

中华医药既是治病的医学
更是治人的医道

CCTV
中华医药丛书



中華醫藥

我的健康我做主

中央电视台《中华医药》栏目组 著

上海科学技术文献出版社

养生有“膏”招

祛痛养颜膏、调经止痛膏、祛斑葆春膏

膏方驻颜藏奥妙

补虚驱寒膏、强筋壮骨膏、安神助眠膏

养生膏方有奇效

CCTV 中华医药
我的健康我做主

养生有“膏”招

中央电视台《中华医药》栏目组 著

上海科学技术文献出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

养生有“膏”招/中央电视台《中华医药》栏目组著. —
上海: 上海科学技术文献出版社, 2010. 7

(我的健康我做主)

ISBN 978-7-5439-4378-0

I. ①养… II. ①中… III. ①膏剂-方书-中国

IV. ①R289. 6

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第106662号

责任编辑: 张 树 李 莺

文字加工: 姚雪痕 刘冬梅

走 走 沈 莹

插 图: 沈 莹

封面设计: 钱 祯

养生有“膏”招

中央电视台《中华医药》栏目组 著

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路746号 邮政编码200040)

全 国 新 华 书 店 经 销

江苏常熟市人民印刷厂印刷

*

开本740×970 1/16 印张10 字数133 000

2010年7月第1版 2010年7月第1次印刷

印数: 1- 6 000

ISBN 978-7-5439-4378-0

定价: 20.00元

<http://www.sstlp.com>

《中华医药》系列丛书图书编委会

主 任：杨刚毅

副主任：王广令 刘 文 吴晟炜

策 划：刘 文

主 编：洪 涛

副 主 编：兰孝兵

医学顾问：李 峰

编 委：唐 莹 张颖哲 赵 玮

姜可千 王燕通 田新华

罗泽君 黄卫华 杨彦楠

目 录

祛痛养颜膏·····	001
补虚驱寒膏·····	007
调经止痛膏·····	014
安神助眠膏·····	021
强筋壮骨膏·····	028
祛斑葆春膏·····	035
玉屏风防感膏·····	041
五味山药安神糕·····	048
止汗六和膏·····	052
附录一：膏方 20 问·····	061
1. 什么叫膏方？·····	061
2. 膏方由哪些部分组成？·····	064
3. 膏方为何要在冬季服用？·····	066

4. 膏方主要适合哪些人群?	066
5. 哪些人群不适合膏方?	068
6. 如何制作膏方?	068
7. 如何正确服用膏方?	072
8. 服用膏方有何禁忌?	073
9. 为什么服膏方前有时需要先吃开路方?	075
10. 如何正确保存膏方?	076
11. 膏方中为什么会经常用到各种胶?	077
12. 为什么膏方对小儿哮喘有效?	078
13. 消化道疾病,如何吃膏方治疗?	080
14. 肝病患者,如何用膏方调理?	081
15. 女性适合怎样的膏方?	082
16. 准备怀孕之前可以吃膏方吗?	086
17. 如何根据体质选择膏方?	087
18. 膏方能否起到抗癌作用?	091
19. 服膏方出现不良反应,怎么办?	092
20. 关于膏方,都有哪些错误观点?	093
附录二:常用调理膏方 122 则	100
后记	149

祛痛养颜膏

南京的潘女士,今年刚刚 50 岁,有着幸福的家庭和稳定的工作。但也曾经有个挥之不去的烦恼,这个烦恼是从 2006 年开始的。

潘琴:从这个后脑勺的一根血管开始,痛到脑门,就觉得抽着痛,很难过。

潘女士年轻的时候也有过头痛的经历,但都没有像 2006 年那么强烈,而且在特殊的时间,还会变本加厉!

潘琴:特别是月经快要来潮前的一个星期,头痛得更厉害,还有月经快完了以后,也是头痛很厉害,就觉得血液往上冲的感觉,很难受。

痛到极处,潘女士只好想方设法来缓解痛苦。

潘琴:头痛的时候就喜欢吊在床上,血液往大脑供血足一点,血液循环好一点,就能缓解疼痛。



白芍药
养血敛阴,柔肝止痛。

尽管如此,疼痛还是频频发作。为此,潘女士整整一年深受煎熬。

潘琴:头痛的时候什么都不想做。

潘女士最没有想到的是,到了后来,她不仅头痛,连身体其他部位也受不了了。

潘琴:一天工作下来,就觉得腰酸、腰痛。

潘女士是一个热爱生活的人,休息的时候做做家务,对她来说是最大的乐趣。但是从 2006 年开始,这项乐趣在头痛和腰痛的作用下却变成了苦

恼。为什么好好的头也疼了，腰也疼了，潘女士赶紧去了趟医院，检查的结果让人匪夷所思。

潘琴：拍了片子，也没有发现啥问题。

既然检查的结果是正常的，那问题又出在哪儿了呢？在寻找答案的过程中，她不得不一次又一次地忍受着疼痛带给自己工作和生活的双重折磨。

头痛的要命，腰也酸痛，到医院却查不出毛病，这种日子放在谁身上也受不了啊。2006年冬天，潘女士通过朋友认识了南京市中医院妇科主任医师陈霞，没想到陈霞医生看了检查结果，接着又给她搭了搭脉，看了看舌象，然后就说，潘女士头痛的病根找到了！

陈霞（南京市中医院妇科 主任医师）：应该是血虚引起的虚痛，头痛。

潘琴：我想血虚可能就是贫血。

可是潘女士知道自己并没有贫血，陈霞主任说的血虚究竟是什么意思呢？

陈霞：潘女士到了更年期，卵巢功能衰退，分泌的雌激素就减少了。从中医角度讲，卵巢分泌的激素，属于精血的范畴。

听了陈霞医生的解释，潘女士更糊涂了。血虚是什么还没弄明白呢，怎么又出来雌激素了？这究竟是怎么回事啊？

温馨提示

中医所说的“血”，包括流在血管里的血液和血液中的各种营养物质。

中医所说的“血”，包括流在血管里的血液和血液中的各种营养物质，比如说人体生长发育所必需的各类激素。

中医对“血”就有这样一段表述：“肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄”，也就是说，人之所以能看、能走、能抓东西，靠的就是血液中营养物质的濡养。潘女士是血虚，当然不是贫血，贫血是指全身循环血液中红细胞总量低于正常值，而潘女士血液中的红细胞并不少，而是因为她到了更年期，内分泌出现了紊乱，血液里的各类营养物质减少。上不能濡养头脑，潘女士就出现了头痛；下不能濡养经络，潘女士又出现了腰痛。潘女士血液里减少的各类营养物质中也包

括雌激素,在月经期的时候,她的头痛就会加剧。陈医生当时就打算给潘女士开点补精血的中药,可一听说开中药,潘女士有点顾虑。

潘琴:现在中医院也为患者考虑,把药开好以后,给你配制,帮你熬,熬成一袋汤。但是熬成一袋汤后,包装好,密封好,又是冷的。一天三顿吃,还得带到办公室去,还得用微波炉加热后才能吃。

潘女士也曾经吃过中药,煎药、喝药不方便,让她一度很苦恼。但是潘女士没想到,陈霞医生并没有给她开汤药,而是给了她一个盒子,里面装了两个小瓷罐。小瓷罐盛着黑乎乎的膏状物质,这是什么呢?

没想到,这东西不仅不麻烦,而且渐渐地,一个冬天过去了,等这两罐东西全部吃完的时候,潘女士才发觉,自己已经很久没有头痛了。

潘琴:特别是今年春天,腰酸背痛很少发作,我今年的感觉特别好。

潘女士能有如此大的变化,秘密就是那两罐黑色的膏状物质。可是,瓷罐里装着的到底是什么呢?

陈霞:把这些滋补肝肾、养阴的药物,制作成膏方,可以针对她的阴血不足给予一些补充。这种补充是循序渐进的,不是猛补,或者峻补,应该说膏方比较适合她,起到缓补作用。

峻补就是用猛药来强力补益身体的方法,比如说产后大出血,那就要用十全大补汤。因为汤者,荡也,有迅速荡清邪毒的作用。有些慢性病症,特别是像潘女士这样血虚的虚症,如果峻补的话,就容易操之过急,出现意外。她这种情况只能通过长期用药,慢慢地达到固本培元、扶正祛邪的效果,也就是缓补。而要长期服药,汤药或者丸药都有一些不太适宜,因为汤药服用起来比较繁琐,而丸药药效又比较差,这个时候就必须选用膏方。膏方不仅方便,而且因为膏方是药物精华的浓缩,它的药效比较高,在滋养身体方面是强于其他剂型的。可能有类似问题的人要说了,这膏方好是好,但是我们没有办法像潘女士那样能得到医院制作的膏方,那该怎么办呢?您别急,陈医生还给潘女士推荐了一道既可以家庭自制,又能够缓解头痛、补血养颜

的膏方,叫做祛痛养颜膏。

制作这道祛痛养颜膏,您需要准备山药 100 克,红枣 100 克,枸杞子 100 克,天麻 50 克,赤芍 50 克,白芍 50 克,核桃粉 100 克,芝麻粉 100 克,红花 15 克,阿胶 200 克,还有蜂蜜 500 克。

传统膏方

功用:大补元气,可抗老益寿。

药物:人参、当归、麦冬(各)2 两,五味子 5 钱。

制法:共煎 3 次,去渣滤清,将 3 次汁浓缩成膏。

服法:每服 3 匙,一日 2 次,白开水调服。

在这个祛痛养颜膏里,别看有这么多中药,其实它可以分成三大类:一类是祛痛的,一类是活血补血的,再有一类是滋补肝肾的。比如天麻,它又叫定风草,是中医治疗头痛的常见药,有解痉止痛的作用。还有就是赤芍、白芍、

红花、阿胶,都是补血活血的名药。因为中医认为肝藏血,补血必先养肝,所以又加了山药、枸杞子、核桃、芝麻来滋补肝肾。潘女士从医院拿来的膏方,也是用了类似的补血养阴的中药。长期服用不仅治好了头痛,而且她还收到了意外的效果呢。什么样的意外效果?我们先把这个祛痛养颜膏做完,再告诉您。

首先把山药、红枣、枸杞子、天麻、赤芍、白芍、红花放进一个大沙锅里浸泡 3 小时,同时要把阿胶掰碎,放进一个碗里,加入适量黄酒,酒量刚好没过药面就可以了,也要浸泡 3 小时。接下来把沙锅放在火上,再加入一定量的水。注意:这个水量是手指尖触到药面之后两个指节左右的位置。水加好之后,先用大火烧开,然后再改用小火煎煮一个半小时。

煎药的时候,我们再来处理一下阿胶,把已经浸泡好的阿胶放进蒸锅里,用中火蒸 2~3 小时。这个过程叫做烊化。

杨炳火(南京市中医院 首席制膏师):在一般情况下,阿胶是不能跟所有的药材放在一起煎煮的,因为煎煮可能会粘在锅底。煎煮的过程中要不断地搅拌,很麻烦。我们采取烊化的过程:事先用黄酒浸泡 4 小时,然后摆到蒸锅里搁水一蒸,就烊化了。

膏方之所以能成“膏”，就是因为药汁里加了东西，除了蜂蜜之外，有的时候还要加胶类药，比如说阿胶、鹿角胶、龟板胶等。这些胶要是和药材一起来煎煮的话，既不利于药性的挥发，又很容易粘锅，往往要事先处理一下。常见的处理方法就是用黄酒浸泡之后，隔水蒸化，又叫做烊化。而黄酒既可以去除动物胶的腥味，又可以助行药势，有通血脉、厚肠胃、健脾气的作用。

一个半小时之后，准备一个大碗，把一块干净的纱布铺在碗口，用夹子夹牢，把药汤滗出来，这是第一碗汤药，放在一旁备用。接下来往沙锅里再倒入一些清水，这次水中的量稍微少一点，水面只要高出药面一个半指节就可以了。照例还是先用大火烧开，然后再改用小火煮一个半小时。还像第一次那样滗出汤汁，这是第二碗汤药，放在一旁备用。接下来再往锅里加水，这次的水量只要能超过药面一个指节就行，大火烧开之后，小火煎煮的时间也可以缩短成 45 分钟。45 分钟之后，把汤汁再滗出来，这是第三碗汤药。

把煎煮好的三碗汤药放在一旁静置 30 分钟，让药渣沉淀一下。这时候把正在烊化的阿胶用筷子搅拌一下。然后把三碗汤都倒进一个干净的沙锅里，用大火烧开之后，再改用中火慢慢熬。当药汁浓缩的时候，把药汁换入一个小沙锅里，再改成小火，这时候要加入烊化好的阿胶和蜂蜜。注意：要一边倒，一边搅。等到锅里的药汁可以沿着木铲的边缘，在木铲上“挂旗”的时候，再加入芝麻粉、核桃粉，继续搅拌几下，这道祛痛养颜膏就制作完成了。

祛痛养颜膏的做法，看着挺复杂的，其实总共也就这么几个步骤：第一是长时间浸泡，第二是煎煮三次，第三是大火浓缩，第四是蜂蜜收膏。记住这几个关键的步骤，这道既可以祛除头痛，又可以养颜的膏方制作起来就容易多了！膏方是做好了，可是您还需要注意的就是，不是任何人都能吃的！

把制作好的祛痛养颜膏装进瓷瓶子里，没有的话用玻璃瓶也行，每天空腹服用一汤勺，连续服用 7 天，您就会收到不错的效果了！但是陈霞医生也提醒说，感冒、发热、腹泻的人群不能吃这个膏方，另外还有一类人也不能食用它。

005

陈震：就是说怀孕的女性不能吃，因为红花有活血作用，如果活血的话，就动了胎气，引起行气太过，会导致流产。

除了上述人群之外，还有就是像慢性支气管炎、心脏病等一些慢性疾病的患者，如果出现发热、痰多色黄、气喘、胸闷、心悸等一些急性发作症状的时候，也不宜服用膏方。膏方深受大家喜欢，还有一个原因就是因为它有补虚扶弱的特点。这个虚弱，并不是说临床检验指标异常，而是指机体对外界的适应能力、免疫功能及抗病能力比健康水平低。比方说，像潘女士血虚导致了头痛、腰痛，去医院检查之后又没有任何器质性问题。这样的更年期人群，就非常适合服用膏方。自从服用膏方之后，已经过去3年了，现在她不头痛了，腰也不酸了，还有意外的收获呢！



枸杞子
补肾益精，养肝明目。

话说潘女士自从尝到膏方的甜头之后，对这种既不麻烦，又能治病的东西是越来越喜欢了。

潘琴：苦中带甜，是药的香味，我对中药是不排斥的，我喜欢中药的味道，还是可以接受的。

3年过去了，看到潘女士跳着健身操、在跑步机上运动的样子，您还能看得出来，她是3年前要把头吊在床边的人吗？

潘琴：精神状态好了，睡眠好了，气色也好了，按照我们南京人的话，叫有红似白吧。

潘女士服用的膏方有补血、活血的功效，久服皮肤当然会好起来。这虽然说是意外之喜，也在意料之中。不过，有一点在这里要特别提醒您，那就是在服用膏方的过程中，不可以吃油腻、辛辣的食物，而且要少吃海鲜，不喝浓茶、咖啡等一些刺激性饮品，以免影响了膏方的吸收。

补虚驱寒膏

2008年12月的南京,很多人家都开了空调取暖,而在这户人家,即使室温已经到了20多度,女主人还得穿成这样。

唐女士: 别人看到我都非常惊讶,你怎么穿那么多啊,至于这么冷吗?但是我确实是冷啊,他们都不清楚究竟有多冷,只有我自己才知道。

不仅寒冷的冬天难受,即使是在夏天,唐女士的日子一样不好过。

唐女士: 夏天热的时候我就不喜欢开冷气,在冷气房间就特别难过,特别冷,都要跑到外面去暖和一下,因此很容易感冒。夏天喜欢没有空调的地方,对我来讲我觉得真好。

那么,唐女士究竟有多怕冷呢?看看唐女士睡觉时的装备就够让人吃惊的了。

唐女士: 电热毯要从10月份一直用到第二年5月份,有的时候遇上停电,这个晚上就比较难过,就睡不好觉了。

白天比别人穿的多,晚上比别人盖的厚,这种情况,即使在寒冷的北方都少见,可见唐女士的身体异样已经不是一天两天了。

唐女士: 就好像有一块冰放在你后背上,有一种凉气从底下往上散发

的感觉。

每次感到难受的时候,唐女士都会选择待在家里,即使这样,她仍然会觉得很不舒服。

唐女士: 冷得缩手缩脚的,什么事也不想做,胸口都缩起来,只想一天

到晚躲在被窝里不出来。

偶尔出一次门吧,这怕冷的感觉,也成了唐女士和别人交往的一个障碍。

唐女士:因为我的手很冰、很凉,有点不好意思跟人家握手。人家会讲您的手怎么那么凉啊,我的心里就有点难过。

一年四季怕冷,长年累月,让唐女士的身体变得有点弱不禁风了。

唐女士:夏天和冬天都容易感冒,体质比较差。

怕冷的人有不少,但是像唐女士这么怕冷的人还真是不多见。据她回忆说,自己从小就怕冷,随着年龄的增长,特别是生过孩子之后,怕冷就越来越严重了,脸色也越来越差。看过医生,也没什么好的办法,唐女士觉得可能就得这么过一辈子了。时间到了2007年的冬天,离唐女士家不远的南京市中医院举办了冬令膏方进补活动,有一个朋友就让唐女士去试一试,说不定能有办法帮助她赶走寒冷呢。但是听说要看中医,唐女士还有点犹豫。



黄芪

清热燥湿,泻火解毒,凉血,安胎。

唐女士:因为我特别怕吃中药,我宁可吃一些药丸子,但朋友说,不会让你吃苦药的。

最终,唐女士还是去了南京市中医院,接诊的是张钟爱医生,张医生通过中医传统的望闻问切,找到了唐女士怕冷的症结所在,并且马上给她开出了相应的膏方。

离开医院,唐女士拿着两个罐子回到了家。每天一早一晚,用一个干净的勺子盛出一点膏,放进小碗里,再用温水化开。第一口吃下去,这个膏方就给了唐女士不一样的感觉。

唐女士:感觉甜甜的,口感还行,还可以接受,那我就抱着试试看的心情吃了下去。

更让唐女士高兴的是,张钟爱医生的膏方才吃了一个星期,作用就显现

了出来。

唐女士：有一天早上起来，发现自己的两只手，不像以往早晨起来那样冰凉冰凉的了。

唐女士几十年怕冷，想了很多办法都没有管用，吃了一个星期张医生的中药，味道不苦，而且还见到了效果，这是为什么呢？张钟爱医生说，这就是膏方的好处。张医生还把给唐女士开的膏方，改造成了方便家庭制作的版本，名字叫做补虚驱寒膏，咱们一边来学习一下它的做法，一边来解释为什么唐女士会那么怕冷，为什么这个膏方就能对症治她的问题。

制作这道简易膏方，需要准备黄芪 50 克，当归 40 克，阿胶 100 克，桂圆 50 克，红枣 100 克，白蜜 200 克，干姜 20 克，山药 50 克。

乍一看这些中药，并没有任何特殊的地方，但是对于像唐女士这样从小怕冷的人群，解决的可是她们怕冷背后深层次的问题。

张钟爱（南京市中医院内科主任 中医师）：从中医理论说阳虚则寒，患者表现为怕冷。从患者本身来讲，我们从外观看，她是一个先天禀赋不是很足的人。再询问她的生活习惯，平常是一个比较喜欢素食的人，她摄入

的热量是不足的。再仔细询问，她不怎么喜欢运动，是喜静不喜动的人。我们知道运动的时候，可以产生很多能量。能量是阳的一方面，她的运动比较少，她的热量产生也比较少，因此她就表现阳虚的症状。

张医生说，这种怕冷的表现，如果不能及时得到纠正的话，会造成非常严重的后果。

张钟爱：比如说慢性阻塞性肺病，我们通常说的老慢支、慢阻肺，因为阳虚，就可能造成肺功能的进一步不足。还有一部分人，比如原有一些心脏疾患的人，因为阳虚，就可能造成心阳不振，我们说心源性水肿，现在叫心力

传统膏方

药物：当归、熟地黄、黄芪、党参（各）4 两，桂圆肉、枸杞子、升麻、苁蓉（各）2 两。

制法：用水煎透，炼蜜收膏。

服法：每服 5 钱，白开水冲服。

功效：此膏治荣卫虚弱，气血亏损，肌肉消瘦，倦怠嗜卧，饮食少思，颜色憔悴，自汗盗汗，对老年可起扶植气血之元等作用。

衰竭,都可以用心阳不振来解释。这些后果还是应该值得我们注意的。

张医生认为唐女士比别人怕冷是因为她属于阳虚,中医讲的阴阳,是一个比较抽象的概念。我们可以做一个浅显的理解,对于阴阳,中医常用水火来形容。水火者阴阳之征兆也。阴就是水,阳就是火。靠近火肯定就是温暖的,当火越来越弱,越来越少,或者是离火越来越远的时候,人必然会感到寒冷。体内也是这样,阳气充足的时候也就是我们通常说火力比较旺盛的时候,人不会觉得寒冷。阳气不足也就是说火力不够的时候,我们就会感到寒冷。老百姓常说的一句话,傻小子睡凉炕,全凭火力壮!这个火力,就属于中医讲的阳气。我们人体的阳气由两部分组成,一部分是由遗传来的,中医叫先天禀赋,另外一部分是由后天生活习惯、饮食结构等形成。张医生通过望闻问切,判断唐女士不仅先天禀赋不足,而且素食,还不喜欢运动等一些后天的生活习惯,也是对阳气有损伤的。阳气虚弱了,自然就会畏寒怕冷。怎么样才能让唐女士体内失去的阳气重新回来呢?看完膏方的制作过程之后,您就会明白其中的缘由了。

张钟爱医生给唐女士推荐的这道自制膏方,虽然跟唐女士在医院吃的膏方略有点差别,而且只有8味药,但这些都是针对她的阳虚症状的。

张钟爱: 首选干姜作为君药,是因为干姜性温,而且可以通阳,她是一个怕冷的人,这是君药。臣药我们选的是黄芪和当归,起到益气、养血的作用,我认为她阳虚,同时伴随气血不足症状,用黄芪和当归,这是气血相生的药。佐药用阿胶、桂圆、红枣,这些药既有温补作用,又有补血作用,更可以为气血双补增添一些力量,充实它的力量。使药可以用一些山药、白蜜,比较平和,同时叫阴中求阳。

这道补虚驱寒膏的做法是这样的。首先把黄芪、当归、桂圆、红枣、山药放进一个大沙锅里浸泡3小时,同时把阿胶掰碎,放进一个中碗里,然后加入一些黄酒,酒量刚好没过药面就可以了,需要浸泡3小时。接下来往沙锅里再加入一定量的水,水量控制在两个指节左右,也就是手指尖触到药面之

后,加水的量应该是在指节的这个位置。水加好之后,先用大火烧开,然后再改用小火煎煮一个半小时。

煎药的时候,我们可以来处理阿胶,首先把已经浸泡好的阿胶放进蒸锅里,用中火蒸2~3小时。

一个半小时之后,准备一个大碗,碗口铺一块干净的纱布,然后把药汤滗出来,这是第一碗药汤,放在一旁备用。接下来重复前面的动作再煎出第二碗药汤,用同样的方法煎出第三碗药汤,把煎煮好的三碗药汤放在一旁静置30分钟,让药渣沉淀一下。您别忘了,那边的火上还烊化着阿胶呢,一定要记得搅拌一下啊。

这个膏方的制作看起来确实挺繁琐的,实际上也是很有规律的,我们总结一下,一共就这么几个步骤:第一步是长时间浸泡,第二步是煎煮三次,第三步是大火浓缩,第四步是蜂蜜收膏。记住这样几个关键步骤,膏方制作起来就容易多了!这个补虚驱寒膏已经完成了前两个步骤,接下来就是大火浓缩和蜂蜜收膏了。在这个自制膏方里,蜂蜜收膏可有一个特殊的地方。

药汤沉淀得差不多了,把三碗汤都倒进干净的沙锅里,先用大火烧开,再改成中火慢慢熬。等到药汤里的水分蒸发得差不多了,药汁浓缩之后,这个时候要把药汁换到一个小锅里,用小火来熬。这时候可以加入烊化好的阿胶和蜂蜜来收膏。哎,您可注意了,这蜂蜜可不是一般的蜂蜜啊。

在这道膏方里,有两样原料需要特别介绍的,一个就是阿胶,还有一个是白蜜。中医认为阿胶是血肉有情之品,有滋阴养血的功效,同时也是用来收膏

温馨提示

中医认为阿胶是血肉有情之品,有滋阴养血的功效,同时也是用来收膏的。

的。中医所说的白蜜,其实指的是长白山所产的椴树蜜,这种蜜外观呈白色或者是淡黄色的透明膏体,中医认为白蜜味甘、性凉,张医生之所以会给唐女士的膏方里面使用白蜜,其中原因就在于自制膏方里的用药,多数都属于热性药,也就是说容易上火的药,比如说干姜、肉桂、黄芪、桂圆等。这些药