**合理选用“川贝蒸梨”**

川贝母为百合科植物川贝母、暗紫贝母、甘肃贝母、梭砂贝母、太白贝母、瓦布贝母的干燥鳞茎，按性状不同分别习称“松贝”、“青贝”、“炉贝”和“栽培品”。

川贝母性味苦、甘，微寒，归肺、心经，有清热润肺，化痰止咳，散结消痈之功效。用于肺热燥咳，干咳少痰，阴虚劳嗽，痰中带血，瘰疬，乳痈，肺痈。用法用量为3-10g；研粉冲服，一次1-2g。儿童遵医嘱酌减。川贝母属于卫生部规定的保健食品的物品，对证使用，正确服用，是较为安全的。

在人们的生活中，常常把川贝蒸梨作为治疗咳嗽的首选，殊不知无论是食物还是药物，都具有其偏性，应当“辨证论治”，才能使其发挥出应有的效果。那么川贝蒸梨适合于哪种咳嗽呢？

首先介绍一下中医对咳嗽的分类：:咳嗽气逆，咳则连声，甚则咳吐鲜血，或痰带血丝，胸胁串痛，性急易怒，烦热口苦，咽喉干燥，面红目赤。舌苔薄黄少津，脉象弦数。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **外感咳嗽** | **内伤咳嗽** |
| 分类 | 风寒咳嗽 | 风热咳嗽 | 燥热咳嗽 | 肺火咳嗽 | 痰湿咳嗽 | 肺气虚咳 | 肺阴虚咳 |
| 病机 | 感受风寒，肺失宣降 | 风热犯肺，肺失清肃 | 风燥伤肺，肺失清润 | 1.肝郁化火，火热伤肺2.痰热壅肺，肺失宣降 | 脾虚湿盛 | 久咳伤肺 | 1.久病体弱阴虚2.外邪久留于肺，损伤肺阴 |
| 季节 | 冬季、初春 | 夏季、初秋 | 秋季 | ——— | ——— | ——— | ———— |
| 咳声 | 声重有力 | 剧烈，嘎哑 | 剧烈、干咳 | 咳嗽气逆，咳引胸痛或咳嗽气息粗促 | 重浊 | 短促，低怯，反复发作 | 短促、干咳，有时嘶哑 |
| 痰色痰质 | 白色稀痰 | 黄色粘稠，咳痰不爽 | 痰少而粘不易咳出或痰中带血丝 | 痰多，黄色粘稠，难以咳出，有时痰中有血丝 | 痰多色白，粘腻或稠厚，容易咳出 | 清稀 | 干咳无痰或痰少而粘，有时痰中带血 |
| 伴随症状 | 鼻塞，流清鼻涕，头痛，怕冷，发热，无汗，全身关节酸痛 | 咽干疼痛，口渴，流黄稠鼻涕，发热，头痛，怕风，全身酸痛 | 咽喉干痛，口燥鼻干，头痛，鼻塞，发热，轻微恶寒，有的大便干燥，尿少尿黄 | 胸闷口苦，咽干，咽痛，口渴，大便秘结，舌苔黄，脉滑数或弦数  | 头晕，自觉胸闷，腹部胀满，不思饮食，身重疲倦，舌苔白腻 | 气短懒言，言语低微，面色晄白，喜温怕冷，自汗，容易感冒。 | 咽喉干燥疼痛，午后发热，盗汗失眠，颧红，手足心热，身体消瘦 |
| 治法 | 发散风寒，宣肺止咳 | 疏风清热，肃肺止嗽 | 清热生津，润肺止咳 | 清肺泻热，豁痰止咳 | 健脾燥湿，止咳化痰 | 益气补肺 | 滋阴清热，润肺止咳 |

由上表可以看出，咳嗽因病机不同，表现的症状也有所不同，所以咳嗽是多种疾病的表现，在临床上需辨证用药。因川贝性味苦，微寒，所以对于风寒咳嗽，痰湿咳嗽则不适宜选用。对于燥热咳嗽，肺火咳嗽，肺虚咳嗽，可以选用川贝，但需与其它药物配伍使用，方能达到较好的疗效，而并非川贝一味药物就能全部解决的。

分析了咳嗽的病机，川贝的性味功效，足以证明通常人们家庭中选用的川贝蒸梨，并不是人人适用，更不是药到病除，所以有一些建议供大家借鉴：

1. 明确的认识

 对于咳嗽，病机很复杂，并非一味川贝所能应对，所以川贝蒸梨在辨证之后服用也只能是辅助的作用，不可盲目依赖。

2. 自身的了解

 如果属于脾胃功能较弱的人或是小孩（素体脾胃较弱）建议在医师指导下服用，否则因为川贝苦寒易伤脾胃，造成脾虚不能运化水湿，反而会湿

 盛生痰。

3. 合理的选用

 川贝蒸梨应在燥咳初起，偶有干咳，少痰或无痰而并无其他伴随症状的情况下选用，若短期无改善或有其他症状出现，应及时就诊。对于燥热咳

 嗽，肺火咳嗽，肺虚咳嗽，应以服用治疗药物为主，川贝蒸梨仅为辅助治疗。对于风寒咳嗽，痰湿咳嗽则不适宜选用。

3. 正确的服用

 药典规定川贝用量为3-10g；研粉冲服，一次1-2g。儿童用量应遵医嘱。因此川贝蒸梨也应在此剂量之内。将大梨，去心，装入规定量川贝，少

 量冰糖，蒸熟服用。应当注意的是川贝药性苦微寒，只建议短期服用。

综上所述，希望大家走出生活中治疗咳嗽首选川贝蒸梨的误区，因为无论是食物养生，还是药物治疗，知己知彼，辨证后合理地应用，方可相得益彰，达到满意的效果。

 北京积水潭医院 中药房 张宏伟