

· 综述 ·

# 新时代下畬族医药发展展望<sup>\*</sup>

兰 萌<sup>1,2,3</sup> 朱 龙<sup>1,2,3<sup>▲</sup></sup>

**摘 要** 畬医理论、畬药临床应用、民族特色疗法是畬族医药的精华,其发痧、药膳等防病养生保健技术更是独有千秋。新时代下,整理、汇编畬族医药理论与书籍,建立畬族医药数据库,加强畬族医药人才培养,开发民族医药产业,弘扬民族医药文化有助于推进健康中国战略的实施,充分挖掘、保护和传承畬族医药理论、技术对民族特色医学具有重要的现实意义。

**关键词** 畬族医药;治疗;养生保健;发展

新时代,习近平总书记对中医药发展战略作出了重要指示:遵循中医药发展规律,传承精华,守正创新,为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。畬族医药是中医药宝库中重要的组成部分,是畬族人民在历经千百年游耕迁徙、与疾病抗争中总结出的经验医学,更是典型的民族特色医学。由于畬族医药的传承主要依靠口传心授,文字记载鲜见,导致许多医理、良药、良方、药食养生技术等不仅收集整理困难,且面临逐渐散佚的危险。因此,挖掘保护和传承创新畬族医药是贯彻落实新时代关于中医药发展工作的具体行动,亦是推动民族医药发展的重要举措。

## 1 畬医畬药特色理论

畬族医术在传承发展中,广受中医影响,又有别于中医,其中有许多理论和技术极具民族特色<sup>[1]</sup>。《黄帝内经》云“生之本,本于阴阳”“善诊者,察色按脉,先别阴阳”,说明阴阳是万物化生的根本,亦是辨别疾病的总纲<sup>[2]</sup>;“得神者昌,失神者亡”,说明神是精气等物质活动的外在表现,调神的重点在于调养脏腑精气,以恢复津血调匀的状态。畬医也用“阴阳哲理”“六神”等理论区分、指导用药,调整、维护机体的健康状态,以求益寿延年。

### 1.1 阴阳哲理理论 畬医在生产实践中,逐渐总结

并掌握了维护人体阴阳的平衡是调护机体健康的关键,受中医理念的启发,形成了阴阳哲理理论。该理论概括了畬医对自然界既相互依存又相互对立的事物和现象的认识,在诊法、疗法以及药物性能认识和应用方面,更为简洁易行,如诊脉分阳脉、阴脉、热脉、冷脉,诊舌分阳舌、阴舌<sup>[3]</sup>;用药注重调整人体阴阳的平衡,以“寒药治热,热药治寒”为施药原则补偏救弊;以草药生长地处的阳坡阴壑辨别药性之寒热<sup>[4]</sup>。从宏观角度判别施诊,更具易懂、易学、易掌握的特点,运用阴阳哲理关系来辨证施治、定论药性、遣方用药,是畬医医病诊治的基础,亦是指导畬族人民养生保健、维护机体功能平衡稳定的基本理念。

**1.2 “六神”理论** 畬医认为人有肝、心、脾、肺、肾五脏神和胆腑神,崇尚“六神”理论<sup>[5-7]</sup>。“六神”统领指挥人体经脉,各司其职,共同主宰人体生命活动。现代畬医将其发展为“六神”说,有“六辰”之称,意为十二时辰之半,寓人体气血往来调和、周而复始,与十二时辰、二十四节气变化相适。“六神”一旦受损即为“六神病”,也称“六辰”病,畬医在治病防病时,结合不同时辰、部位、症状,应用适当的防病、养生技术手段调整机体阴阳气血,综合辨证论治,及时选用“六神”方药予以治疗,以恢复人体气血调和状态,从而达到维护健康的目的。

**1.3 畬药药膳理论** 畬族多居处于地理环境、气候、土壤等条件适宜药用植物生长、繁殖的山区,其常用药物种类繁多,资源较丰富。畬医对药性的定论简便易行,分为阴药、阳药、和药三大类<sup>[7]</sup>:性温、热者为阳药,可治气血衰降、寒凝湿困之证;性寒、凉者为阴药,可治气血亢盛、热毒壅结之证;药性平和、无偏颇者为“和”药,具平衡滋补之功。

<sup>\*</sup> 基金项目 福建省 2011 中医健康管理协同创新中心 (No. JG2017017)

<sup>▲</sup> 通讯作者 朱龙,男,医学博士,副教授。主要从事中医四诊客观化、中医健康管理研究。E-mail:24435933@qq.com

• 作者单位 1. 福建中医药大学中医证研究基地 (福建 福州 350122); 2. 福建省中医健康状态辨识重点实验室 (福建 福州 350122); 3. 福建省 2011 中医健康管理协同创新中心 (福建 福州 350122)

畲药以野生植物药为主,少用动物药,矿物药基本不用。传统青草药以植物根、茎、叶入药者为多,其中,根部入药最为常见,亦有全草入药者,畲民遣药治病多用鲜品,用药讲究新鲜,陈年药草一般不用,有随手采来顺手医的用药特点,大部分直接使用无毒或毒性小的原生药材,很少进行特殊加工炮制,且使用剂量较大<sup>[8-10]</sup>,具有纯天然、简便快捷、低廉实用等特性。

“动者不衰,乐则长寿,修身养性,听天由命”是畲医崇尚的养生之道。重视自然健康,崇尚益寿延年是人们孜孜不倦的追求,古人早有“药治不如食治”“药补不如食补”的主张,将丰富的野生药草资源与日常生活食品相结合,烹制出种类多样、风味独特的药膳美食<sup>[11]</sup>。

畲族药膳中使用的草药药性普遍较平和,多以甘、淡为主,用量较大,药味较少,常仅用单味药,疗效确切,还具补益之功,可扶助正气<sup>[12]</sup>。千百年来,畲族人民逐渐形成许多“药食同源”的饮食习俗,并将畲药药膳运用于防治疾病,药膳食疗法是畲族医药极具特色的自然疗法之一。

## 2 畲医畲药特色技术

**2.1 发痧技术** 痧症理论、发痧疗法是畲族医药中最有特色的理论治则之一。痧症的临床表现多异,一般按照发病部位、病症体貌特征、仿动物形态或按致病因素等方式进行命名、辨别,病因较复杂,多因“痧气”侵袭而致病,有外感、内伤之别,绝大多数表现为实证,有“痧症无虚症”之说<sup>[13-14]</sup>。因此,在日常养生保健中,要注意“适寒温,避六淫,慎起居,调情志”,避免“痧气”侵扰。

在痧症的治疗上,发痧技术简便易行<sup>[15]</sup>,疗效安全明显,经济实用,集简、便、验、廉于一体,常起到立竿见影的神奇效果。发痧疗法不仅在肚翻痧、头痧等痧症方面理法详备<sup>[16-17]</sup>,而且在神经痛、高血压头痛、腰椎间盘突出症、术后康复等方面亦疗效显著<sup>[18-21]</sup>,这项古老的技术至今仍传承和应用于畲族人民的防病养生中。

**2.2 畲药、药膳养生技术** 畲医用药常以鲜品,新鲜药草气味纯厚,药汁丰富,外敷内服均能保持药物的天然特性<sup>[22]</sup>。外用时,多用于伤科疾患的治疗,可将新鲜草药直接捣烂外敷,以行瘀消肿、止血定痛;内服时,多用于肺炎、阑尾炎等疾患的治疗。多数处方仅用单味药,即使配伍组合,也一般不超过五味,除外用、煎汤之外,还对处方和剂型做适当调整<sup>[23]</sup>,以适应病情、获取良效。

畲民注重饮食物自身的凉热属性,用阴阳哲理理论指导用药养生,体寒者用阳药,体热者用阴药,更是秉承“上医不治已病治未病”思想,强调未病先防、以防为主,药食同调以扶正御邪;季节时令及饮食物的补益作用亦为畲医所重视,讲究食借药威、药助食性,药草与食物相互搭配,使药膳具备药效的同时,亦不失口感和营养,如大小暑令之际食凉粉草、“乌饭节”烹煮“乌稔饭”、制鼠曲粿等,以达防暑避气、补益精气、强身健体之功,因而流传有“九药不如一补”的说法<sup>[24]</sup>。此外,针对内、外、妇、儿、五官等科不同病症的膳食疗方,其开发利用前景广阔<sup>[25]</sup>。

**2.3 其他技术** 畲医在疾病抗争中,形成丰富多样的防病治病技术,如刮、挑、捏、抓筋、熏洗、热熨等,操作较为简便易行,且安全有效<sup>[26]</sup>。其中,用药草煎汤熏蒸、熏洗,早期就被畲民应用于避秽防疫、预防疾病及治疗皮肤毛囊疾病、妇科肛门疾患、虫咬蛇伤等;热熨方面,多以青砖、石块、河沙、葱、姜、盐、醋等作为贴熨物,根据其性质的不同而选择适宜贴熨物,将其加热后,直接或间接置于患处进行热敷、熨烫,借热温阳散寒,更使贴熨物中的药物成分直达病所,起到疏通气血的作用,多用于虚寒、寒湿、气滞血瘀等证。

这些技术虽有效易行,但也需掌握其适应证及注意事项,例如急性炎症、恶性肿瘤、神志异常疾患以及孕妇等特殊时期的人群应当严格遵照适应证、禁忌症选用,方能在防病保健中,顾护正气,维护健康。

## 3 新时代下畲族医药发展方向

**3.1 加强畲医畲药理论整理** 传统畲族医药的承袭,主要依靠畲民以口耳相传的方式教授,缺乏文字记载<sup>[27]</sup>,在一定程度上限制了畲族医药的发展。新时代,在中医药、民族医药迎来前所未有的发展机遇下,对传统畲族医药,尤其是畲医青草药展开系统研究<sup>[28]</sup>,不仅有利于畲族草药的开发与种植栽培,亦可提高畲族青草药使用的安全性和有效性。更应加强对畲族医药中理论与技术的整理、汇编以及畲族医药古籍的整理、校对,出版畲医药书籍,建立和完善畲医药资源数据库<sup>[29-30]</sup>,以为民族医药振兴提供智力支持,也是畲族医药传承、应用以及深层次研发的有力支撑。

**3.2 加强畲医畲药人才培养** 由于畲族居住地较为偏远,多数畲医散落分布于畲村各地,亦农亦医,仅少数文化程度较高的畲医才具备坐诊医堂资格。面对现如今畲族医药传承不足、人才渐缺的困境,在遵循中医药发展规律的前提下,紧跟新时代的步伐,深

入开展畲族医药普查,深化对畲族医药文化的研究,加强专业人才储备,壮大科研人才队伍,为畲族医药研究和发 展提供强劲 的智力支持,实施人才培养战略。

**3.3 加强畲医畲药产业开发** 畲族医药药材种类丰富,诊疗方式与养生技术手段亦独树一帜,在新时代的新机遇下,要聚焦、紧扣市场与临床两大环节,定位明确<sup>[1]</sup>,深入开发畲族医药资源,积极开展临床实证研究,加快畲药制剂的研发、应用、验证以及质量标准体系的建立,搜集、整理散落在民间的畲医畲药特色诊疗技术,开发药食同源的畲医药品种,集中力量打造具有自主知识产权的畲药品牌,推动畲族医药走出“深山闺林”,助力民族医药走向大众视野。

另外,基于畲药以野生植物药为主的优势,建设以畲医药种植、畲医药文化展示等为抓手的“畲医药产业示范基地”,让畲族医药发展与乡村振兴战略同频共振。

#### 4 小结

新时代下,中医药发展已然上升为国家战略,面临的机遇前所未有,应用前景十分广阔。特别是历经新型冠状病毒肺炎疫情的考验,中医药、民族医药展现出其独特的价值和深广的影响。因此,发展和振兴民族医药正当其时,对于弘扬民族文化、建设健康中国更是具有重要的现实意义。充分挖掘、研究畲医畲药的理论技术,培养民族医药人才,加大对民族药物开发的扶持政策,发挥畲族医药的资源和优势,致力于弘扬畲族医药文化,进一步推动畲族医药产业的开发,把创新工作谋准谋实,不忘初心、牢记使命,传承精华、守正创新,推动中医药、畲医药事业健康发展,让畲族医药文化为健康中国的建设贡献一份力量。

#### 参考文献

[1]陈 锋,李鲜慧,朱怀玲,等.福建省特色畲医药发展研究[J].中国民族民间医药,2018,27(23):4-6.  
 [2]柴瑞震.阴阳学说是《黄帝内经》的基础理论核心[J].中医药学刊,2005,23(8):1384-1387.  
 [3]鄢连和,蓝梅英,李水福,等.试论畲族医药的阴阳哲理[J].中国民族医药杂志,2007,13(7):8-9.  
 [4]李水福,李建良,雷后兴,等.畲族用药特点再研究[J].中国民族医药杂志,2006,12(5):72-75.  
 [5]雷后兴,陶云海,鄢连和.畲族医药研究近况[J].中国民族医药杂志,2006,12(5):8-10.  
 [6]雷后兴,鄢连和,陶云海,等.中国畲族民间医药调查报告[J].中国民族医药杂志,2007,13(8):60-63.  
 [7]雷后兴,郑宋明,李建良.我国畲医药研究概述[J].中国民族医药杂

志,2013,19(10):1-5.

[8]徐美华,朱美晓,鄢晓琳,等.畲药资源开发和利用的现状与建议[J].中国乡村医药,2016,23(19):81-82.  
 [9]林青青,覃清海,林 羽,等.福建省柘荣县民间传统中草药调查研究[J].中国民族民间医药,2016,25(18):105-109.  
 [10]竹剑平,林松彪.浙江畲族民间医药卫生述要[J].中华医史杂志,2002,32(4):4-8.  
 [11]黄智锋,黄碧春.福建畲族药膳食疗养生刍议[J].光明中医,2015,30(11):2273-2274.  
 [12]李 丹,刘玉凤,林娟.福州畲族民间药膳初探[J].海峡药学,2015,27(12):36-38.  
 [13]徐向东,郑宋明,鄢连和,等.畲医痧症的发痧疗法[J].中华中医药学刊,2009,27(3):574-576.  
 [14]郑宋明,雷后兴.畲医痧症辨痧刍议[J].浙江中医杂志,2008,43(8):484.  
 [15]雷后兴,郑宋明,张巧玲,等.畲医痧症常用外治疗法规范与标准研究[J].中国民族医药杂志,2015,21(2):24-26.  
 [16]邹光翼,徐向东,郑宋明.畲医肚翻痧的诊疗规范及应用研究[J].中华中医药学刊,2014,32(11):2651-2653.  
 [17]邹光翼,徐向东,郑宋明,等.畲医头风痧诊疗特色研究[J].中国针灸,2015,35(3):279-281.  
 [18]朱 敬,张巧玲,雷后兴,等.畲医发痧治疗枕神经痛疗效观察[J].上海针灸杂志,2016,35(6):688-690.  
 [19]叶玉珠,潘 铨.畲医搓痧疗法联合护理干预在高血压性头痛患者中的应用[J].中华全科医学,2020,18(2):329-331.  
 [20]叶亚云,金 掌,张巧玲.畲医疗法治疗急性疼痛期腰椎间盘突出症疗效观察[J].上海针灸杂志,2015,34(5):447-448.  
 [21]金 掌,叶亚云,鄢连和,等.畲医发痧疗法在腰椎术后快速康复中的应用[J].中国现代医生,2017,55(14):93-96.  
 [22]吴 婷,周军挺,鄢连和.畲医药物疗法概况与应用[J].中国乡村医药,2018,25(11):71-72.  
 [23]鄢连和,雷后兴,徐美华,等.我国畲族医药的特点及其现代化发展道路[J].中国药业,2005,14(7):10-11.  
 [24]鄢连和,雷后兴,吴 婷,等.浙江畲族民间用药特点研究[J].中国民族医药杂志,2007,13(6):35-38.  
 [25]朱美晓,鄢连和,杨婷婷,等.浙江畲族民间药膳资源调查与分析[J].中成药,2016,38(10):2310-2312.  
 [26]陶云海,雷后兴.畲族民间常用外治疗法[J].浙江中医杂志,2006,41(3):156-158.  
 [27]黄春情,沈廷明.闽东畲族医药发展的现状与思考[J].海峡药学,2019,31(12):134-135.  
 [28]李水福.发掘整理畲药丰富中药宝贵[J].中国民族民间医药杂志,2003,12(2):66-73.  
 [29]李志敏,王绪颖,施 冲.畲医药资源数据库的建立[J].中国民族民间医药,2019,28(2):4-5.  
 [30]李志敏,鄢连和.畲医药资源数据库系统的建设研究[J].电脑知识与技术,2018,14(27):5-6.  
 [31]鄢连和,汤召峰,徐美华.对畲族医药产业化发展若干问题的思考[J].中国药业,2007,16(16):13.

(收稿日期:2021-09-24)

(本文编辑:蒋艺芬)