

吃了逍遥丸，情绪就能稳定了？

专家解读：并非“快乐小药丸”，切勿跟风

“吃完情绪异常稳定，就是高兴”“逍遥丸就是情绪稳定器”……记者近期注意到，社交平台掀起吃逍遥丸调理情绪的热潮。有网友自述，高压工作导致情绪失控时服用逍遥丸可舒缓焦虑；还有网友称经期延后，服药后恢复正常；更有人称吃后次日抑郁情绪大幅缓解。逍遥丸改善情绪的功效，是否名副其实？记者采访了有关专家。

扬子晚报/紫牛新闻记者 吕彦霖



必须上情绪稳定器，也是吃上逍遥丸了

网友发帖

南京市中医院药学部副主任药师杜秋告诉记者，逍遥丸原方名为逍遥散，载载于宋代的《太平惠民和剂局方》卷九，治妇人诸疾，属于非处方药，是针对肝郁血虚脾弱的基础名方。原方主要治疗月经不调、乳房胀痛、往来寒热。

杜秋解释，逍遥丸并非某一种药，而是由柴胡、白芍、白术、茯苓、炙甘草、当归、薄荷、生姜等药材组成。

其中，柴胡作为“君药”，是成分中的主角，柴胡疏肝解郁、疏散退热，肝气得条达。当归和白芍为“臣药”，当归可补血活血、调经止痛，白芍可养血调经、平抑肝阳。当归、白芍和柴胡同用，使血和则肝和，血充则肝柔，共为臣药；肝病易于传脾，故以白术、茯苓健脾祛湿，炙甘草补中益气扶土抑木，薄荷疏散肝热，生姜散郁降逆，共为佐药；炙甘草兼调和药性，为使药。“现在临床上逍遥丸主要

用于治疗神经衰弱、慢性肝炎、乳腺增生、慢性胃肠炎、广泛性焦虑、慢性疲劳综合征、偏头痛，职场压力性抑郁等。”杜秋表示。

国家药监局显示，逍遥丸有水丸、浓缩丸、加味逍遥丸、丹栀逍遥丸等多种剂型。在网购平台，多款逍遥丸相当畅销。

那么逍遥丸真的可以被视作“快乐逍遥丸”吗？“逍遥丸的主要作用就是疏肝、健脾、养血，我们的肝主情志，辨证后服用逍遥丸确实能改善人的情绪，让人远离郁闷。”杜秋告诉记者，2025年9月发布的《中国抑郁障碍防治指南（2025版）》中成药推荐，包括逍遥丸；在《中成药治疗抑郁障碍临床应用指南》中，逍遥丸联合抗抑郁药（文拉法辛、帕罗西汀）治疗轻中度抑郁障碍，改善抑郁症状及焦虑，主要针对抑郁障碍属肝郁脾虚者。

专家指出，虽然逍遥丸效

用很多，但并非人人都适用。首先，逍遥丸如服药2周以上，症状无改善，应咨询中医师或中药师；其次，有一些特殊人群不建议服用，比如感冒、月经过多者，湿热实证、阴虚火旺、肝胆实火等人群。同时，逍遥丸作为药物，它也有副作用，不能仅因“跟风”就自行诊断、盲目用药，建议在中医辨证指导下用药。服用逍遥丸期间，应保持心情舒畅，避免情绪波动；孕妇及哺乳期妇女用药务必遵从医师指导；如有过敏史或过敏体质者，需谨慎使用；服用过程中如出现不适症状，应及时停药并就医。尤其是女性平时月经正常，突然出现月经量少、月经错后或阴道不规则出血，应去医院就诊。

医学前沿

通大院士团队研发仿生神经移植物 脊髓损伤患者有望重新“站起来”

扬子晚报讯（通讯员 范苏 记者 郭小川）脊髓损伤是一种严重的创伤性外科疾病，可致患者终身瘫痪，目前全球范围内都缺乏有效的治疗方法，成为亟待解决的世界级医学难题。7月6日，记者从南通大学获悉，经过十多年的科研攻关，该校顾晓松院士团队与天津大学明东教授团队合作，以组织工程五要素与仿生组织工程神经理论创新为指导，近期成功研发“程序可控缓释仿生脊髓移植物”。这一新突破有望在2—3年内进入临床试验，让因脊髓损伤导致瘫痪的患者看到重新“站起来”的生命曙光。目前，团队相关研究成果已在中国工程院院刊《工程（Engineering）》在线发表，并申请了中国、日本和美国发明专利。

“脊髓损伤常见于车祸、高空坠落、重物砸伤等意外事故，全球累计病例已超1540万例，且每年新增病例达42万。”中国工程院院士、南通大学江苏高校神经再生协同创新中心主

任顾晓松教授介绍，脊髓损伤导致的感觉和运动功能丧失，致残率极高，可导致终身瘫痪，成为全球重大公共卫生挑战。

脊髓损伤修复与功能重建一直是神经科学、材料科学、生命科学与医学领域中的重大前沿领域。顾晓松院士带领学术团队，多年来一直从事组织工程与神经再生研究，并取得多项创新性研究成果，《科学（Science）》杂志曾撰文称顾教授“是组织工程神经转化医学开拓者”。

近年来，顾晓松院士团队聚焦脊髓损伤修复和功能重建，联合天津大学明东教授团队开展程序可控缓释仿生脊髓移植物研究，并于近期取得重大技术突破。该成果首次将仿生拓扑支架、微流控载药微球、双神经营养因子持续释放、干细胞分泌体和细胞外基质五大功能模块整合为统一的多维结构移植物系统。

据了解，通过对480只实验小鼠的科学研究，该移植物发挥了持续抗炎调节作用，使

胶质疤痕形成明显减少，构建了有益于脊髓再生的微环境，促进了损伤脊髓组织修复，血管重塑，感觉和运动功能重建，膀胱功能恢复以及肌肉萎缩逆转，实现了良好的治疗效果。

顾晓松院士团队成员告诉记者，脊髓损伤的实验小鼠，通过损伤修复和功能重建，实现了从瘫痪到爬动的“逆转”。该研究结果为人体脊髓损伤修复与功能重建的临床应用开辟了创新性的治疗路径。

“这一成果，攻克了脊髓损伤修复与功能重建的瓶颈，预示着初步完成了科研‘0—1’的起步阶段，目前正在启动‘1—10’的应用转化。”顾晓松说，目前围绕人体应用的各项实验进展比较顺利，有望在2—3年内进入临床试验阶段。

“作为仿生医学材料领域的重要组成，仿生脊髓移植物的研发，不仅具有广阔的产业化前景，更重要的是为饱受脊髓损伤疾病折磨的患者带来重新‘站起来’‘跑起来’的生命曙光。”顾晓松说。

91岁老人腹痛17小时 一查发现三重病症

扬子晚报讯（通讯员 朱孟秋 穆婷婷 记者 万惠娟）在很多人的认知里，腹痛忍一忍就能自行缓解。尤其老年人群痛觉迟钝，重症往往伪装成轻微隐痛，极具迷惑性，很容易被当成普通阑尾炎、肠胃炎忽视拖延。近日，江苏省省级机关医院就成功救治了一位91岁超高龄患者王奶奶（化姓），小小腹痛背后，隐匿了结肠恶性肿瘤、完全性肠梗阻、急性化脓性阑尾炎伴穿孔三重危重病灶。

“她说感觉右下腹隐隐有些痛，我们都误以为过一会就好了。”王奶奶的家属没有料到，王奶奶这场腹痛整整持续17小时完全无法缓解，且伴随恶心、频繁呕吐，精神状态、身体机能急剧下滑，家人连忙将王奶奶送至江苏省省级机关医院急诊救治。

急诊给予抗感染治疗后，普外科团队为王奶奶复查全腹部CT，结果提示两处核心危重问题：一是阑尾存在炎症改变，渗出持续增多，存在化脓、穿孔高危风险；二是横结肠管壁明显增厚、肠腔狭窄，周边伴随肿大淋巴结，高度怀疑结肠恶性肿瘤，同时存在肠梗阻可能。化验显示，王奶奶还存在重度贫血，血红蛋白仅64g/L（健康女性为110~150g/L），普外科王鹏主任表示，这正是结肠肿瘤长期慢性出

血的典型信号。

该院多学科专家共同研判、反复推演，最终为老人量身定制腹腔镜一站式个体化手术方案：一次麻醉、一台手术，同步解决肠梗阻、阑尾穿孔、结肠肿瘤三大危重问题。手术全程平稳，术中出血较少，最大程度保护了王奶奶身体机能。目前，老人已顺利转回普通病房，各项指标稳步好转。

王鹏提醒，老年人群痛感迟钝，早期不适容易被忽视，等到明显疼痛时往往病情已经进展，一定要重视以下几点：

首先，区分普通腹痛与肠道肿瘤预警信号，若出现不明原因体重下降、反复腹痛腹胀、大便变细、便血、长期乏力贫血，哪怕疼痛轻微，也建议尽早做腹部CT或肠镜筛查。

其次，老年人突发腹痛不可拖延，老年人肠道蠕动弱，肿瘤极易诱发肠梗阻，一旦合并阑尾穿孔、腹腔感染，会快速引发全身炎症，高龄患者耐受差，拖延会大幅提升休克、脏器衰竭风险，出现持续腹痛、恶心无法进食要立刻就医。

最后，中老年人群需定期做肠道筛查，45岁以上无论有无不适，建议常规完善肠镜检查；存在高血压、动脉硬化、既往胆囊结石、长期便秘等情况的高危人群，可缩短筛查间隔。

10多年的腰椎病反复发作后，如今没法救了 新中医“治筋”专疗腰腿痛“三类”顽疾

Q&A 名医大咖答

读者「问」疑难

江宁区王阿姨：腰腿痛10多年了，严重的时候翻不了身、下不了楼、走不了路，一根筋牵扯着从腰痛到腿，偶尔还发麻，像触电似的。膏药理疗、针灸针刀试遍了，春节前还听人劝开了刀，现在却又不行了。年纪快80岁了，不知晚年生活怎么办？

专家解答：中医讲“筋出槽、骨错缝”，意思就是说“筋”偏离了正常的轨道，时间一长就容易让骨（椎间盘、关节等）发生错位、偏移，卡压神经，所以颈肩腰腿痛从根源上说是“筋伤”。但是“筋伤”又有轻重之别，深筋、浅筋之分。比如膏药理疗、针灸针刀等传统治疗不见效的，手术后复发的，反复发作、迁延不愈的，这三类顽疾



沈锡山
副主任医师

南京易可中医“骨伤”特聘专家
全国颈肩腰腿痛研究会副理事长兼秘书长

人群就属于久病累及“深筋”。治透“深筋”是一门有讲究的学问，首先需要有经验的医生“手诊”探查筋结、筋索，必要时调整微小关节的紊乱；然后才是“治透”深筋，最简单实效的方法就是借助现代的“新中医”手段，比如“高频电火花水针”疗法，通过针药电磁的协同作用，像钻地弹一样靶向打击深层筋结、筋索、筋膜。筋柔骨正了，筋骨能协同运动，临床症状就自然解除。 通讯员 赵雷