

亚健康体质人群可服用膏方调理

山川大药房名中医提醒：膏方进补需讲究人体阴阳平衡

□记者 高婷婷

山川大药房的制膏工艺传承自兰溪药帮。每年冬令时节，山川大药房都会举办膏方节，这个传统已经延续了一百余年。山川大药房坐诊医师徐细维说，健康人群表现为阴阳气血调和，体态适中，面色红润，精力充沛，大约占人群的三成。也就是说，约有七成人群属于亚健康状态，适宜用膏方养生，中医可通过体质辨识，做到“一人一方，对症下药”。

徐细维把以下八类人群归纳为亚健康体质，并提出用哪一类膏方进行调理：

一是气虚质，性格内向，不喜冒险，不耐受风寒，暑湿，适合用补益元气，健肝脾和中的膏方调理；

二是阳虚质，阳气不足，畏寒怕冷，手足不温，虚寒之症，此类人群耐夏不耐冬，易感风寒湿邪，适合用温补阳气的膏方调理；

三是阴虚质，阴液亏少，口燥咽干，手足心热（虚热），伴有鼻干，喜冷饮，大便干燥，舌红少津，适合用补阴润燥的膏方调理；

四是痰湿质，痰湿凝聚，体胖，口黏苔腻或甜，局部皮肤油脂较多，多汗血稠，胸闷痰多，喜食肥甘甜腻食物，适合用健脾理气、化痰燥湿的膏方调理；

五是中湿湿热，湿热内蕴，身重困倦，大便黏滞不畅或

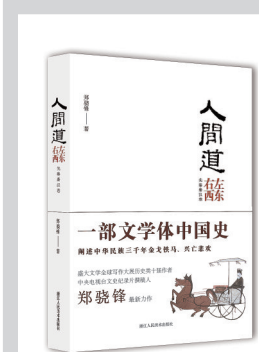
燥结，小便短黄，男性易阴囊潮湿，女性易白带增多，舌质偏红，苔黄腻，脉滑数，适合用清热化湿的膏方调理；

六是血淤质，总体特征是血行不畅，肤色晦暗，舌质紫暗，色素沉着，容易出现淤斑，口唇暗淡等，适合用活血化瘀的膏方调理；

七是气郁质，气机郁滞，精神抑郁、忧恐、脆弱，烦闷不乐，舌淡红，苔薄，脉弦，适合用疏肝解郁、宁心安神的膏方调理；

八是特禀质，易过敏、哮喘、风疹、咽痒、鼻塞、喷嚏多，适合用祛风养血的膏方调理。

膏方进补还需讲究平衡身体阴阳，如有些病人体内 有湿、寒之气，医生在开膏方时就会加入一些祛湿、祛寒的中药，平衡药性。徐细维说：“患有急性疾病的人应该及时就医，病愈后再服用膏方调养。如果脾胃不好、湿热重者，应当先予调理脾胃，以免服用膏方上火。”



改制

□郑晓锋

四

“强者规田以千数，弱者曾无立锥之居。又置奴婢之市，与牛马同栏，制于民臣，专断其命。奸虐之人因缘为利，至略卖人妻子，逆天心，悖人伦……父子夫妇终年耕芸，所得不足以自存。故富者犬马余菽粟，骄而为邪，贫者不厌糟糠，穷而为奸……”

这是即位当年，王莽颁布的一道诏书，通篇文字洋溢着对社会不平的愤慨和对贫民奴隶的同情。当然，这也可以看成王莽做“伪”的一贯表现，何况根据历史经验，这类诏书通常只是官样文章，越是声泪俱下越是不关痛痒，只是画饼充饥，以供瞻仰罢了。

但王莽的这道诏书还有具体的实施细则：

“今更名天下田曰‘王田’，奴婢曰‘私属’，皆不得买卖”；

“其男口不盈八，而田过一井者，分余田予九族邻里乡党”；

“五均六管”，实行盐、酒、铁器官卖，把铸钱和山泽地产利益收归国营；

……

近年来，西方很多学者对王莽充满了好奇。他们惊异地发现，在那个连耶稣都刚开始传教的“洪荒之古代，竟有如此‘自由主义’的经济政策”，甚至有人恭维他是“封建主义寒冬中提前报春的社会主义之鸟”。

确实，读着这些充满善意的诏令，现代人会有一种不知今夕何夕的感觉。这些诏令真的是两千年前出台的吗？这简直就是上世纪革命家宣传的施政纲领！

然而，就是这全力以赴的改制，把王莽拖入了万劫不复的深渊。

天下大乱后，起兵反抗新朝的各方势力中，有一支由隗嚣建立。隗嚣发布过一篇著名的讨莽檄文，列举了王莽有三大罪：逆天，逆地，逆人。

檄文并没有扭曲事实。王莽的改制，的确违背了自己救济贫弱的初衷，动机与效果截然相反。

不是说不需要改革。早在汉武帝朝，董仲舒就已经对社会贫富差距日益悬殊而忧心忡忡。到王莽当政时，形势进一步恶化，土地兼并和贫民破产，已接近失控，整个社会就像一个随时可能喷发的火山。如何改变这种极度危险的局面，是任何一个有责任心的执政者必须考虑的。

平心而论，王莽的改制，从诏书文字上看，很多确实深中时弊。比如“王田”，宣布土地国有，平均再分配，“一夫一妇田百亩”，超过限额的将余田分给他人；比如承认奴婢同样是人，禁止被当成牲畜一样买卖；比如对工商业进行国家统筹统治，平衡物价，创立政府贷款制度，限制豪商大贾和高利贷者敲骨吸髓。

实际上，类似的政策，王莽之前也施行过一些。比如汉武帝时的“均输”“平准”，盐铁官营，就是王莽“五均六管”的前身。限田，则从晁错董仲舒到后来的师丹，倡议连续有人。

可为何只有王莽一败涂地呢？根据班固的分析，第一条原因就是王莽以为“制定而天下自平”，只管发布诏令，却不着力于兑现。

当然，班固此论相当深刻。但王莽果真管杀不管埋，只下诏不负责，一路“伪”到底，或许还不至于败得那么快。问题还在于，王莽根本就缺乏落实这些诏令的实力。

以均田为例，削多补少，实属虎口夺食。以武帝之强悍，推行算缗令，向商贾征收财产税，还遭到过强烈抵制。遑论王莽新朝禅让得国，根基未稳，商贾权贵则又经近百年壮大，双方力量此消彼长，谁肯俯首贴耳，割肉予人！

在此情形下，王莽劫富济贫的改制，势必步履维艰。何况他的规划还远远高于武帝、董仲舒、师丹。董师等人只是呼吁限田，他却要彻底均田！

“王田”“五均六管”，尽管失于疏阔，毕竟还算有的放矢，可王莽其他一些新政却实在有些莫名其妙。短短十几年，他竟四次改变币制，到了后来，连龟甲贝壳都上了阵。揣摩其心，可能基于一种对金钱的厌恶心理，认为钱为商贾剥削贫民的工具，是万恶之源——这种看法其实由来已久，早在元帝时，就有大儒贡禹提议废钱。每改一次币，便引发一次全国性的大混乱，可怜新莽子民被王莽繁琐而奇怪的币制换算搞得苦不堪言，“农商失业，食货俱废。”

此外，他还热衷于变换官制官名，频繁更改郡县名称，重新划分行政区域，有的郡甚至被改了五次名，把官民搞得晕头转向，很多人连自己现在做什么官、籍贯该称何郡何县都弄不清楚，写公文时只能用小字注明原称。这样无谓的举措与“王田”一起，被隗嚣归纳为“逆地”。

同样被改名的还有“高句丽”的“下句丽”，匈奴单于的“降奴服于”——安宁几十年的边疆再次燃起了狼烟。

浙江菇尔康生物科技有限公司特邀连载

“菇尔康”浙江省灵芝专家

20年技术沉淀 卓越品质保证

灵芝破壁孢子粉、养胃猴头菇、食用菌

特约经销：望春小区南路33号永康日报生活体验馆

Tel:87035316 13626795758(615758) 87138771

参与‘我们这3周’ 拿千元大奖

新爱婴12月活动丰富多彩

□记者 高婷婷



10日下午，新爱婴举办了“绘本屋”创意课程。老师给孩子们讲述了绘本故事——《想吃苹果的鼠小弟》。

何园长介绍，新爱婴早教中心12月份活动丰富多彩，有“绘本屋”创意课程、第三期“宝宝厨房”以及“我们这3周”亲子陪伴活动。

“我们这3周”亲子活动 请家长与宝宝一起参与

不少父母由于忙于工作，忽略了与孩子交流互动，造成“失陪儿童”现象。为避免孩子在成长过程中因缺少父母陪伴引起安全感和信任感的缺失，新爱婴早教中心特别策划了以亲子陪伴为主题的亲子线上活动——“我们这3周”。

第一周的主题是亲子阅读。“父母陪孩子读书是给予孩子最好的早教。”何园长说：“阅读就像是播种，种子发芽需要一个过程。孩子养成阅读的习惯，就能源源不断地从书籍中汲取正能量。”

第二周的主题是“亲子HAPPY DAY”，请家长与孩子一起玩耍，成为宝宝的小伙伴。

第三周的主题暂时保密，具体内容将在本月19日公布。

若家长按以上主题参与活动，拍下照片或视频并附上话题“新爱婴·我们这3周”上传至微信朋友圈，每周完成4次并到新爱婴早教中心核实的前7位家长即可领取奖励。3次主题全程参与且符合条件的家长，每人可领取价值千元的代金券和礼物。

新一期‘宝宝厨房’主题：“食光”便当寄托美好愿望

12月，新爱婴早教中心还准备了丰富多彩的线下活动。

每年的圣诞节都是孩子们期待的节日，为了让宝宝和家长度过一个难忘的圣诞节，永康日报·新爱婴早教中心将在当天举办圣诞亲子派对，参加的会员宝宝都能得到新爱婴精心准备的礼品。

“宝宝厨房”系列活动开设以来，受到了家长的好评。不少家长反映，上过“宝宝厨房”课程以后，宝宝在家里经常说要帮忙烧菜，让他们又好笑又感到欣慰。为了继续培养孩子们的“厨艺”，有，本月17日，“宝宝厨房”将迎来新一期主题：手把手教孩子们做“食光”便当。做便当，不仅可以锻炼孩子的动手能力，还能给家长与宝宝更多的亲子交流空间。何园长说，活动取名为“食光”，既有胃口大开的意思，又有与“时光”一词谐音之意，象征着父母与孩子在一起的度过美好时光。

房源信息

厂房出租或转让
9126 城西新区厂房 1 万多平方米转让或出租，也可分割转让，位置较佳，价格面议，非诚勿扰，联系电话 15868962708

厂房出租
8580 花川 6600 m² 单层厂房 13857950166,626166

幢房转让
8919 桂花苑小区 6 幢 2 号,有花园 15857956669

幢房转让
8929 曹园返还地两间 四层半 13858935526

厂房出租
8977 花川月桂北路 4000 m² 电话 13858920608

城西厂房出租
9050 丹桂南路标准厂房 2-3 楼共 2650 m²，带办公室 200 m²，宜装饰，胡 13967460788,696345

城北西路仓库出租
9062 十间 15267938103

古山工业厂房转让
9071,350 m²和 600 m² 731636

厂房出租或转让
9079,1300 m² 15372970909

厂房、店面转让
西溪镇上坛岗 5000 m² 厂房,金山西路 125 号店面及二楼共 370 m² 转让, 13905890316,534678

龙域天城别墅转让
9140,40 幢 667974

全新厂房出租
9144 城西工业区第三层 3200 m² 水磨地 3 吨货梯 13967463138,593138

黄碧街厂房出租
占地面积 1700 m² 共三层,可分租 13967920111, 13758979990

声 明
9166 翁丽珍遗失残疾证 33072219650331102044，声明作废。

声 明
9170 永康市江南明远五金冲件厂遗失税务登记证（正、副本），浙税联字：330722550202101，声明作废。

声 明
9175 永康市江南弋腾宝刀五金厂遗失财务专用章一枚，声明作废。

营业执照遗失公告
9176 永康市芝英旺盛五金加工厂遗失永康市市场监督管理局 2016 年 5 月 13 日核发的注册号为 330784617035083 营业执照（副本），声明作废。永康市芝英旺盛五金加工厂

2016 年 12 月 10 日

声 明
9176 永康市芝英旺盛五金加工厂遗失税务登记证（正本），浙税联字：330722197409064726，声明作废。

声 明
9179 永康市金良舞蹈培训部遗失税务登记证（正本），浙税联字：3307191966061363517A，声明作废。

声 明
9185 徐春燕遗失 2015 年 7 月 20 日的会计证，二维码 603320150006024257，声明作废。

营业执照遗失公告
9180 永康市新树环卫设备有限公司遗失永康市市场监督管理局 2015 年 8 月 24 日核发的注册号为 330784000079853 营业执照（副本），声明作废。永康市新树环卫设备有限公司

2016 年 12 月 10 日

声 明
9180 永康市新树环卫设备有限公司遗失税务登记证（正本），浙税联字：330784556164887，声明作废。

营业执照遗失公告
9161 永康市丹清五金制品厂遗失永康市市场监督管理局 2015 年 11 月 24 日核发的注册号为 330784600004568 营业执照（正本），声明作废。永康市丹清五金制品厂

2016 年 12 月 10 日