

# 《活幼心书》中幼儿养育观初探<sup>※</sup>

● 肖海飞<sup>1</sup> 侯江红<sup>2▲</sup>

**摘要** 《活幼心书》为元代医家曾世荣所著,其临证经验丰富,形成了“重胎养,慎产护,应产前调摄”、“谨寒暄,节饮食,重科学护养”、“善发散,重脾胃,养后天之本”的幼儿养育观。

**关键词** 曾世荣 《活幼心书》 幼儿养育

《活幼心书》<sup>[1]</sup>撰于公元1294年,儿科名医曾世荣总结多年儿科心得,广征博引,著成此书。全书共三卷,卷上决证诗赋,以七言歌赋形式简要介绍小儿形证,深入浅出,匠心独运;卷中明本论,详述小儿43种常见病证的病因、病机、诊断和治法;卷下信效方,列方230首,处方精审,用药精当,并详述方义及服法。该书内容丰富、辨证详明、义理严谨、用方简切、注重实用,对儿科医家具有重要的启迪作用,其学术思想影响深远,幼儿养育观更是蕴藏其中。笔者不揣浅陋,现浅析如下。

## 1 重胎养,慎产护,应产前调摄

### 1.1 重胎养,胎养以育其本

《活幼心书》详论初生之疾,是中

医新生儿学早期的集中论述。幼儿生命之源,始于精,两精相搏,合为胚胎,胎儿借胎盘脐带,赖母体气血以供养,生长发育于胞宫。若孕母饮食起居失宜、外感六淫、情志失常或不当用药,皆可损及胎儿,以致初生之疾。《活幼心书》在书中多篇均有论及胎养不当所致生后诸疾,如胎寒“其证在胎时,母因腹痛而致”;胎热“此因在胎,母受时气邪毒,或外感风热,误服汤剂,或食五辛姜面过多,致令热蕴于内,熏蒸胎气,生下故有此证”;寒疝之夜啼“乃胎中受寒,遇夜则阴盛而阳微”;“胎痫者,因未产前腹中被惊,或母食酸咸过多,或为七情所汨,致伤胎气,儿生百日内有者是也”;惊丹“始因居胎之时,母受重惊”;疹毒“胎受秽液,热毒蕴蓄于肺胃,因感时气而发者”;目疾“为母感受

风热,传于心肝而得”;胎黄“皆因未产之前,母受极热而传于胎”。母子一体,气血相通,胎儿与之密切相关,五脏六腑、筋骨肌肉皆禀于先天,故应重胎养,胎养以育其本。孕母气顺血充,胎元充实,则产子无疾。正应后世医家万全“育婴四法”中的“胎养以保其真”之意。

### 1.2 慎产护,护养以防其疾

幼儿初生,骤离母腹,气血未充,脏腑皆成而未全、全而未壮,禀赋不足,极易受损,稍有疏忽,则致患病,故应慎产护,护养以防其疾。正如《医学正传·小儿科》言:“夫小儿之初生,血气未足,阴阳未和,脏腑未实,骨骼未全”<sup>[2]</sup>。曾氏认为诸多疾患可因产护失宜所致,如《决证诗赋·丹毒六十五》论丹毒因小儿气血虚弱,肌肤脆薄,热毒乘虚侵袭而为病;《明本论》中,脐风撮口“乃因剪脐带短,或结缚不紧,致外风侵入脐中,或用铁器为冷所侵,或牵动脐带,水入生疮,客风乘虚而入”;脐突“因初生洗浴,系脐不紧,秽水侵入于内”;急惊因“失所爱护,或抱于当风,或近于热地,昼则多食

※基金项目 河南省科技厅科技攻关计划项目(No. 152102310097)

▲通讯作者 侯江红,男,主任医师、博士研究生导师,河南省名中医、全国第二批名老中医药专家学术继承人。研究方向:中医药调治小儿亚健康状态、中医健康管理等。E-mail: hjh37577779@sohu.com

●作者单位 1. 河南中医药大学硕士研究生(450002); 2. 河南省中医院儿科诊疗中心(450002)

辛辣,夜则衾盖太厚,郁蒸邪热积于心,传于肝,再受人物惊触”;龟癆“失于襁褓之不慎,乳哺之不节,外为六淫侵袭,内因五脏气虚,冷积久停于脾,不能克化,结成癖块,突于胁下,或左或右”;龟背“初生婴孩,未滿半周,强令坐早,客风吹着背脊,传入于髓,故令背高如龟之状”;腹痛之锁肚痛“始因断脐带不紧,为风冷所乘”。由此推之,婴孩初生养护应重以保全,贵以调养,初生之婴,脏腑气血未充,不耐六淫、饮食、情志、外伤所犯,诸之失宜,皆可助疾。故襁褓之时,产护调理,应谨养,爱护得当,预其疾,防其变,盖护养为之要也。

### 1.3 产前调摄,调养以培其根

曾氏言五软病:“有因母血海久冷,用药强补而孕者;有受苔而母多疾者;或其父好色贪酒,气体虚弱;或年事已迈,而后见子;有日月不足而生者;或服堕胎之剂不去,而竟成孕者,徒尔耗伤真气,苟或有生,譬诸阴地浅土之草,虽有发生,而畅茂者少。又如培植树木,动摇其根,而成者鲜矣”。可见,曾氏认为如若孕前男女起居无常,身体虚弱,气血阴阳不足,可致胎儿先天之本亏虚;同时认识到胎儿的孕育不仅与女子有关,与男子同样密切相关。只有男女气血充沛,阴阳调和,才能胎元禀赋充实,元阴元阳充盛,胎儿安康。故应重视产前调摄,调养以培其根,即“预养以培其元”。

## 2 谨寒暄,节饮食,重科学护养

曾氏在幼儿养育方面重未病先防,擅“与其病后求良药,不若病前能自防”,强调适其寒温,节其饮食,科学护养,认为“大凡幼

稚,要其常安,在乎谨寒暄,节饮食,夫复何虑”。

每见婴孩有所欲求,口不能言,唯有啼哭,父母闻之,不辨是非,便以饥渴所致,“遽哺之以乳食,强之以杂味,不亦多乎?有数岁者,娇惜太过,不问生冷、甘肥、时果,听其贪食,岂能知足?爱之实以害之,遂伤脾胃,不吐则泻,或成疳积浮肿,传作异证。此则得于太饱之故”。曾氏指出婴孩所患积证、诸吐、疳证、丁奚哺露者皆有乳食不节之因。“殊不知忍一分饥,胜服调脾之剂”,曾氏认为,小儿脾常不足,易饥易饱,饮食失常,肠胃乃伤,倡婴孩宜食七分饱。

其次,亦有父母者,唯恐孩子着凉受寒,“有遇清朝薄暮,偶见阴晦,便加以厚衣重衾,或近于红炉烈焰,又且拘之怀抱,惟恐受冷;及长成者,所爱亦复如是。遂致积温成热,热极生风,面赤唇红,惊掣烦躁,变证多出。此乃失于太暖之故”。小儿体禀纯阳之体,阳常有余,阴常不足,脏腑娇嫩,寒暖不知自调,父母护养不周,则外邪易犯,且更易从热而化,热极生风,而生变证。“耐一分寒,不须发表之功”,小儿体质稚嫩,如嫩草之芽,凡天和暖风之时,令日中嬉戏,数见风日,则气血肌肉牢固,能耐风寒,不致疾。若常藏之温室中,重衣裹暖,犹阴地之草木,不见风日,软弱不堪风寒也。曾氏认为婴孩衣不可过厚,应令其保持微寒状态,则可防御外邪,以达肺卫表固,邪不可干。

曾氏在《决证诗赋·小儿常安七十四》总结道:“四时欲得小儿安,常要一分饥与寒,但愿人皆依此法,自然诸疾不相干。”在幼

儿护养时,应保持一定的微饥微寒状态,微饥则胃气通降,微寒则卫表乃固。

## 3 善发散,重脾胃,养后天之本

### 3.1 善发散,攻邪以发散为先

小儿之疾多责外感,曾氏尤善用发散以祛邪,开腠理,和营卫,养护兼顾,疾去正安。主张攻邪治病,发散为先,攻中有补,其言“所谓攻者,万病先须发散外邪,表之义也。外邪既祛,而元气自复,即攻中有补存焉,里之议也。”其在治病原则上同张从正之论,善用攻下,在具体治法上又异其汗、吐、下三法<sup>[3]</sup>。《明本论·疟疾二十一》中:“然百病中人,必因其正气之虚,感受邪气,留而不去,其病为实;自表传里,先汗后下,古今不易。盖治疟之法,必须先表,用百解散,水、姜、葱煎投;次小柴胡加桂,水、姜、枣煎服,以和解表里之邪,自然作效。”百解散主发散外邪、和解百病,方中麻黄、桂枝相须为用,发散解表,开腠理,和营卫;葛根、升麻解肌散邪;赤芍药酸敛阴柔,散中有收,汗中寓补;黄芩抑麻桂之辛温;甘草调和诸药。曾氏在治疗多种疾病时,均灵活应用百解散,另外其在《活幼心书》中所录之方也多以发散表邪为先,善用发表之剂以祛疾,攻补兼施。

### 3.2 重脾胃,调养后天之本

脾胃盖为后天之本,化生气血水谷精微。脾胃充养,气盛而不受邪;脾胃虚弱,则百病蜂起;受邪易损脾胃,加之药物攻伐,故应重脾胃,调养之,此则“却病之良方也”。小儿脾胃脆薄,发育未臻完善,脾胃之体成而未全,脾胃之气

(下转第36页)

“项七针”中风池乃足少阳胆经腧穴,具有疏风散寒、平肝熄风、清头明目的作用,是治疗项强、眩晕的重要穴位,《针灸大成·通玄指要赋》言:“头晕目眩,要觅于风池”;完骨乃足少阳胆经腧穴,为足少阳、足太阳之交会穴,可平肝熄风、宁神定痛;风府乃督脉腧穴,为足太阳经与督脉之交会穴,可散风熄风、通关开窍,《针灸资生经·目眩》言:风府主治“头痛,颈项急,目眩”;天柱乃足太阳膀胱经腧穴,具有祛风、通窍之功,《针灸临床穴性类编精解》<sup>[8]</sup>记载“颈项犹其支柱……故名天柱”。诸穴合用以达祛风疏散外邪、活血经络、熄风止眩、益髓清窍之效。颈项灸通过艾灸使其药性通过热力达穴位渗透到体内,随经络的传导起到活血化瘀、祛寒除湿的作用。灸疗可提高肌肉张力,减轻疼痛,调整机体功能,纠正损伤。通过灸疗能使组织温度升高,使得生化性质与生理功能等多方面变化,激发和提高机体的抗病能力和自疗机制<sup>[9]</sup>,调整神经系统的机能,促进局部血液循环,改善代谢和营养血管神经<sup>[10]</sup>,可降低神经兴奋性,具有镇痛作用。艾灸的热效应、光辐射效应和艾叶焦油的化学成分可以对经穴起到刺激作用,刺激血管的自律运动,因而能刺激穴位,产生较强的得气感,对全身性疾病具有较好的临床疗效<sup>[11]</sup>。

本临床研究表明针刺“项七针”结合颈项灸具有

(上接第31页)

全而未壮,饮食不知自节,寒暖不能自调,喂养不当,受疾或用药差池等,皆易伤及脾胃而致疾。曾氏根据小儿特点,在临床辨证中,总以脾胃为重,如在论治方面,曾氏提出“五疳之疾,若脾家病去,则余脏皆安”;至于脱肛“法宜补脾温胃,使金得受母之益而气实”;疳疾则“使中州之土既实,则外邪不战而自屈”;五淋言“然此证法当实土以存水,乃免渗泄之患,所谓补肾不如补脾是也”;诸汗证则“宜用补肺散为治,及以藿香饮调脾,此又益母救子之义也”。由上观之,曾氏注重调理脾胃,脾胃为诸疾之源,调治可祛病扶正,病去正复,机

体则安。

此外,《卷下信效方》中,列方230首,无论是化裁古方,还是自创新方,配伍中尤重顾护脾胃。剂型分汤、散、丸、膏、丹、饮、金、饼等多种,其中丸药多用蜜、糯米粉、面糊、鸡子清等养胃之品作辅料,或以温米清汤、白汤、乳汁等送服,以顾护脾胃之气,且有利于吸收,悉合和胃扶脾之义。

#### 4 结语

总之,纵观《活幼心书》,卷上、卷中、卷下三部分内容前后呼应,环环相扣,全书贯穿幼儿养育之

祛风散寒、活血化瘀、通络止痛之功,该法特色鲜明,无不良反应,值得临床应用。

#### 参考文献

- [1]潘来峰,高希言.小醒脑开窍法联合“颈六针”治疗颈椎病临床观察[J].中医学报,2014,29(196):1393-1394.
- [2]王咏梅,赵玲,亓秀娟.浮针联合电针治疗椎动脉型颈椎病40例[J].河南中医,2015,35(12):2988-2989.
- [3]李增春,陈德玉,吴德升,等.第三届颈椎病专题座谈会纪要[J].中华外科杂志,2008,46(23):1796-1799.
- [4]国家中医药管理局.中医病证诊断疗效标准[M].南京:南京大学出版社,1994:189-190.
- [5]梁繁荣.针灸学[M].上海:上海科学技术出版社,2006:212-213.
- [6]赵俊,李树人,宋文阁.疼痛诊断治疗学[M].郑州:河南医科大学出版社,1999:201-209.
- [7]陆永辉.《灵枢》恢刺法治疗颈型颈椎病疗效观察[J].中国针灸,2013,33(1):20-24.
- [8]张智龙.针灸临床穴性类编精解[M].北京:人民卫生出版社,2009:351.
- [9]蔡圣朝.试论针法与灸法的共同基础[J].南京中医药大学学报,2000,16(5):304-305.
- [10]马登尚,庞灿.针刺斜方肌起中止点治疗颈型颈椎病临床疗效评价[J].针灸临床杂志,2015,31(2):18-20.
- [11]许焕芳,赵百孝.灸灸疗法作用机理浅述[J].上海针灸杂志,2012,31(1):6-9.

观,细心揣之,惟传至今,当以心体之,医者仁心,以勉正心修医。其书“重胎养,慎产护,应产前调摄”“谨寒暄,节饮食,重科学护养”“善发散,重脾胃,养后天之本”等观点,对当今中医儿科的育儿养护、孕育调理亦有较强的指导意义,值得借鉴和深究。

#### 参考文献

- [1]元·曾世荣.田代华整理.活幼心书[M].北京:人民卫生出版社,2006.
- [2]汪受传.中医儿科学[M].北京:中国中医药出版社,2007:44-45.
- [3]李国菁.曾世荣著作考及其学术思想研究[D].湖南中医学院,2003.