



国医大师 **李济仁**
亲自主审

「本草妙用系列丛书」

储成志 林靛 编著

妙用当归治百病



历代**补血活血**佳品
因其**补血活血**之功，被誉为**补血第一要药**

本书精选当归选方和食疗验方**约200首**
补血活血有圣药 血家百病此方通



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



储成志 林 靚 编著

人民军医出版社

妙用当归治百病

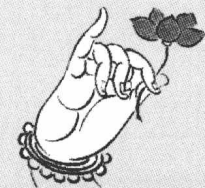
补血活血有圣药
血家百病此方通



系列丛书

一本最适合咱百姓使用的中药书
一本您终于可以读懂的中药书
一本真正由中医大家审定的中药书

常用·实用·新用·妙用



本·草·妙·用

图书在版编目(CIP)数据

妙用当归治百病/储成志,林 靛编著. —北京:人民军医出版社,2013. 1
(本草妙用系列丛书)

ISBN 978-7-5091-5769-5

I. ①妙… II. ①储… ②林… III. ①当归—中药疗法 IV. ①R282. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 181946 号

策划编辑:焦健姿 文字编辑:单联喆 赵晶辉 责任审读:王三荣

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927271

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装:京南印刷厂

开本:850mm×1168mm 1/24

印张:6.5 字数:97 千字

版、印次:2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001—4500

定价:19.50 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



活学巧用本草 妙治各科百病

《本草妙用系列丛书》

丛书编委会

主 审	李 济 仁			
总 主 编	王 义 祁			
执行主编	李 艳	王 惟 恒		
副 主 编	盛 红	汪 兴 洲	张 宏	
编 委	王 义 祁	王 惟 恒	王 璟	王 晓 戎
	邓 沂	冯 梅	李 艳	张 宏
	陆 霞 英	林 靓	胡 顺 强	赵 宝 林
	强 刚	黄 芳	盛 红	储 成 志
	申 小 年	汪 兴 洲		



内 容 提 要

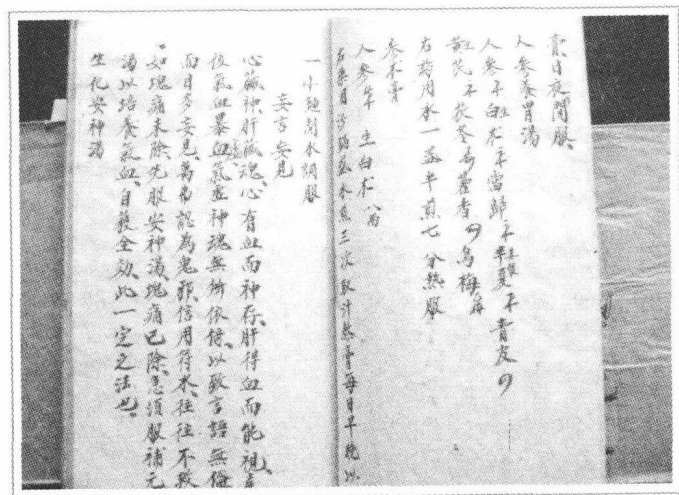
历代医家把当归视为补血活血佳品,素有“血家百病此方通”之称。因其补血养血之功,被誉为补血第一要药,适用于心肝血虚证所致的面色苍白或萎黄、倦怠乏力、唇甲浅淡无华、头晕目眩、心悸失眠等症。本书详细介绍了当归的性味、功效、药养常识以及多种疾病的当归疗法,列举了近 200 首妙用当归防病治病良方。全书选方突出“简、便、廉、验”之特色,非常实用,是一本最适合咱百姓养生保健用的中药科普书。





李济仁先生小传 |

李济仁先生,生于 1931 年。皖南医学院教授、附属弋矶山医院主任医师,首批全国 500 名老中医、首批国家名老中医学学术经验继承人指导老师、首批中国百年百名中医临床家、首批国务院政府特殊津贴获得者,国家级非物质文化遗产“张一帖内科”代表性传承人,2009 年被授予“国医大师”荣誉称号。擅长内、妇科疑难杂症,尤擅痹病、痿病、肿瘤等顽疾治疗,有《济仁医录》等专著 20 余部,论文百余篇,并参编《内经知要通俗讲义》《中医基础理论》等高等医学院校规划教材。



国医大师李济仁先生亲笔手抄方真迹



活学巧用本草 妙治各科百病

当 归 妙 用



国医大师序

补血活血有圣药
血家百病此方通

本草指的就是中药。说中药,人人知道。说本草,就有不少人不知道了。为什么要把中药说成本草?因为中药虽然泛指一切植物的、动物的、矿物的药物,但使用最早最多的还是植物类药,所以本草一词最早是指的就是中草药,后来才扩大到所有中药。现在人们都知道“中医药是个伟大宝库”,这个伟大宝库中最重要的宝贝就是中药。

中药与人民的日常生活息息相关。过去西医不普及的时候,人们主要是靠中医药来保健与治疗的。需要预防时感病的时候,一般群众也知道找几味特效药煎汤喝下去。现在中药材的价格年年上涨,就说明吃中药的人越来越多。中药是中医治疗与保健的重要媒介,其中的学问也是很深的,因为我们的先人,把他们对药物的理解,都记载到了本草学著作里了。比如我早年学习时就熟读了《本草备要》,几十年下来,我觉得书里的许多认识还是无比正确的。比如《本草备要》论黄芪说:“生用固表,无汗能发,有汗能止。



妙用当归治百病
补血活血有圣药 血家百病此方通



生血生肌,排脓内托,疮痈圣药。痘症不起,阳虚无热者宜之。”这只是对一种药物的纲领性的概括,其实还有很多记载,则非一书所能穷尽。所以说,包括了大量古人研究的心得在内的中草药知识,要想全部掌握,就是专门的临床医生也是做不到的。王惟恒先生挑选了平常人最容易接触到的作用广泛的名中药,设计成一药一书,是非常有眼光的。因为现在人的文化水平大大提高了,完全有能力有针对性地吸纳自己所需要掌握的药物应用知识。

《本草妙用丛书》,将所涉及药物的全面知识通盘掌握,再用以古引今、以今证古的方式,以文化与实用的分类,很有情趣地介绍了对药物性味、功能、应用价值的认识,古今治疗疾病的简便验方。同时,合理而巧妙地穿插了真伪鉴别、家庭贮藏、保健用法等有益科学常识。对读者来说,在学习到有用知识的同时,也上了一堂生动的传统文化课。我想,这些知识不仅对一般人有用,就是我这种做了一辈子临床工作的人,也能从中学到很多东西。

新安李济仁



壬辰年仲秋



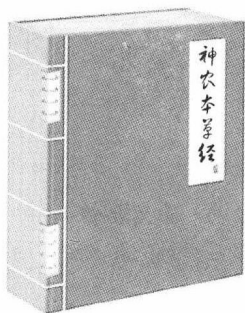
活学巧用本草 妙治各科百病

当 归 妙 用



补血活血有圣药
血家百病此方通

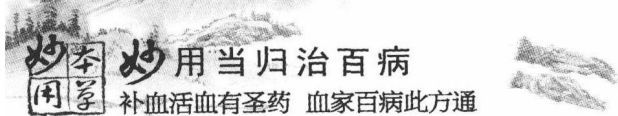
编者的话



当归是血家圣药。尤其值得一提的是,当归具有极强的调血补血功力,一直被认为是妇科第一要药,人称“血中圣药”,甚至被尊为“药王”。

当归,首见于《神农本草经》,又名干归,列于中品。归头(根头)能止血,归身(主根)能养血,归尾(支根)能行血。全当归甘温质润以补血,辛温气香以行血,补中有行,行中有益,善和血分,主治一切血证,不论血虚、血瘀、血寒皆常应用。其中尤以妇科经病为宜,故又为妇科调经要药。借其甘润之性,又具止痛、润肠之功。当归由于其功效大,许多传统的中药方剂大都离不了当归,故有“十方九归”之说。

研究表明,当归主要成分为藁本内酯、当归酮、香荆芥酚等。具有促进血红蛋白及红细胞生成的作用;有显著扩张冠状动脉、抗心肌缺血、抗



心律失常及扩张血管作用；能增强免疫功能；有抗辐射、抗肿瘤、抗氧化、抗血小板聚集、抗血栓、保肝、平喘、镇静、镇痛、抗炎、抗缺氧、抗菌等作用；当归多糖可刺激造血功能，故能“补血”，当归挥发油等可抑制子宫收缩，而非挥发性成分则有兴奋子宫等双向调节作用，故能“调经止痛”。

本书介绍了当归的性味、功效及药养常识以及多种疾病的当归疗法，列举了近 200 余首巧用当归防病治病良方，突出“简、便、廉、验”之特色，对于每一个家庭都非常实用，诚为广大读者防病强身、康复养生的良师益友，也适合广大中医爱好者、基层医务人员和医学生阅读参考。

王惟恒



系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

当 归 妙 用



补血活血有圣药
血家百病此方通

目 录

性味 · 功效 · 真伪鉴别 · 药用与养生常识 · 防病治病良方



上篇 当归妙用纵横谈

 美丽的传说——当归药名的来历	2
“丈夫出门三年整”的传说	2
“当归”寄托情侣的思恋	4
岷归的传说	5
姜维与当归的故事	7
 百家盛赞当归功	9
“血中圣药”话当归	11
“女人要药”话当归	14
“润燥滑肠”话当归	14
当归美容“润皮肤”	15
“十方九归”功效多	16



 当归养生保健之精方美食	17
四物汤补血调血	17
八珍散气血双补	19
当归生姜羊肉汤养血调经	19
当归羊肉羹温补养血	19
当归大锅可口可乐	20
当归炖母鸡益气补血	21
当归天麻炖母鸡健脑安神	21
当归党参炖猪腰补肾强腰	22
当归黄花菜炖瘦猪肉补虚增乳	22
香酥参归鸡补血活血	22
归参炖母鸡补血壮体	23
归参猪心汤养血安神	23
当归大枣猪肚汤养血美容	24
当归的鉴别与贮存	25

下篇 妙用当归治百病

 妙用当归治咳喘	28
金水六君煎养阴化痰治咳喘	28
当归贝母苦参汤治咳喘	28
苏子当归治喘息型支气管炎	29
百合固金汤治喘嗽痰血	29



百合当归治咳嗽	30
生麦当归汤治支气管扩张咯血	30
 妙用当归治头痛	31
补血活血汤治血虚头痛	31
养血汤治血虚头痛	32
外治妙方治血虚头痛	32
通窍活血汤加减治瘀血头痛	32
头痛神效丹治瘀血头痛	33
头痛停糖浆治瘀血头痛	33
救脑汤治神经性头痛	34
后脑痛方治后头痛	34
清上止痛汤治三叉神经痛	35
清上蠲痛汤治三叉神经痛	36
头痛宁治三叉神经痛	37
丹参当归治脑震荡头痛	37
当归防风治脑震荡头痛	38
当归尾、钩藤等治脑震荡头痛	38
当归荆芥疏风汤治外伤性头痛	38
当归猪血羹治脑震荡后遗症	38
丹栀逍遥散合左金丸加减治青光眼头痛	39
青光眼方治青光眼头痛	39
血府逐瘀汤治癫痫头痛	40



	妙用当归治偏头痛	40
	头痛消汤治风瘀寒凝型偏头痛	41
	芎芷通脉汤治风寒痹阻型偏头痛	42
	活血化瘀止痛汤治偏头痛	42
	偏风散治肝阳上亢型偏头痛	43
	定痛汤治偏头痛	43
	活血化痰搜风汤治偏头痛	44
	芍药当归牡丹皮汤治血管性偏头痛	45
	妙用当归治眩晕	45
	血府逐瘀汤治瘀血内阻型眩晕	46
	芪归饮加减治瘀血阻络型眩晕	46
	镇眩汤治中老年肝风夹痰之眩晕	47
	归脾汤治气血亏虚型眩晕	47
	参术归地饮治气血亏虚型眩晕	48
	五味子当归合剂治梅尼埃病	49
	珠联饮治梅尼埃病	49
	罗氏眩晕方治颈源性眩晕	50
	当归姜枣汤治低血压眩晕	50
	妙用当归治心悸失眠	51
	归脾汤养血安神治心悸失眠	51
	怔忡药酒方治心悸	53
	养血安神方治女性睡眠不佳	53



清热安眠汤治失眠 54

补心安神枕治心脾两虚型失眠 54



妙用当归治胃肠病 55

当归贝母苦参汤治胃病 55

养阴荣胃煎治萎缩性胃炎 55

疏肝和胃饮治溃疡病 56

单味当归粉治上消化道出血 56

驻车丸治下痢赤白 57

化滞汤治痢疾初起 57

当归乌梅阿胶散治白痢 57

芍药汤治湿热痢 58

加味当归补血汤治溃疡性结肠炎 58

生肌玉红膏加减方灌肠治慢性结肠炎 59

当归苁蓉红枣茶治血虚便秘 59

当归二仁猪肺汤治阳虚便秘 59

当归润燥汤治便秘 60

当归承气汤治热结便秘 60

桃红松解散敷脐治术后肠粘连 61



妙用当归治肝胆病 61

当归黄精甲鱼汤治慢性肝炎 61

疏肝解毒汤治乙型肝炎 62

黄精当归汤治肝病 62



妙用当归治百病

补血活血有圣药 血家百病此方通



参术归红汤治脂肪肝	63
归芎膏外敷治脂肪肝	64
当归郁金楂橘饮治脂肪肝	64
当归金香汤治药物性肝病	64
疏肝开肺汤治肝病腹胀	65
逍遥散加减治肝癌	66
乌梅丸治胆道蛔虫病	66



妙用当归治水肿淋证

三因当归散治全身水肿	68
当归生地黄治慢性肾炎	69
当归黄芩二子散治热淋	69
普济当归散治小便下血不止	69



妙用当归治血虚(贫血)

当归黑豆牛肉汤治贫血	70
黑豆羊肉汤养血温中	70
归枣黑豆猪肝汤补血养阴	71
当归补血汤益气生血	71
鱼鳔当归汤治贫血	72
当归补血茶治贫血	72



妙用当归治颈肩腰腿痛

除痹逐瘀汤治颈椎病	72
颈复汤治颈椎病上肢麻木	73



当归羌活枕治颈椎病	73
当归散加味治慢性关节炎	74
五圣止痛汤治腰肌劳损	75
三两半汤治腰肌劳损	75
舒筋活络汤治坐骨神经痛	76
当归丹参乳没汤治坐骨神经痛	76
桃红两活汤治坐骨神经痛	77
当归拈痛汤治痛风性关节炎	77
消痛饮治痛风性关节炎	78
当归乳没药浴方治痛风性关节炎	78
当归二乌酒治痛风	78
当归黄芪桂枝汤治痹证	79
千金当归散治外伤疼痛	79
活络效灵丹通治瘀血阻滞之痛症	80
当归丹参治足跟痛	80
 妙用当归治男科病证	81
当归熟地阳强丸治阳痿	81
活血散瘀汤治阳痿	82
化瘀起痿汤治阳痿	82
润木汤治男子遗精	83
健阳酒治男子遗精	83
首乌归地酒治男子遗精	83
当归龙荟丸治阳强	84

当归虎杖散合活络效灵丹治阳强	84
当归桃仁汤治阳强	85
活血生精汤治无精子症	85
宜男酒治少精子症	85
活血散瘀汤治慢性前列腺炎	86
暖肝活血汤治精索静脉曲张	86
暖肝散寒治精索静脉曲张	87
湿敷法治精索静脉曲张	87
归芪消痈汤治急性睾丸炎	87
秘藏方治慢性睾丸炎	88
疏肝溃坚汤治睾丸结核	88
 妙用当归治妊娠期病证	88
玉烛散治子暗	88
人参清肺汤治妊娠咳嗽	89
当归芍药散治妇人妊娠腹中痛	90
参归胎元饮治胎动不安	90
补血安胎饮治先兆流产	91
傅氏救母汤治难免流产及不全流产	91
当归茯苓汤治妊娠水肿	92
当归芍药散加减治妊高征	93
鲤鱼当归白术汤治妊高征	94
保产无忧汤治胎位不正	94
矫正转天汤治胎位不正	95