

© 人卫科普

现代中医保健丛书

总主编 王坤根 编著 柴中元

肾病

中医保健

第
2
版



人民卫生出版社

现代中医保健丛书

总主编 王坤根
副总主编 陈勇毅 施仁潮 熊国治

肾病

中医保健

第2版

编著 柴中元



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

肾病中医保健 / 柴中元编著. — 2 版. — 北京:
人民卫生出版社, 2006.12
(现代中医保健丛书)
ISBN 7-117-08208-9

I. 肾... II. 柴... III. 肾病 (中医) — 中医治疗法
IV. R256.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 139878 号

现代中医保健丛书 肾病中医保健 第 2 版

总主编: 王坤根

编 著: 柴中元

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 705 × 1000 1/16 印张: 12.5

字 数: 220 千字

版 次: 2000 年 1 月第 1 版 2006 年 12 月第 2 版第 4 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-08208-9/R · 8209

定 价: 19.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

总主编简介

王坤根，主任中医师、硕士研究生导师。原浙江中医学院副院长，浙江省中医院院长、党委书记，现任浙江省中医药学会副会长、浙江省中西医结合学会副会长、浙江省针灸学会副会长、浙江省医学会常务理事。

长期从事中医临床、教学及研究工作，主编出版了《浙江省中医（中西医结合）单病种诊疗规范》、《现代中医保健丛书》等，主持多项科研项目。

编者简介

柴中元，浙江省上虞市中医院副主任中医师，从医44年。撰写《温病求真》、《外治法》等学术专著，《鹿茸》等中医科普图书，发表学术文章200余篇，中医科普文章数十篇。



序

早在1996年，我们着眼于医疗面向社区的原则，为基层群众开展卫生服务，组织全省有关单位对中医学术与临床素有研究，并擅长、热心于科学知识普及的专业人员，编写了《现代中医保健丛书》。

这套丛书以常见病、疑难病、小儿病、妇女病、男性病、老年常见病、胃肠病、肝胆病、肾病、高血压、失眠、疲劳、中风后遗症、癌症、头痛、哮喘和腰腿痛等为主题内容，每一主题单独成书，共计17种，先后于2000~2003年间由人民卫生出版社出版，累计印发20余万册。

《现代中医保健丛书》体现了中医保健特色，出版后受到欢迎，有些分册重印了3次，产生了良好的社会效益。为了适应社会的需求，满足广大读者对中医保健知识的渴望，我们在人民卫生出版社的指导下，于2004年8月着手丛书的修订工作。

这次修订，根据群众的需求，从图书的种类、内容、形式等方面做了改进和提高。

在丛书种类上，确定了《小儿病中医保健》、《妇女病中医保健》、《男性病中医保健》、《老年病中医保健》、《胃肠病中医保健》、《肝病中医保健》、《肾病中医保健》、《高血压中

医保健》、《失眠的中医保健》、《疲劳的中医保健》、《中风后遗症中医保健》、《癌症中医保健》、《头痛的中医保健》、《哮喘病中医保健》、《糖尿病中医保健》、《肥胖症中医保健》、《骨关节病中医保健》和《皮肤病中医保健》18种。

在丛书内容上，立足于向广大群众普及中医养生保健、防病治病知识，突出中医特色，注意吸收现代新知识、新成果。在菜肴、药膳、验方等方面，选择有针对性者，不求全，但求实用；同时注意适当介绍行之有效的传统健身方法。

在丛书形式上，不限于体例，而是从百姓最关心的内容入手，进行了简明通俗的介绍。对一些重要的知识点用黑体编排，以冀起到强调作用。同时列出“专家提示”一栏，对一些需要提醒的内容进行讲述。对原有文字较多的分册，做浓缩处理，使文字控制在20万字左右。语言力求大众化，专业术语尽量不用，力求做成中医科普精品。

希望我们的努力能使中医药祛病保健知识得到广泛传播，为大众健康做些有意义的实际工作。

总主编 王坤根

2006年9月20日

再

版前言

本书系《现代中医保健丛书》的一个分册，2000年出版后，受到读者欢迎，连续印刷三次，对广大肾病患者的治疗和康复提供了极大的帮助。时过六年，根据社会群众需求，对书稿作了修订。

在修订过程中，立足于向广大群众普及肾病的防治知识，打破原书体例，首先以故事形式，讲述肾虚生百病，以冀引起人们对肾病的兴趣，然后讲述肾病的生理与发病、中医及西医所说的肾病、肾病的治疗等知识，其中对补肾的方法、泻肾的方法、肾病的成方、外治法、导引方，以及补肾的中药、食品、药膳、饮料、药酒、饮食疗法等作了详细介绍，既有很好的趣味性，又有很高的实用价值，使读者可以从故事情节中学习肾病防治的相关知识。

书中还介绍了“肾病的必要检验”和“尿检异常的常用中草药”，包括肾病患者的尿常规检查、血常规检查、肾功能、血尿酸、B超检查及其临床意义，以及脓尿、血尿、蛋白尿及沙石尿的参考用药，相信对解决肾病患者在治疗中碰到的实际问题会有所帮助。

书中的重点内容用黑体标示，以示强调，并设有“专家提示”，对一些需要特别强调的内容进行讲述，使读者能明确重点。

本书在编写过程中，得到王坚栋同志的帮助，在此表示感谢。

编者

2006年10月



现代中医保健丛书
肾病 中医保健

目录

一、肾病的发生

1

肾虚生百病 / 2

- 蜜月中的苦恼和风波 /2
- 汉武帝和隋炀帝的肾病 /4
- 名医褚澄答不育之原因 /5
- 人到中年防阳痿 /7

肾的生理与发病 /9

- 肾的生理解剖 /9
- 肾的病理特性 /11
- 久病之伤，穷必及肾 /13

二、形形色色的肾病

15

中医认识的肾病 /16

- 肾囊风 /16
- 肾痈 /16
- 肾泄 /17
- 肾岩 /17
- 肾劳 /18
- 遗精 /19



- 阳痿 /20
- 腰痛 /21
- 女劳疸 /22
- 不育症 /23
- 肾痹 /25
- 肾疝 /25
- 肾咳 /26
- 肾风 /26
- 肾水 /26

现代常见肾病 /28

- 急性肾小球肾炎 /28
- 慢性肾小球肾炎 /30
- 继发性肾小球肾炎 /32
- 肾盂肾炎 /33
- 肾结石病 /34
- 急性肾衰 /36
- 慢性肾衰 /37
- 多囊肾 /38
- 隐匿性肾炎 /39
- 局灶性肾小球肾炎 /40
- 肾结核 /41
- 肾下垂 /41
- 肝肾综合征 /41

三、调养与治疗

43

从肾论治的故事 /44

- 感冒从肾论治 /44
- 头痛从肾论治 /45
- 呕吐从肾论治 /46





痰喘从肾论治 /48

黄疸从肾论治 /49

厥证从肾论治 /50

血证从肾论治 /51

急惊从肾论治 /52

中风从肾论治 /53

温病从肾论治 /54

补肾食品 /55

核桃肉 /55

黑芝麻 /55

淡菜 /55

栗子 /56

鱼鳔 /56

海参 /57

狗肉 /57

鹌鹑 /57

韭菜 /58

补肾中药 /59

地黄 /59

枸杞 /59

菟丝子 /60

五味子 /60

女贞子 /60

山萸肉 /61

补骨脂 /61

鹿茸 /62

肉苁蓉 /62

淫羊藿 /62

补肾粥谱 /63

栗子粥 /63





- 肉苁蓉粥 /64
- 磁石粥 /64
- 枸杞粥 /64
- 核桃粥 /65
- 山药粥 /65
- 地黄粥 /65
- 芡实粥 /65
- 苁蓉羊肉粥 /66
- 泽泻粥 /66

补肾药膳 /67

- 地黄甜蒸鸡 /67
- 杜仲腰花 /67
- 茴香腰子 /67
- 虾仁韭菜 /68
- 附片羊肉汤 /68
- 虫草全鸭 /68
- 鹿鞭壮阳汤 /69
- 白果煲猪肚 /69
- 甲鱼滋阴汤 /70
- 虫草炖金龟 /70
- 黄芪煲鳝鱼 /71
- 鹧鸪八宝汤 /71
- 雀卵丸 /71
- 地黄蛋 /71
- 南烛蛋 /72
- 首乌蛋 /72
- 鹿茸蛋 /72
- 白果蛋 /73
- 虫草蛋 /73
- 益寿鸽蛋 /73





- 羊肾鹤鹑蛋 /74
- 银耳鸽蛋糊 /74
- 枸杞桂圆鸽蛋 /74



补肾茶谱 /75

- 杞味茶 /75
- 枸杞叶茶 /76
- 胡尚书壮阳茶 /76
- 枸骨叶茶 /76
- 明目茶 /76
- 菟丝子茶 /76
- 楮杞茶 /76
- 八仙茶 /77
- 山楂核桃茶 /77
- 观音茶 /77
- 一味莲心茶 /77
- 丁香茶 /78
- 山楂糖茶 /78
- 石楠芽茶 /78
- 芡实茶 /78
- 晨泻散 /79

补肾饮品 /79

- 一味苁蓉饮 /79
- 一味秘精饮 /79
- 人参胡桃饮 /79
- 生发饮 /80
- 生地蜜油饮 /80
- 宁嗽定喘饮 /80
- 银耳饮 /80
- 淡菜饮 /81
- 补阴饮 /81



- 
- 
- 补阳饮 /81
补气饮 /81
补血饮 /81
淮地消渴饮 /82
春季保健饮 /82
夏季保健饮 /82
秋季保健饮 /82
冬季保健饮 /83

补肾药酒 /84

- 地黄酒 /84
人参枸杞酒 /84
延寿酒 /84
首乌酒 /84
龟龄集酒 /85
补肾生精酒 /85
蛤蚧雄龟酒 /85
仙灵脾酒 /86
补骨脂酒 /86
菟丝子酒 /87

肾病饮食疗法 /87

- 急性肾炎 /87
慢性肾炎 /89
肾结石 /90
急性肾盂肾炎 /91
慢性“肾衰” /92
肾虚 /94
腰痛 /95
遗尿 /97
阳痿 /99



其他肾病 /100

补肾方法 /102

峻补法 /102

缓补法 /103

涩补法 /103

通补法 /104

清补法 /104

温补法 /105

双补法 /105

间补法 /106

泻肾方法 /108

泻火法 /108

破阴法 /108

利水法 /108

祛瘀法 /109

清心法 /109

补肾成方 /110

左归丸 /110

右归丸 /110

二至丸 /110

金锁固精丸 /111

猪膏发煎 /111

大补阴丸 /111

四神丸 /111


黑地黄丸 /111

肾病新成药 /112

黄芪精口服液 /112

百令胶囊 /112

肾炎舒片 /113



肾炎温阳胶囊 /113

肾炎四味片 /113

排石冲剂 /114

尿石通丸 /114

前列康片 /114

前列舒丸 /114

通淋颗粒 /115

肾复康胶囊 /115

补肾康乐胶囊 /115

杜仲胶囊 /116

肾病外治法 /118

水肿 /118

急性肾炎 /119

“肾衰” /119

肾劳 /120

阳痿 /121

腰痛 /122

肾结石 /123

肾病导引法 /125

六字气诀和肾病用咽 /125

水肿 /126

遗尿 /127

腰痛 /127

肾结石 /128

肾消 /129

不育 /129

阳痿 /130

肾劳 /131

遗精 /132



**肾病自我按摩 /133**

常用穴位 /133

按摩方法 /136

四、解读肾病治疗迷惑 …… 139**不要被肾病所迷惑 /140**

肾炎抄用验方铸大错 /140

难治性肾病综合征不从肾论治 /142

腰痛补肾获良效 /144

腰痛病不从肾论治 /146

气管炎为何用肾气丸 /148

前列腺炎从“肾实”论治 /149

慢性肾炎能否治好 /150

没有特效药 /150

发挥中医个性化治疗优势 /151

“防微杜渐，发于机先” /152

活用成方 /153

中医综合治疗慢性肾炎尿毒症 /154

对症疗法，中西医不同在哪里 /154

不局限于用药，重视综合治疗 /155

中医辨证论治肾结核 /155

肾结核与肾痹 /155

辨证论治有优势 /156

着眼整体，注重动态，作个性化处理 /156

肾石患者治疗要注意的几个问题 /157

不能不加分析地用排石药 /157

重视消石法在改善内环境方面的作用 /158

肾结石患者保健须知 /158