

开膏方，熬膏方，

吃膏方，

膏方知识大全

膏方

宝典

开好膏方 用好膏方

第2版



主编

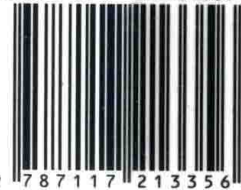
施仁潮

李明焱



人民卫生

ISBN 978-7-117-21335-6



9 787117 213356 >

定 价：28.00 元

膏方 宝典

开好膏方 用好膏方

补益、胶类、果品、糖、酒

选用窍门，

煎煮、浓缩、收膏、细料

投放秘诀，

用量、服法、服用时间

精准把握。

第2版



策划编辑 孟昭美 \ 责任编辑 孟昭美

封面设计 赵京津 \ 版式设计 李秋斋

人卫社官网 www.pmph.com 出版物查询，在线购书

人卫医学网 www.ipmph.com 医学考试辅导，医学数据库服务，医学教育资源，
大众健康资讯

开膏方，熬膏方，

吃膏方，

膏方知识大全

第2版

膏方

宝典

开好膏方 用好膏方



主 编 施仁潮 李明焱
编 委 施仁潮 李明焱
郑化先 李 光
王 瑛 施 文

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

膏方宝典:开好膏方、用好膏方/施仁潮,李明焱主编.—2版.—北京:人民卫生出版社,2015

ISBN 978-7-117-21335-6

I. ①膏… II. ①施…②李… III. ①膏剂-方书-中国
IV. ①R289.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 217122 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询,在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导,医学数据库服务,医学教育资源,大众健康资讯

版权所有,侵权必究!

膏方宝典

——开好膏方 用好膏方

第 2 版

主 编:施仁潮 李明焱

出版发行:人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址:北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编:100021

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线:010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷:北京铭成印刷有限公司

经 销:新华书店

开 本:710×1000 1/16 印张:18

字 数:276 千字

版 次:2007 年 12 月第 1 版 2015 年 10 月第 2 版

2015 年 10 月第 2 版第 1 次印刷(总第 4 次印刷)

标准书号:ISBN 978-7-117-21335-6/R·21336

定 价:28.00 元

打击盗版举报电话:010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

内容提要

开膏方有诀窍，熬膏方有方法，吃膏方有讲究。本书围绕膏方，讲述开膏方、熬制膏方、服用膏方等相关知识。

开膏方时，补益药、果品及胶类药的选用；熬膏的具体方法步骤；膏方的服法、用量和贮藏；琼玉膏、集灵膏、龟鹿二仙膏等9个传世膏方的主治病证、药物组成、熬膏做法和服用方法，等等，书中均做了详细解说，资料十分完整。同时介绍数十位名医应对亚健康、安养心神、提高性功能、美容保健，以及调治内儿妇科疾病、骨关节疾病、肿瘤等的经验膏方160个，为广大读者提供了大量的膏方相关信息。一册在手，精深的膏方一看便懂，变得易于学习和使用。

本书适宜于基层医药工作者开展膏方服务，同时能为广大群众提供膏方养生保健、祛病康复服务。



前 言

现今，人们崇尚进补，会想到选用膏方。虽然膏方由来已久，但由于组方复杂、熬制繁难，过去多在宫廷及少数富庶地区的富裕家庭使用，普通人知之并不多。时至今日，社会的发展，经济条件的改善，中医专家的个体化处方，成熟的熬膏技术，使得膏方进入家庭，为广大群众养生健身、防病治病服务。找医生开膏方，已经成为热门之举。

膏方实际上是中医用来祛病保健的一种剂型。膏方的拟制，必须经过繁复而细致的辨证论治，既涉及虚实补泻、胖瘦老少、补益攻泻、胶类药选用，还要兼顾到黏稠度、口感，以及贮存、服用等问题，需要有经验医生的指导。

我们早在2007年即编写了《膏方宝典》一书，对膏方的相关事宜做了简要介绍。该书出版后受到广大读者的欢迎，先后印刷3次，为基层中医药工作者开好膏方，为广大群众了解膏方，提供了有益的帮助。

转眼间，八年时间过去了。这些年来，膏方有了广泛的应用和快速的发展，人们对膏方的认识不断加深，膏方适用病种也不断拓展。为了适应形势的需要，我们结合近年对膏方的应用经验，对原书做了修订与充实，从开膏方、熬膏方、服用膏方的实际需要着眼，介绍开好膏方的诀窍，熬膏的要点，膏方的服用与贮藏。在推介琼玉膏、龟鹿二

仙膏、燮理十全膏等经典膏方的同时，立足于膏方的保健与祛病应用，涉及40多种常见病，容纳数十位名医近200个膏方案例，让精深的膏方变得易看、易懂、易于学习和使用，为广大读者提供翔实的膏方信息。希望通过我们的努力，让大众了解膏方知识，让膏方为大众养生保健、疾病康复服务。

在本书编写过程中，参考了许多医家医书的资料，马光怀、沈双成等帮助搜集资料，做了很多工作，在此一并表示感谢！

施仁潮

2015年9月

目 录

一、认识膏方

1. 冬令进补 2
2. 四季调养 3
3. 适用对象 4
4. 忌口与注意点 5

二、开好膏方

1. 对证用补药 7
2. 注意脾胃运化 8
3. 用好果品类 9
4. 选对胶类药 10
5. 加糖与加酒 11

三、熬好膏方

1. 场地设备 13
2. 加水浸泡 14
3. 煎煮取汁 14
4. 浓缩收膏 15
5. 凉膏及储藏 16

四、吃好膏方

- 1. 服用剂量..... 17
- 2. 服用方法..... 17
- 3. 服用时间..... 17
- 4. 吃膏十问..... 18

五、用好名贵药材

- 1. 胶类药的选用 21
- 2. 大补元气用人参 23
- 3. 服食养生用黄精 25
- 4. 温阳补虚用鹿茸 27
- 5. 冬虫夏草入膏方 29
- 6. 养血益精紫河车 30
- 7. 枸杞子补肝肾明眼目 31
- 8. 石斛、新鲜铁皮与枫斗 33
- 9. 灵芝、孢子粉与破壁孢子粉 34
- 10. 何首乌、制首乌与九制首乌 37

六、传世膏方

- 1. 琼玉膏..... 39
- 2. 集灵膏..... 40
- 3. 龟鹿二仙膏 42
- 4. 三才固本膏 43
- 5. 五味子膏..... 44
- 6. 燮理十全膏 45

7. 真菊延龄膏 46
8. 铁皮枫斗浸膏 48
9. 西红花铁皮枫斗膏 49

七、应对亚健康

1. 调理亚健康 53
2. 对付慢性疲劳 56
3. 防治视疲劳 59
4. 熬夜吃点膏方 61

八、安养心神

1. 抑郁症 64
2. 失眠 67
3. 慢性头痛 70

九、提高性功能

1. 性冷淡 73
2. 遗精、早泄 75
3. 阳痿 78
4. 不孕 80
5. 不育 82
6. 慢性前列腺炎 85

十、抗衰延年

1. 抗衰延年 88

2. 应对更年期	90
3. 骨质疏松症	93
4. 前列腺增生	96

十一、美容保健

1. 面色红润	99
2. 青春无痘	101
3. 祛除色斑	104
4. 乌黑头发	107
5. 脱发保健	109
6. 膏方减肥	112

十二、调治妇儿疾病

1. 产后病	116
2. 月经不调	119
3. 闭经	122
4. 崩漏	124
5. 妇科炎症	126
6. 子宫内膜异位症	129
7. 乳腺增生	131
8. 子宫肌瘤	134
9. 发育不良	136
10. 小儿疳证	138
11. 反复呼吸道感染	141
12. 小儿哮喘	143



13. 小儿抽动症	145
-----------------	-----

十三、调治内科疾病

1. 慢性咽喉炎	149
2. 慢性鼻炎	151
3. 慢性支气管炎	153
4. 支气管哮喘	156
5. 支气管扩张	159
6. 结核病	161
7. 慢性阻塞性肺病	164
8. 高血压	166
9. 冠心病	169
10. 动脉硬化	172
11. 中风	174
12. 慢性胃炎	176
13. 胃及十二指肠溃疡	179
14. 胃下垂	182
15. 溃疡性结肠炎	185
16. 便秘	187
17. 慢性胆囊炎	190
18. 慢性肝炎	192
19. 肝硬化	196
20. 脂肪肝	200
21. 糖尿病	202
22. 高脂血症	206
23. 贫血	209

十四、调治风湿及骨关节疾病

1. 类风湿关节炎 213
2. 强直性脊柱炎 216
3. 干燥综合征 219
4. 痛风 221
5. 颈椎病 225
6. 肩周炎 228
7. 腰椎间盘突出症 229
8. 骨性关节炎 233

十五、调治肿瘤

1. 乳腺癌 237
2. 宫颈癌 241
3. 脑肿瘤 243
4. 鼻咽癌 246
5. 甲状腺癌 248
6. 肺癌 251
7. 食管癌 253
8. 胃癌 256
9. 大肠癌 259
10. 肝癌 261
11. 前列腺癌 264
12. 肾癌 266
13. 白血病 268



认识膏方

膏方是中医的一种制剂，由中医师根据服用者的不同体质、不同病证特点处方用药，药师规范熬制，供祛病或保健服用。

开膏方时，中医师会依据中医理论，通过望、闻、问、切等手段收集相关信息，辨证分析，然后结合体质、地理、时令特点，确定主方，随症加减，选用胶类药，以及糖、酒等辅料，开出个体化的对证处方。或祛病健身，或调养补益，以适应服用者的需要。

规范熬制，即由中药师按方配药，经过浸泡、煎煮、浓缩、烱胶等步骤，精心加工成膏。或为片状，或为厚薄适宜的膏制，香气诱人。

膏方往往由医院、医馆熬制，作为消费者，你只要让医生把脉处方，安心地回家，几天后就会收到合意的膏方。一料膏方一般可供一两个月服用，或直接嚼食，或开水冲化服用，对于经常外出者来说，颇便携带。

膏方方便服用，名中医潘澄濂评价说，用一般煎剂，长期给药，患者甚感不便，且每日给药一剂，所需药量较多，浪费时间及能源。改用膏剂，每一个疗程节约药物二分之一，又不受每日煎药之累，服用便利，而且大大提高了疗效。

在中医典籍中，《黄帝内经》、《伤寒杂病论》即有膏方范例，唐代孙思邈《备急千金要方》记载的膏方已经与现代基本一致，南宋《洪氏集验方》琼玉膏成为一首传世良方。到了明清，膏方多采用“某某膏”的方式命名，其熬制多采用煎煮浓缩药液，加蜂蜜等收膏。慈禧、光绪的调养补益膏方，反映了清宫中的膏方使用盛况。近年

来，随着大众对养生保健的重视，膏方成为人们调治慢性病、调理亚健康的首选。

1 冬令进补

随着膏方的祛病保健作用被证实，膏方成了人们生活中的热门话题。近年来，每当秋末冬初，人们就会争相吃膏方，医院、医馆往往应接不暇。于是，膏方节应运而生。其他节日大多有固定的时间，惟独膏方节，往往选在秋末冬初的任意一天，进行膏方知识科普，举办大型义诊等，推动大众膏方知识的普及。

许多人服用膏方，着眼点在于冬令进补。民间流传有“今冬进补，明年打虎”“三九补一冬，来年无病痛”的说法。

人们生活在大自然中，与自然息息相关。天地自然，春温、夏热、秋凉、冬寒，四时更迭，万物春生、夏长、秋收、冬藏。冬季气候寒冷，人体精气内藏，适时进补，更能吸收营养精华，以应对天气的寒冷，并有助于增强体质，满足来年生发的需要。

冬季气温过低，机体为了保持一定的热量，需要摄入比其他季节更多的营养物质，以产生更多的能量，适应机体的需要。冬季人们的食欲旺盛，进食量较多，而且能较好地吸收，这也是人们选择在冬季进补的原因。

冬令进补在时间上，主要指立冬后至立春前这段时间，进补的方法主要有两种，一是食补，二是药补。药补，传统的有丸、散、膏、丹，现代又有口服液、胶囊等。在这些剂型中，膏方是近年最受欢迎的中医制剂。

名中医杨继荪曾说，冬令滋补，膏方调摄作为一种养生手段，非一定有病者才选用。中医有“治未病”的观点，当识阴阳偏颇，进行调整，使阴平阳秘，精神乃治。冬季进补，来春精力更充沛，利于身体强健，使工作干劲倍增。



由于人们看中医后取回的多是汤药，很少有膏剂，只有冬令时节想到进补，才会要求医生开补膏；通常医院药店代客熬膏，宣传的也是进补，于是，说起膏方，人们多半认为是补膏。

其实，膏仅是一种载体，其中用药需根据服用者个人的情况、疾病的性质，以及四时气候等各方面的因素进行组方。欲进补的，采用个体化膏方进补，或补阳，或补气，或补阴，或补血，还有气血双补、阴阳兼顾的；祛病的，对证开膏方，针对寒邪、热邪、痰湿、瘀血之病邪属性，治法上有温散、清热、祛湿化痰、活血祛瘀之侧重，或祛痰湿，或疏气阻，或行血瘀，或消食滞，能应对治疗各种病症所需。

《黄帝内经·素问》讲述中医治病的真谛：“谨察阴阳所在而调之，以平为期……疏其血气，令其调达，而致和平。”可以说，膏方完全能实践中医治病的真谛，调和全身阴阳气血，即如名医秦伯未所说：“膏方非单纯补剂，乃包含救偏却病之义。”一句话，膏方不仅仅是进补，四季调养都可用膏方。

一年四季，寒热温凉各不同。膏方用药，除了考虑个人体质、症状特点、居处环境外，还需要考虑四时天气变化对人体的影响。

李时珍说，《经》云“必先岁气，毋伐天和”，又曰“升降浮沉则顺之，寒热温凉则逆之”，故春月宜加辛温之药，薄荷、荆芥之类，以顺春升之气；夏月宜加辛热之药，香薷、生姜之类，以顺夏浮之气；长夏宜加甘苦辛温之药，人参、白术、苍术、黄柏之类，以顺化成之气；秋月宜加酸温之药，芍药、乌梅之类，以顺秋降之气；冬月宜加苦寒之药，黄芩、知母之类，以顺冬沉之气，所谓顺时气而养天和也。

医家的训诫正是中医师在膏方处方时需要严格遵守的。否则，迷信补药，一味图补，想用膏方达到祛病保健的目的是难以实现的。

3 适用对象

☆ 冬令进补

冬令进补有多种方法，近年来膏方广被推崇。国医大师颜德馨说：膏方组方使用合理，应在来春感觉神清气爽，满面春风，不感冒，胃口好，睡眠佳，确实能体现中医防治之道及养生之术。

☆ 亚健康调理

亚健康，指存在于健康和患病之间的一种状态——第三状态，有食欲缺乏、疲乏、反应迟钝、头痛、易怒、心绪不宁等自觉不适，但仍可从事正常的工作和学习，一般检查难以发现器质性的病变。选用膏方进行调理，确有不错效果。

☆ 虚损调补

脑力、体力劳动强度大的年轻人，长年劳作、压力大的中老年人，往往脏腑功能受损，气血亏虚，精血不足，适宜于用膏方进行调补。名医秦伯未评价膏方时说：“膏方者，盖煎熬药汁成脂液，而所以营养五脏六腑之枯燥虚弱者也，故俗称膏滋药”，即是强调膏方的补益脏腑功能。

☆ 各种疾病调治

叶熙春重视膏方在疾病调治中的作用，他说，临床应用膏方，非单纯于补益，对虚实夹杂，病后失调，或痼疾顽症，如劳损、痰饮、咯血、胃脘痛、遗精、滑精、痿证、痹证、关格、疮毒，以及月经不调、不孕症、产后病、崩漏、带下等，均能恰当地于滋补之中寓以驱邪调理，而获良效。

☆ 病后康复期的调养

大病重病后，手术后，放化疗后，以及产后体虚，都可用相应药物熬成膏进行调养。

☆ 特殊保健需要

小儿发育长高，智力提高；中青年增强体质，旺盛精力；老年人抗衰