

还少丹、壮阳汤、大补丸……这些都是可以返老还童、延年益寿的灵丹妙药?昨天,南京的古籍收藏家范克平向记者展示了三卷《竹林寺女科秘传》。这三卷古籍是清代一个姓张的人于光绪七年手抄而成,古籍用的药方都来自杭州萧山“竹林”古寺,据说其中的一些药方,就连明代大脚马皇后以及清朝的慈禧太后,都寻找或者用过书里提及的药方。范克平说,这些药方从诞生到流传,已经有近千年的历史了,而《竹林寺女科秘传》全世界也仅他手上有这三卷。

快报记者 胡玉梅 张星



范克平展示收藏的《竹林寺女科秘传》 快报记者 施向辉 摄

经常开车 容易得胃病

快报讯(通讯员 胡必强 记者 安莹)日常生活中,交通运输等产生的振动竟然也会引起消化道疾病,尤其是胃和十二指肠溃疡等。南京农业大学动物医学院副教授张源淑和她的学生邓艳日前做了一个有趣的实验,通过“振台”这种实验仪器模拟了公路交通运输中的振动,证实这种振动会让大白鼠的胃部很受伤。

据介绍,胃黏液分泌失常,胃部就会引起炎症等不适。张源淑在实验中通过解剖观察发现,“交通运输”中每秒5次或者6次的振动,会使胃黏液分泌明显减少,从而影响或削弱了胃黏液的屏障作用。

国外研究人员曾经对330名驾驶员做了跟踪调查,发现胃及十二指肠溃疡患者占15.7%,胃炎患者占14.5%,发病率明显高于一般人群,而且接触振动时间越长,发生病变的比例越高,从业10年以上的人病变比例竟高达80%。

专家提醒,汽车驾驶员可以加强车辆维修保养,保证车辆的减振系统完好,并科学驾驶车辆,努力降低车辆振动。

太阳镜 弧度过大损害视力

天气渐热,佩戴太阳镜的人也多了起来,大个太阳镜颇受时尚年轻人的欢迎。

但医生提醒,太阳镜并不是越大越好,因为人们的脸宽度是有限的,如果镜片过大,它覆盖在人们脸上时的弧度也会产生变化,一般情况下,10度弧度内是安全的。而镜片的弧度一旦超过15度,镜片接受光线的折射率就会出现变化,而镜面弧度越大折射率变化越大,佩戴这种太阳镜时,人们看到的事物就会出现凹凸不平,长期佩戴易使眼睛疲劳、干涩,损害视力。

瑞丽健康

南京一收藏家展示孤本《竹林寺女科秘传》 千年古方中藏有灵丹妙药?

千年医药秘方有点“神”

记者看到,《竹林寺女科秘传》共三本,从第二卷开始一直到第四卷,内容都是如何治疗不孕不育,妇女生小孩该如何调理,孩子出生后容易生些什么病?该如何治疗?范克平说,这些药方来自东晋年间的一座古寺“竹林寺”。

“这个寺庙中有一个高僧,能够看各种疑难杂症,凡是经和尚看病的,都能够药到病除。开始并没有成书,一直到后来有个僧人还俗,才把秘方写成书籍,单方流传。”到唐、宋年间,“竹林寺僧善女科”的说法在全国流传,尤其是在宫廷中流传甚广。朱元璋听大脚马皇后多次提及“竹林古寺老僧某人善女科有神药”,特意派太医到萧山去寻找药方;慈禧太后得知里面的“救产益母全生丸”秘方,下旨让御医照药方配药数十服并精制为丸以作备用……

世界孤本经历坎坷

“全世界就这三本了。现在虽然外面也流传有《竹林寺女科秘传》,但那都不是真的,很多内容

都有出入。”范克平翻着已经被虫咬破边缘的古籍,告诉记者,这三本书有一段非常奇特的遭遇。

寺庙的和尚都是只留一部,从不对外流传。一直到清代,一个姓张的还俗僧人,他妹妹生病了,用了书中提到的秘方,非常奏效,于是便手抄起来。由于第一卷被一个乡绅收藏,张某某抄了后三卷,并写明了药方的来源就是竹林寺。

“清末民国初期,张家被一伙土匪打劫,这伙土匪要张家交出金银珠宝,恰好,孙中山的贴身护卫尹氏姐妹路见不平,拔刀相助,张家才逃过了一难。为了感激尹氏姐妹,于是张家就捧出了宝贝,作为礼物赠送给尹氏姐妹。”范克平说,后来,尹氏姐妹又把书赠送给了前清山西太原府的李德源,民国十七年,李德源又转赠给了南京中央国术馆一等教习罗玉,“上世纪70年代,我正好是罗玉的徒弟,于是师父又把书转送给了我。”

为了防止书中秘方泄露,他说,曾经有人花一本20万元来买,他都舍不得;曾经有一个学医的亲戚来借,想抄一下书中的秘方,他也没同意。

【专家点评】

“医药秘方”并不神秘,大多是常用方

这些医药秘方真的是灵丹妙药吗?昨天,记者摘录了《竹林寺女科秘传》中的部分药方,请著名方剂学专家、南京中医药大学的张民庆教授和江苏省中医院的曾庆琪博士以及省中医院儿科、妇科的专家一一进行了点评。专家说,这些方子在《方剂大辞典》中都有记载,很多是从古代医书上摘录的,只不过汇集到一起了,都是临床上经常使用的中药方,并不神秘。

专家说,很多古代“医药秘方”,其实并不神秘。对于病人来说,还是不要轻易使用这些方子来治病,中医讲究辨证施治,一人一方,在治疗前最好咨询医生,根据自己的病情来确定可以使用的药方。

【壮阳汤】

男性壮阳的方子,蛇床子、地骨皮各等分,煎汤熏洗并用手擦,但洗时必令其举方妙。若重擦破不必惊骇,过一二日即可复旧。

点评:这个方子也叫壮阳丸,在《女科切要》的古代医书上有明确的记载,是治疗阳痿的,的确有一定的功效。

【毓麟珠】

治疗女性虚弱不孕的方子,人参、白术、茯苓、白芍酒炒各二两,川芎、炙甘草各一两,当归、熟地黄各四两,菟丝子四两,杜仲酒炒,鹿角霜、川椒各二两去目。

点评:这是《景岳全书》上的方子,在治疗女性不孕方面有功效。

【还少丹】

熟地黄四两,山药、山

茱萸、杜仲、菟丝子各二两,牛膝浸酒达志,菟丝子、肉苁蓉浸酒,北五味、川续断、舶茴香、菟丝子、巴戟肉各一两,研为末。蜜丸。每服五十丸。

点评:在《知指》这本医书上有这个方子的记载,是个比较有名的方子,目前在药店和医院里都还经常使用。

【五子衍宗丸】

枸杞子八两,菟丝子酒煮八两,五味子一两,覆盆子去蒂四两,车前子炒二两,为末蜜丸空心白汤下九十丸。

点评:这也是一个古代流传下来的名方,在古代医书《摄生众妙方》中就有记载,目前在药店和医院里都有销售,功效一直不错,有填精补髓的作用,可以起到梳理肾气、治疗不育等功效。

美国名牌大学 来宁举办公益讲座

快报讯(通讯员 黄侃 记者 黄艳)如何展现你的风采,赢得美国名牌大学的青睐?如何备考SAT,申请美国名牌大学?本周日,资深美国留学辅导专家、SAT考试辅导专家、纽约大学教授李嘉玉将在南京一中报告厅为广大中学生和家长做免费讲座。

广大家长和学生可以于5月16日(周五)上午9:00到南京一中本部传达室领取免费入场券,发完即止。此外,南京一中及分校5月18日上午在一中本部举行招生咨询会,9:00学校负责人将在五楼报告厅与考生及家长见面并解读有关招生政策。

讲座时间:5月18日下午1:30

讲座地点:南京一中五楼报告厅

今年起中考答案 写在答题卡上

快报讯(记者 黄艳)记者从南京市教育部门获悉,从2008年起,文化考试各学科均将答案作答在专用的答题卡上。考生只能在试卷规定位置填写自己的姓名和考试证号。

作答选择题时,必须用2B铅笔将答案填涂在答题卡规定的位置上;作答非选择题时,必须用0.5毫米黑色墨水的签字笔,在各题规定的答题区域内答题;作图时,须用2B铅笔绘、写清楚,线条及符号等须加黑、加粗。

小学考试打破笔试传统方式 100分的题目,口试占到60分

一年级考试 看谁会“说话”

“小老鼠在偷食吃,被大花猫发现了,要抓它,可怎么也抓不到。大花猫就说,你吃吧。小老鼠就拼命吃,吃得饱饱的,路都走不动了,大花猫就把它抓住了!”当南京五老村小学一(2)班小朋友李兆轩根据看到的图片,说完自己编的故事后,五个小评委、班主任、语文老师都夸他聪明,纷纷打了满分……这不是什么有趣的活动课,而是学校的语文期中考试。在这场特殊考试中,说的分比写的分占的比例还高。

说的占六成,写的占四成

从四月底到五月初,南京五老村小学一年级的语文期中考试考了一周多。时间虽然延长了,可有家长还跑到学校来感谢,说是家长的负担轻多了。原来,在传统的小学一年级语文考试中,要复习的基础知识部分特别多,孩子小,考的其实就是家长,得跟在后面帮忙督促。上学期语文考试,足足有两大项内容,挤满了三张A4纸,孩子们要不停地写才能完成。

“现在不用了,笔试只有两页纸,而且内容少了很多。”年级组长唐元老师也是语文老师,她介绍,现在要用笔写的内容只有一大项,就是字词,而且里面的分项

都是有图给小朋友看,很活泼,要写的也不多。这部分按100分满分来算,只占40分。

这次考试最主要的是60分的口试内容。这60分又被分为三个20分,包括看图说话、朗诵与春天有关的诗篇,还有一项是课本里学会的课文背诵。

口试中,小学生出题做评委

语文老师敏锐说,全年级有305名孩子,每个人都找了一篇与春天有关的美文,老师从中挑了十篇适合他们朗诵的,作为自选考试内容,这等于孩子们自己给自己出了题。看图说话也有特点,19幅图放在一张纸上,有人物、卡通、动物,学生可以随意自选。背诵的文章

也是通过抽签来进行,不是老师指定。

“我们让小朋友民主选出代表来当小评委,他们打分同样很重要。”小评委们工作非常认真,比如他们听到李兆轩的故事,认为他的想象力丰富,突破了一般动画片里描写小老鼠聪明,大花猫笨的固有模式,所以他们给他打了满分。

因为一年级的孩子以鼓励为主,在口试中,大多数小朋友都得到了满分。老师说,其实这个创意是为了让孩子们减轻学习负担,不要在考试前为了高分而辛苦备考,另一方面,也是从小培养孩子全面的语文能力,比如引导他们阅读文学作品的兴趣,锻炼口头表达能力等。

快报记者 黄艳



预防从娃娃抓起

昨天,一位幼儿园的工作人员正在用消毒液清洗玩具。当日,南京某企业向江苏省红十字会捐赠了10.84万元的消毒产品,用于南京市区部分幼儿园预防各种传染病。

快报记者 施向辉 摄

白下区教师进修学校招教研员

快报讯(记者 黄艳)南京市白下区教师进修学校因工作需要,经白下区教育局批准,公开招聘中学化学、地理、历史专职教研员。包括中学化学教研员1名,中学地理教研员1名,中学历史教研员1名。

招聘对象为南京市范围

内具有市优秀青年教师及以上称号的在职教师。要求应聘者具有本科学历,中学高级教师资格,从事中学化学、地理、历史教学工作(含教研工作)8年以上,须有初中和高中教学经历。考核录用者,经审档、体检合格后,按程序办理正式调动手续,享受教研员待遇。

“国际小学”也招国内孩子

快报讯(记者 黄艳)在南京行知实验中学国际部小学部,有40多位可爱的“洋娃娃”在求学,他们的老师是十多位外籍教师。今年秋季,这种局面将被打破,国际部小学部准备招收一至三年级的中国学生。

校方介绍,原本学校并没有这样的打算,认为纯英语的教学环境中国孩子可能不太适应,但经不住家长们的反复要求,有

三名中国小朋友已经在小学部试上了一段时间,结果让人惊讶,现在他们的英语水平不比外国孩子差,这才坚定了学校招收中国学生的决心。新招的一至三年级每个年级一个班,每班仅14人。课程设置上午四节课,学习原版美国教材,所有课程均用英文,由外籍教师教学。下午由中国小学课程语文、数学为主,由中国教师上课。另开设美术、体育、音乐等课程。