治病,有人说茶叶不能治病,在讨论茶疗时必须对这一问题有一个明确的回应。

中国第一部国家药典唐朝《新修本草》已有茶叶的专门条目:“茗,味甘苦,微寒无毒。主痿疮,利小便,去痰热渴,令人少睡。秋采之。苦茶,主下气,消宿食。”现存最早的茶学专著唐朝陆羽的《茶经》在讨论到茶的用途时也说:“茶之为用,味至寒,…若热渴、凝闷、脑疼、目涩、四肢烦、百节不舒,聊四五啜,与醍醐、甘露抗衡也。”说明在唐朝时,茶的主要用途是养生疗病。

至于妇孺皆知的中药经典明代的《本草纲目》更记载了茶疗方百余首,内容涉及单方、复方、外用(涂、敷、熏、贴)及茶酒等多种用法。

清代医家用茶治病的范围更加广泛,包扩内科、妇科、儿科、眼科、耳鼻喉科及口齿科、外科及伤科。难怪陈藏器总结道:“诸药为各病之药,茶为万病之药。”

如上所述,历代医家用茶治病的记载汗牛充栋,茶叶用以治病早已是客观事实。只是由于清末及民国以降,西风东渐,加之社会剧变,战乱频仍,民不聊生,擅长救急扶危的西医学逐渐变成中国的主流医学。在此背景下,茶疗暂别历史的舞台就成了必然。然而,随着现代人的工作及生活环境发生了重大的改变,导致疾病谱相应发生巨大的变更,尤其是代谢病以及精神或心理疾病不断增加。加之随着生活水平的提高,人们越来越开始关注医疗方法的毒副作用以及治疗方法本身所带来的痛苦。这些本质性的转变,正是中国茶疗法重新被唤回医疗舞台的时代背景。

由于茶疗法具有以下几个方面的优势:(1)操作简便;(2)容易服用;(3)疗效理想;(4)身心并治;(5)安全环保;(6)费用低廉。因此,许多疾病都适合用茶疗的方法来治疗。但由于部分病症已经可以用中西医结合的方法予以理想治疗,故个人认为茶疗法的主要适应症是目前中西医未能理想治疗的病症。它们大致可分为4类:(1)需长期服用中西药物控制病情者,如糖尿病。(2)中西药疗效不佳者,如过敏性鼻炎。(3)某些精神或心理障碍性疾病,如抑郁症。(4)反复发作的身体不适而查不出明确病因者,如头痛。

虽然茶疗法已开始进入人们的视野,但由于被视作食品的时间较长,重新发掘其医疗价值时还得不到广泛认可。在临床方面,民众的认知度低,且极少中西医师懂得使用茶叶这味药物,无法快速累积大量有效案例。在研究方面,茶疗学刚刚起步,临床研究及实验室研究均较缺乏。在原料方面,市售的茶叶未必符合治疗的要求,很多需要特别制作。这些都是茶疗法的推广需要面对的挑战。

最后,需要特别提醒的是,笔者说茶叶能治病,并不意味着任何人都可以用任何茶叶治愈任何疾病。它是一个医疗行为,需要对病情的准确判断、对茶性的深刻了解以及运用茶疗法的丰富经验。这就是笔者在推广茶疗法时一直坚持的“三个任何”原则,以避免茶疗法被人滥用,给民众的健康带来伤害。

Tel: 00852 - 90595429, E-mail: waiming@teatherapy.org

DOI: 10.7661/j.cjim.20170929.232

(收稿: 2017 - 09 - 24)

责任编辑: 汤 静

清宫医药档案中的代茶饮

中国中医科学院西苑医院心血管病中心(北京 100091)

刘龙涛

茶的药用模式有3种情况:以茶代药、茶药同用、以药代茶。以茶代药就是把不同种类的“茶叶”作为“药物”应用于患者,进行相关疾病的治疗。茶作为药物的记载最早见于《神农本草经》,称为“苦菜”,列为上品,谓其“味苦寒。主五脏邪气,厌谷,胃痹。久服,安心益气,聪察少卧,轻身耐老。一名茶草,一名选。生川谷”。茶药同用和以药代茶就是通常所说的中药“代茶饮”,它是指将中草药与茶叶配用,或仅选用数味中草药煎汤或以沸水冲泡数分钟后,像喝茶一样饮用。中药代茶饮为我国的传统剂型,是在中医学理、

法、方、药理论原则指导下,依据辨证或病证结合原则对病情的判断,从而选方用药,为防治疾病、病后调理或养生保健提供了选择。

中药代茶饮有着悠久的历史,一般认为始于唐,盛于宋,成熟于清代。唐代医家陈藏器(约687—757年)撰《本草拾遗》10卷,有“诸药为各病之药,茶为万病之药”的论述,首提“本草茶疗”概念,被誉为“茶疗鼻祖”。在清朝宫廷中,代茶饮备受推崇,采用中药代茶饮疗疾保健,成为王公贵族乐于接受的方法。如溥仪的堂弟爱新觉罗·溥佳撰写的《清宫回忆》一文中

提到：“太医给溥仪诊脉时，还得跪在地上，诊毕即使没病，也要开一个方子，叫做‘代茶饮’”，则充分体现了清宫太医将中药代茶饮用于保健养生、预防疾病的“治未病”理念。

陈可冀院士为首的学术团队，将清代宫廷原始医药档案、《清宫医案研究》、《慈禧光绪医方选议》、《清宫代茶饮精华》等文献资料进行分析整理，结合临床实践，对清宫代茶饮用于内外妇儿及五官科疾病的治疗和预防等作用进行了系统整理。中药代茶饮具有饮用方便、易于调理，药效充分、疗效显著，轻灵精巧、甘淡平和，长期服用、缓缓调治，有病治病、无病调理的优势。清宫医药档案共整理百余首代茶饮复方，按其功效可分为疏风解表类、止咳类、清热类、除湿类、消导类、温中类、安神类和补益类等。如：光绪二十一年闰五月二十一日，光绪帝脉息左寸关浮弦、右关见滑，蓄有湿饮，御医予“疏风清热代茶饮”治疗；同治十三年十一月初一，御医在养阴清热透邪的基础上，予以“益阴清解饮”治疗同治帝之天花；咸丰二十八年十一月十九日，“懿嫔（后来的慈禧太后）咳嗽、咯痰黏稠，胸膈不畅，饮食不香”，御医庄守和、张中元予清热化滞之法治疗，诸症好转，继以“加味三仙代茶”饮清除余热，消导和胃；民国十二年（原医案记载“宣统十五年”）溥仪因“邪热内蕴、头闷肢倦、咽痛做嗽”用之“清热利咽代茶饮”等。清宫代茶饮常用药物如下：（1）解表药：菊花、桑叶、薄荷、蔓荆子、葛根、荆芥、紫苏叶、生姜等；（2）清热药：天花粉、竹叶、知母、栀子、芦根、黄连、黄芩、地黄、玄参、丹皮、金银花、连翘、青果（橄榄）、青蒿等；（3）祛湿药：苍术、厚朴、藿香、砂仁、茯苓、薏苡仁、荷叶、灯芯草、荷梗；（4）消导药：山楂、神曲、麦芽、谷芽；（5）理气药：柴胡、陈皮、橘红、香附、青

皮、枳壳、槟榔；（6）活血药：丹参、川芎、郁金等；（7）养血药：当归、熟地、白芍等；（8）止咳化痰药：桔梗、竹茹、半夏、川贝母、浙贝母、栝蒌、苦杏仁、枇杷叶等；（9）安神药：酸枣仁、远志、石菖蒲等；（10）补气药：人参、西洋参、黄芪、白术、大枣等；（11）滋阴药：麦冬、天冬、沙参、五味子、石斛等。

清宫代茶饮具有药精准、配伍精炼，涉及病种广泛等特点，值得深入研究。自 20 世纪 80 年代中期以来，我国医药科技工作者在传统药茶品种的基础上，研究开发了许多有效实用的茶方、茶剂，如陈可冀院士曾带领课题组对出自《太医院秘藏丸散丹膏方剂》珍本的“仙药茶”（六安茶、乌龙茶、石菖蒲、紫苏叶、陈皮、泽泻、荷叶、生山楂）进行了针对高脂血症的初步研究，显示了清宫仙药茶在调脂、降浊等方面的优势。陈可冀院士还以苦丁茶为主药，结合自己多年的临床经验，总结凝练出治疗阴虚阳亢型高血压病的有效方剂——清眩降压汤，由苦丁茶、天麻、钩藤、黄芩、川牛膝、生杜仲、夜交藤、生地、桑叶、菊花组成。

中药代茶饮以祛邪治病，防病保健为宗旨，具有方便、灵活、有效、节约、针对性强、适应性广等优点。清宫医药档案中的代茶饮既保持了中医学辨证论治特色，又克服了汤剂繁杂、浪费药材的不足，且药性平和，适宜于长期服用。当然，因其作用温和，故对于急性病仅能作为辅助手段。在今后进一步研究过程中，应加大基础研究如药理学、药效学力度，开展多中心、大样本的随机对照研究，对其疗效和安全性进行客观评价。

Tel: 010-62835091, E-mail: liulongtao1976@126.com

DOI: 10.7661/j.cjim.20170929.230

（收稿：2017-09-25）

责任编辑：汤静