

家有一老，科学用药是块宝

——两例老年人用药经验分享

文 / 北京市丰台区中医医院（南苑医院） 郭嫦娥

“如果不是家里有这样一位长者，还真不知道科学用药居然如此重要哩！”这是我成为一名中药师之后的认识，而这种认识是从自己家人身上开始的。今天，药师就分享两则家中长者用药的小故事，希望能为大家提供参考，举一反三，更直观地认识科学用药的重要性。

一、巧用归脾胶囊，妙治舌苔腐腻

故事的主人公是我家的“大宝贝”——83岁的奶奶。到了她这个年纪，平日里的爱好也没别的，就是睡觉和遛弯；对吃饭则是完全不上心，只应付了事。

吃饭不认真，除了饭量小、食欲不佳的影响，她个人脾虚胃火旺也是主要原因。奶奶舌苔腐腻的情况特别明显，她跟我说，每天早上都可以从舌头上刮下一片白，还伴

有牙疼、口腔溃疡等问题。趁着那次机会，我还详细问了她的其他情况，得知：在新冠痊愈之后，奶奶还出现了身体乏力、头晕等问题。

根据奶奶的症状以及具体情况，我选择用归脾胶囊治疗。

从处方的角度来说，归脾胶囊的组方来源于归脾汤，是传统的补益剂，具有健脾养心、益气补血的功效。从剂型的角度考虑，选择胶囊是因为胶囊容易吞服，高龄的奶奶的依从性会很好。

归脾汤的组方包括：白术、茯苓、黄芪、龙眼肉、酸枣仁、人参、木香、甘草、当归、远志。方中，黄芪补脾益气，龙眼肉补脾气、养心血，二药共为君药，发挥主要作用。人参、白术皆为补脾益气之要药，与黄芪配伍，能增强补脾益气的作用；当归补血养心，酸枣仁宁心安神，二药与龙眼肉配伍，起到补心

血、安神志、促进睡眠的作用，上四药均为臣药。茯苓养心安神，远志宁神益智，木香理气醒脾，同补气养血药配伍，可使补而不滞，此三药具为佐药。甘草为使药，可以补益心脾之气，同时调和诸药。方中选用远志-酸枣仁药对，这是经典的中医安神药对。其中，远志为甘草的水制品，因为远志生品“戟人咽喉”，经甘草水制后，能缓和燥性、消除麻味，防止刺喉，可安神益智；而酸枣仁炒制后，可以增强安神、补益、益智等功效。据《内经大成》中关于七福饮的记载，“枣仁、远志宁心而交肾，心肾交，少阴治矣”，明确了酸枣仁、远志配伍后宁心安神、交通心肾的功用。这张处方君臣佐使分明，用药补而不滞，而且药性比较温和。

从历史上的归脾汤衍生到现在的归脾胶囊，主要变化是将方

中的人参替换为党参、茯神替换为茯苓，并且明确了很多药的炮制品——这些变化也让其成为治疗心脾两虚的经典中成药。其中，黄芪和甘草选用蜜炙，中医临床有“补脾宜炙用”之说，黄芪蜜炙后补益作用得到增强，功效以补中益气为主；甘草蜜炙后可以增强补脾益气的功效。炒白术可以降低生白术之辛燥性，并增强健脾燥湿、止泻的作用。纵观本方，调整后补脾的作用更强，且滑肠的风险更小，更加安全有效，适合老年人服用，对于奶奶而言，非常合适。

归脾胶囊每日3次，每次4粒，连续服用一个月之后，奶奶的舌苔出现了显著的变化。那天，她惊喜地告诉我：早上起床后，嘴角不再有白色的分泌物了，腐腻如豆腐渣的舌苔消失了，口腔溃疡也没有了！

细细想来，这用药真是一门大学问啊！作为一名中药师，能利用所学解决家中老人的问题，真是一大幸事。

二、选择拨云退翳，治疗走路飘忽

记不得是哪年了，只知道是初春三四月。当时，万物更新，草木生发，也是人体肝木生发的季节，奶奶的肝火又开始旺了……

有一天，奶奶特意打电话向我求药，她说自己现在走路好像踩在棉花上一样，飘飘忽忽地，走路必须得扶着东西才踏实，不然就会有随时都可能踩空的感觉。停了一会，她补充说，最近看人也不太清楚，总要等人走近后才知道对方是谁。“这可不兴啊！万一看不清、踩不稳导

致摔跤，对于高龄老人来说可太危险了！”听完之后，我暗暗担心。

结合奶奶目前的症状，我建议她服用拨云退翳丸。

拨云退翳丸来源于元代倪维德的《原机启微》，是眼科常用的经典方。具有散风明目、消障退翳的功效。用于目翳外障，白内障，青光眼，玻璃体混浊，糖尿病眼疾等，主要症状表现为视物模糊、老眼昏花、隐痛流泪。

拨云退翳丸的组方包括：川芎、菊花、蔓荆子、蝉蜕、蛇蜕、密蒙花、薄荷叶、木贼草、荆芥穗、黄连、楮桃仁、地骨皮、天花粉、甘草、川椒皮、当归、蒺藜。方中药物大多是清肝明目的常用药：蒺藜、蝉蜕、蛇蜕、木贼明目退翳，蝉蜕、蛇蜕、木贼能改善血液的黏稠度，黄连、天花粉清肝热，同时黄连还具有抗氧化的作用，菊花、密蒙花则具有平肝明目的作用。对此，后代《普济方》卷八十一、《济阳纲目》卷一〇一、《东医宝鉴·外形篇》卷一引《医林方》等均有记载，虽有不同程度地演变，但主要都针对眼目不明的治疗，是传承使用良久的眼科经典方。

拨云退翳丸每日2次，每次1丸，连续服用4周为一个疗程。经过一个疗程的治疗后，奶奶直呼此药太灵验了：虽然在一定程度上还有视物模糊，但是走路感觉脚踏实地，不再有脚踩棉花的眩晕感了。这也是我上班以后给奶奶的第二次用药指导，想不到效果还挺好。

三、感悟与体会

这两次由奶奶参与、我负责实



施的用药指导，让我深刻认识到了科学用药的重要性。科学用药，不仅可以少走弯路，直捣病灶，让患者迅速恢复健康，还可以提高自己对药物应用的认知，让自己的专业



知识得到进一步的提升。

同时，站在一名药师的角度，我对老年人用药有了更深刻的认知。老人作为一个特殊群体，是我们基层药师需要特别关注的对象。

由于老人的机体代谢减慢、脏腑功能退化，用药剂量和药物联用都必须注意。而且，很多老人都患有慢性病，有些甚至不止一种，这也是用药前必须考虑到的事。任重而道远，

未来，我们还需要多关注老人用药，让家里的“大宝贝”都能少吃药、吃对药，健健康康来养老。**药师与A**