

■名医档案

邓铁涛(1916-),广东开平人,出身于岭南名世家,深受家庭的熏陶,自幼就对中医产生浓厚的兴趣。他是首批享受国务院特殊津贴的专家,国家中医药管理局中医药工作专家咨询委员会委员,中国中医药学会中医理论整理研究委员会副主任委员,国家卫生部药物审评委员会首届委员,国家中医药管理局抗非典专家组组长,广州中医药大学终身教授,国家名老中医,中华中医药学会理事,广州中医药大学邓铁涛研究所所长。



# “20年后, 西医或向中医取经”

## 中医泰斗、广州中医药大学终身教授邓铁涛认为中医药正迎来发展的最好时机

### 世纪之交是中医转运之时

记者:中医与西医的关系是19世纪以来国内医学界讨论的热点,在这个问题上您怎么看?中医西医孰强孰弱?  
邓老:中医中药是我国的文化瑰宝,甚至可以说是我国的“第五大发明”。西医虽然发展到现在的分子水平、蛋白质水平、基因组水平,但它是线性的,它是生物为本,凡病要找到病毒的源

头,找到元凶,然后采用对抗的方法,把它杀死;中医则是以人为本,它把病按邪进入人体后的反应进行归类,人为一方,邪为另一方,治病就祛邪。  
西医和中医的思路是不同的,西医对抗性的治疗方案不能说不好,但病毒会变异和有耐药性,越来越难杀死,西药也要经常更新换代。而中医

采用的是祛邪的思路,几千年来,路子越走越宽。我预计,20年后,西医理论方向可能要向中医学习。  
我认为,21世纪中医会走不同的路,会腾飞。中医是文化的瑰宝,世纪之交是我们中医转运的时机。SARS一来,中医就开始被重视了,这一关我们弄好了,世人就认识中医了。

### 中医首先是为13亿人服务

记者:目前,传统的中医药仍不能以药品身份打入国际市场,国内很多中医药企业仍不断为之努力。您认为应怎样辩证地看这个问题?  
邓老:中药需要走出国门,但是也要辩证地看。在中国,许多药物学家,如想制什么药,需通过西方的一些认证,如果这样的话,是不对的。因为首先我们的中药,首先应弄清楚,这个药是为谁服务的问题。我们是有中国特色的社会主义国家,我们研究药,不是为外国人服务的,而是为本国的人民服务的。药当然也是一种商品,我们要占领我们本

国的市场呀。  
现在或多或少,都会有这种思想,认为进口的药好,这种思想几乎影响人的一生。我们中医中药,可以采用西方先进的方法,使我们的中药既保留它的有效成分,也少了一些杂质的东西。但是我们要坚持走自己的路,不一定要走它的路。中医首先是为13亿人民服务的。广东省省委书记张德江提出,广东是中医中药大省,应当成为中医中药强省。我认为,广东中医中药的群众基础好,有条件成为中医中药强省,广东省委的决策也给中医中药的发展带来契机。

中药这么苦,谁会天生就喜欢喝?归根结底,是因为中药有效,能真正治好病,群众才相信它。凉茶就是预防疾病的,我们中医讲“上工治未病”,就是上等的医生是在人没有发病之前就采取手段进行预防,治疗还没有发病的人。广东地处潮湿多瘴气的南粤地区,传染病较多,凉茶有清热解暑的作用,能防病治病。欧洲历史上出现过三次死亡百万人以上的大规模瘟疫,民国时期,广东虽然也出现鼠疫,但死亡人数并不多,跟中医中药不无关系。

“中医中药是我国的文化瑰宝,甚至可以说是我国的‘第五大发明’”。

——邓铁涛妙论中医

□时报记者 吴信谊 通讯员 王春丽 摄影报道

蓬勃发展的中医药产业并非一帆风顺。鱼腥草中药注射液被叫停、以药品身份走出“大宅门”仍遥遥无期……发展中医药产业需要强心剂。

中医泰斗、广州中医药大学终身教授邓铁涛虽年事虽高,但为中医药事业奋斗的雄心不已。“我一直为中医的发展在呐喊!”8月29日,这位90岁高龄的睿智老人在接受广州主流媒体采访时再次发出呐喊声,呼唤有识之士都来关注中医,振兴中医药事业。

中医西医孰强孰弱?广东建设中医药强省有哪些优势?……面对记者的提问,邓老在两个半小时的采访中侃侃而谈,将问题迎刃而解。

■花絮

### “一天生活从打八段锦开始”

在长达两个半小时的采访中,有记者问到90高龄邓老的养生之道,他称养生必须先养心,打八段锦是他每天的必修课。  
邓老告诉记者,中医理论可贵之处在于“上工治未病”,怎样达到治未病的目的呢,主要是靠养生,西医讲卫生,中医讲养生。其区别在于一个是被动,一个是主动,卫生是预防,中医讲求通过养生达到防病的目的,重视人体的自强,西医也有预防思想,它主要通过打预防针来进行预防。西医讲灭细菌,什么东西没有细

菌,其实这是不对的,人平时应该经常与细菌打交道,才能增强抗病能力。温室里养的,能生存在这个世界上吗?  
“养生怎样做?内经里有两句话是很经典的:‘虚邪贼风,避之有时;恬淡虚无,真气存之,精神内守,病安从来……’恬淡虚无讲究精神,要养生,先养心,中医里的心包括,脑、血液循环等。人要心胸开阔,如果很小事情都计较并整天忧愁,就会引起失眠,失眠会引发其他病症。中医讲七情,但七情太过,就容易生病。心态很

重要,凡事要心胸开阔,退一步海阔天空。其它就是养身,养身主要是靠运动,但‘生命在于运动’只讲对了一半,我们讲运动,还要讲运动的‘度’,很多老头运动过于激烈,结果倒在了操场上。  
“我每天起床后首先进行自我按摩,然后再打八段锦。像八段锦、五禽戏、太极拳都是我国优秀的文化。我们是优秀的民族,要保卫中华文化,当然我们也要剔除其中的糟粕,中医是科学的,是优秀的,我们要发扬中华文化。”邓老如是说。

## 健康0感 show出来

盛夏吃喝全接触

炎热的夏天,持续的热度让许多人吃不消,所以应该选择清凉或者清淡的食物及饮料来对付夏天的淫威。在接下来这一个月的时间里,本栏目将连续四期为你“解剖”酷暑,教你以不同的食物、不同的饮料来抵抗高温,给你一个清凉、舒心的夏日。

这个夏天喝得营养

炎炎夏日你想喝一罐冰凉的汽水,来个透心凉还是在解渴的同时又获得充足的营养?营养专家建议,在考虑个人体质不同的前提下,夏日可以更多地考虑选择各种豆制品饮料。

豆制品作为夏天的营养饮料有一连串好处让你无法抗拒。大豆含有丰富的蛋白质、磷脂、多种维生素、氨基酸和矿物质等营养成分,并能有效阻止人体钙质的流失,经常食用有助于促进还可平衡体内营养结构,减少或避免肥胖病、营养不良等现代人常见病的发生。

要知道我们中国的豆奶在美国可是“饮品骄子”!美国食品和药物管理局建议每人每天应喝4杯豆奶以降低体内胆固醇并延长寿命。

这个夏天喝得健康

说起喝茶,茶一定可以适合现代人的要求,根据自己的不同需要选择不同的茶可以让你在这个夏日过得更轻松。如今,市面上的茶饮料品种繁多、口味丰富,要避免夏季口渴难耐时饥不择食胡乱选购,那么你得先了解自己适合喝什么茶。

用脑过多的人:乌龙茶、绿茶、茉莉花茶  
体力劳动或运动之后:乌龙茶、红茶  
经常处于空气、环境污染的情况下:绿茶  
缺乏运动和运动的人:乌龙茶、绿茶、花茶  
吸烟嗜酒者:绿茶  
阴虚体质者:绿茶  
阳虚体质:脾胃虚寒者:乌龙茶、花茶  
便秘者:蜂蜜茶  
降血脂、防动脉硬化:乌龙茶、绿茶

☑ 欢迎来信与我们分享您的消暑心得,如果获得刊登,将会获得由杨协成公司提供的精美礼品一份。来信请寄到:广州市邮政568信箱,邮政编码:510010(请注明回邮地址及联系电话)。

## 健康新0感

0%胆固醇+0%动物脂肪-0%乳糖=100%健康

杨协成 本栏目由杨协成(广州)有限公司提供赞助