

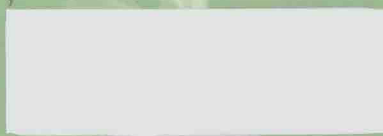


跟师一日一得

理法方药

曾培杰 陈创涛·编著

读书临证，
每日必有一得。
修心养性，
每夜反省一失。



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

跟师一日一得

——理法方药

GENSHI YIRI YIDE

曾培杰 陈创涛 编 著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

跟师一日一得：理法方药 / 曾培杰, 陈创涛编著. —北京：人民军医出版社，
2014.5

ISBN 978-7-5091-7444-9

I. ①跟… II. ①曾…②陈… III. ①中国医药学—普及读物 IV. ①R2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 072783 号

策划编辑：王显刚 文字编辑：荣 莹 李 昆 责任审读：周晓洲

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) 51927300—8707

网址：www.pmmp.com.cn

印、装：京南印刷厂

开本：710mm×1010mm 1/16

印张：13.25 字数：200 千字

版、印次：2014 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数：0001—5000

定价：29.80 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



前 言

任之堂的学生，以及中医爱好者，他们都有共同的疑惑，这病怎么治？怎样才能学好中医？

我们跟老师学到的最受用的不是临床医技，而是老师学中医、用中医的精神。老师是一个精进的中医行者，他就生活在中医的世界里，他的言行举止从来没有离开过中医，他是中医的化身，带领我们去成为中医的化身。

今年春夏之交，老师带领我们二十余人，有学生，有病患，有中医爱好者，到牛头山深处去采竹笋。

我们翻过了一座又一座的山，高峰的后面还有高峰，山头的那边仍然有更高的山头。

不断地有人问，到了没有？

老师笑笑说：快了！

在老师眼中，翻山越岭，如履平地，辛苦汗出，如若等闲。

老师说：体力上的劳动付出，不是受苦，而是一种享受。

很多人不理解，但采笋回来后，睡个好觉，对老师这句话才深有领会。

老师把学中医、行中医当成是一种享受，如同不断地翻山越岭一样，从来都没有止步的意思。

老师抬手一指波澜起伏的群山峻岭，感慨地说，一个山峰再高，它也没有气势。群山峻岭，一峰叠着一峰，像长城一样，像钱塘江大潮一样，像滔滔不绝的长江、黄河一样，那气势就出来了。

奇迹在平凡中，平凡的一波叠一波，就是钱塘江大潮，万人瞩目；平凡的一浪接一浪，就是长江、黄河，无数人歌颂；平凡的一个山头连一个山头，就

是长城，世界奇迹，中华精神……

老师常跟我们说，学中医不在聪明而在韧性，没有投机取巧，而是持久不懈的坚持。

我们得到这种精神的片碎，跟师学习，有闻必录。

老师说，这就是传承，一浪叠一浪，一山接一山，只有精进日，没有止步时。

曾培杰 陈创涛

2014年2月



目 录

引子	1
医理探秘	4
标本缓急先后的用药思路	4
◎ 上下交损，先治其中	4
◎ 不要吃压气饭	6
◎ 治病像下棋，有先着后着	7
“动其机，万化安”治痛经	8
◎ 生姜红糖水	8
◎ 在疾病发作前下手	8
◎ 治病的机要	9
◎ 伏其所主，先其所因	10
子盗母气与母病及子	11
◎ 中间大、两头小的脉象	11
◎ 肝郁化火伤了肾水	12
◎ 中医的优势	13
鼎法新论	14
◎ 从鼎法来看全真一气汤	14
◎ 鼎法悟汤方	14
◎ 升降看全真一气汤	16
◎ 鼎法在闭经治疗中的运用	16
◎ 鼎法在失眠治疗中的运用	18
◎ 鼎三法看梦多乏力案	21
◎ 鼎法看连理汤与茯苓饮	23
◎ 鼎法看偏头风散	26



◎ 鼎法看桂枝加厚朴杏子汤治咳喘·····	29
◎ 鼎法看泡茶方·····	31
先议病后议药——从临床实践去找药物·····	32
◎ 勿以方药去套病·····	32
◎ 由病到药看蛇床子、忍冬藤·····	32
◎ 由病到药看红藤、白芍·····	33
◎ 打气筒与杏仁·····	33
再谈湿疹之水归膀胱、浊走大肠·····	35
◎ 从湿毛巾看湿邪伤人·····	35
◎ 治湿要顺从湿·····	36
◎ 水归膀胱，浊走大肠·····	36
牙痛之虚实·····	37
筋柔骨不响·····	38
风寒湿是感冒之因·····	39
◎ 中医治病慢吗·····	39
◎ 赶细菌还是赶风寒·····	40
◎ 身体的天气预报·····	41
天气与疾病·····	42
◎ 原始并不等于落后·····	42
◎ 改变内环境抗“非典”·····	43
顺其性、养其真的药物剂量思考·····	44
◎ 中医之秘在于量·····	44
◎ 从将帅少、士兵多看气为血之帅·····	44
◎ 妇科圣手之意·····	45
“归、藏”二字乃治睡眠秘诀·····	46
心有千千结与血府逐瘀汤·····	48
从升降出入看柴胡陷胸汤·····	50
从升降看柴胡桂枝干姜汤·····	54



从开合出入看麻黄连翘赤小豆汤	57
六腑有积，四肢不利	62
心肺上亢毛发落	63
丸、散、汤	64
气滞湿阻的舌象	66
凡十一脏取决于胆	66
◎胆的生发之气	66
◎脏腑都有春生之气	67
◎五脏六腑的升降	68
◎温胆汤与倒春寒	69
◎寒凉伤的是春生之气	69
◎郝万山老师的合方	70
积块是怎么形成的	71
汤方是一个方针、方向、方法	72
治法点滴	75
常见痛经三大原因及治法	75
◎从水到渠成看不荣则痛	75
◎水管打结和气郁痛经	76
◎从冬天冰封看月经受寒则痛	77
用开肺盖的办法治小儿咳嗽久不愈	79
◎叶天士治肺宗的是升降法	79
◎开肺盖两组药阵	79
◎源头活水是什么	80
三通法治疗肩背痛	81
◎何谓三通	81
◎一脉定肩周炎	82
◎小肠经走向	82
上病下治与下病上治	83



◎慢性咽炎与引火汤	83
◎拉肚子与荆防败毒散	83
消食化积法的意义	85
◎凡病常带三分积	85
◎消积不忘补虚	85
◎鸡矢藤、焦三仙的三大意义	86
结石治法一二三	86
◎用附子治结石	86
◎碎石与排石	88
◎结石最常见的脉	88
建中法治虚劳包块	90
◎补虚能治包块	90
◎河流水与垃圾堆	91
如何补火生土	92
升降肠痹话便秘	93
◎济川通幽与滴水之器	93
◎顽固便秘用重剂	94
◎增水行舟即润肠通便	95
◎河流盈通虚滞	96
◎生麦芽和木香	96
血不利则为水——用活血法治水肿	97
汗法治痒	98
治抑郁症的三大思路	99
导引消痰法	101
方剂阐微	104
五苓散是治水方	104
◎大禹治水，堵不如疏	104
◎脚肿与升阳除湿	105

◎茶壶、吸管——肌表气一开，浊水就下来	105
◎疏通水道与建筑堤坝	105
◎发潮的衣服与阳光	106
三焦十药	107
◎三焦十药调的是水	107
◎瘀血与水肿，病理两兄弟	108
◎气滞是因，血瘀水停是果	108
◎气血津液与盈虚通滞	109
三焦汤与白带异常十年案	111
◎你看的是水湿，我看的是水道	111
◎三焦经大调整的时辰	112
通气散的含义	112
六君子汤	113
◎小儿纳差胸口满痛案	113
◎脾胃是十字路口大转盘	114
血府逐瘀汤治心悸	115
佛山九叔的外洗方	116
药枕	117
黄连温胆汤治胆汁反流性胃炎	118
◎威灵仙宣统五脏之气	118
◎痰生百病食生灾	118
◎万病横生，年命横天，多由饮食之患	119
神应养真丹治脱发	120
◎临证不能治，皆因读书少	120
◎从养其真看发为血之余	121
◎阴随阳升看桂枝汤	121
◎头发杀手——熬夜、生气与空调	122
◎从风能拔看天麻	124



◎挖沟渠与木瓜	124
鼎三法看半夏泻心汤	125
鼎三法看肾气丸	127
治胸痹短小精悍的经方	129
鼎法看苏子降气汤	132
◎上实下虚的中老年人	132
◎当归也能止咳	133
◎寻常做菜佐料皆可顺其性	134
◎从上而下降其浊	135
桂麻各半汤治荨麻疹	136
◎透心经热的菖蒲	136
◎瘙痒的思考	137
◎鼎法看经方	138
附子汤里的三焦法	139
消炎药与理中汤	140
连苏饮治呕	141
小儿痰喘方	142
生发丸	143
香连丸治湿热痢	144
带下第一方——完带汤	144
金水六君煎	146
◎老慢支咳痰久不愈	146
◎痰是脏腑生产出的次品	147
补中益气加枳壳治脏器下垂	148
苓甘五味姜辛汤加味治寒痰留饮	150
◎夜咳肺间寒	150
◎形寒饮冷则伤肺	151
五皮饮的应用	152



◎一切恼怒烦，皆由心不安·····	152
二便均分，永乐安康·····	154
桂枝汤治贫血、痤疮·····	156
血府逐瘀汤治疗心脑血管疾病·····	157
四逆散合少腹逐瘀汤治7年痛经·····	158
补中益气汤治老年便秘·····	160
生发丸与生发散·····	160
补中益气丸治叹气·····	162
药性发挥·····	164
单味药运用——黄芪·····	164
◎射程不够怎么办·····	164
◎拖长鼻涕的孩子·····	165
杏仁五大功用·····	166
◎小儿病治疗秘诀——开肺盖·····	166
◎高屋建瓴的润肠通便法·····	167
◎降气行水治湿泛皮肤·····	168
◎从肺朝百脉看跌打瘀血用杏仁·····	169
金钱草是救命王·····	170
莲子心泡水治少阴脉亢盛失眠·····	171
鳖甲在甲状腺囊肿治疗中的运用·····	172
全蝎治风疹疮肿·····	173
◎人生百病，天生百草·····	173
◎以毒攻毒·····	174
容易咬到舌用蒲黄·····	174
甘草长肌肉坚筋骨·····	175
◎大黄甘草汤治胃热呕吐·····	175
◎炙甘草缓急止痛治心悸·····	176
◎四象五行皆藉土·····	176



◎墙上芦苇根底浅·····	177
槐树皮粉治面瘫·····	177
枳实利七冲之门治口臭·····	178
三七花治疗面斑·····	179
半夏与夏枯草·····	180
金银花·····	180
棺材板与蜘蛛网·····	181
岔气伤，小茴香·····	182
饿得慌，龙眼尝·····	182
◎草医老张的治饿单方·····	182
◎心慌怎么办？·····	183
◎龙眼膏，大补气血赛参芪·····	183
桂枝是平冲降逆还是以阳消阴·····	184
蛋清治咽痛·····	185
虚白痰，锁阳上·····	185
头痛、泄泻、子宫肿痛与藁本·····	187
川牛膝治血瘀经闭·····	188
一个橘子引发的思考·····	188
茵陈取象枯木逢春·····	190
◎茵陈主黄疸而利水·····	190
◎华佗与茵陈的故事·····	190
松节治背痛·····	192
血竭、三七粉·····	192
一味竹茹治牙龈出血·····	193
鳖甲散化顽痰·····	194
鸡内金能够化结石·····	195
药引子·····	196
后记·····	197



引子

高血压是一种时代病，基本上天天都有高血压患者就诊。

他们第一句话总是说，医生，帮我降降压，我血压偏高。或者说，医生，我现在吃某某降压药，效果不太好，你有没有更好的降压药呢？

老师总是要跟病人做一番解释，血脉压力增大是脏腑失调的表现，中医不是去降压，而是去理顺脏腑。

有位病人，血压偏高，已经五六年了，一熬夜就加重，心情烦躁，头晕头痛，然后吃点降压药缓解缓解。刚开始有效，后来就没效了。

老师跟他说，要根治血压不是没办法，你双脉郁滞，脉势上冲，饮食不节，喜怒无常，作息失调。回归正常生活起居，正确用药，血压就有可能回归正常。

老师只给他开了天麻钩藤饮加丹参、穿破石。他来复诊时说，大夫，我吃这药，比吃降压药还管用，我现在没吃降压药血压也不高了。

旁边跟诊的学生们都很兴奋，有些学生认为用天麻钩藤饮加丹参、穿破石是降压秘方，赶紧抄在笔记本上，而且这丹参、穿破石必须要重用。

也有些学生根本就没有去记这个汤方，他们去摸病人脉象，发现关郁上越弦硬之象变松缓了，于是知道病人睡眠质量肯定提高了，不再那么烦躁了，这样心性调和，压力自消。

还有一些学生问老师，为什么病人血压会高？

老师用最平实的语言解释说，那要因人而异。有人阴虚阳亢，你看树枝失去水分供养，它是不是变得干硬，干硬压力就大；树枝得到雨露滋润就变得柔和，富有弹性，柔和富有弹性，压力就小。所以病人经常熬夜，打麻将，玩手机，看电视，伤了阴分，导致身体五脏血脉干硬，其压力必高。



还有人经脉堵塞瘀滞，不通则压力增大。你看浇花的水管，把出水处捏紧，令之堵塞不通，那么管内水压马上增大。你把水管口放松，水压立即变小，恢复正常。病人饮食不节，嗜食肥甘厚腻，这些食物积滞堵塞在肠管、脉管，导致管内血液运行不畅，其压力必高。

当然还有情绪激动也会导致压力增大。正如你把通向水管的水龙头开到最大，水管的压力就在不断地增大。你心脏经常激动愤怒，泵血压力自然增大。

生活工作压力大的人群，他们焦虑烦躁，心跳加速，情绪不稳，这时血压也会跟着变大。你只要帮他舒缓情志，养心安神，压力自减。

……

所以治疗高血压，没有固定的死方，不能刻舟求剑。

来老师这里学习的学生，有些想找到金刚钻，找到治疗疾病的特效药，因为民间有很多“单方一味、气煞名医”的故事。

也有些学生，他们想学偏方秘方，偏方治大病的例子不是没有，也有很多。他们以为掌握了秘方，就等于掌握了打开疾病之门的金钥匙。

也有些学生，他们想学到治病的招法，因为这样可以执简驭繁。如果能在八纲八法里不断研修，那治起病来就可以达到以不变应万变的境界，成为一名懂得辨证的真正的中医，绰绰有余。

更有些学生想要学习医理，明通医道，他们想往更高处攀登，想要见病知源，寻根问底，看到疾病是怎么发生发展的，然后要在哪里下手去截断扭转。

老师说，医门深似海，理法方药俱全，你们想学什么就有什么，但关键是要打好基础，要每天不断精进。

中医看病的过程，本身就是理法方药四个环节，一气呵成，这是一个整体，不能分割开。你不能研究药物的功效，而忘记疾病是怎么发生、怎么诊断的。就像你有了枪弹，但靶子瞄得不准，枪弹再好也没有用。

同时你研究理法很深入，明白病因病机，但不知道方歌药性，这样你可以正确诊断疾病，但治不好病。就像你非常善于瞄准靶心，但枪支没有上子弹或者上不了子弹，也没法击中目标。



所以说理法和方药是人的两条腿，也是车子的四个轮，缺一不可。同时把它们平衡学好，才能够使中医医术不断地精进，在中医这条路上走得更远。

我们在学习任何一个知识点时，都要用理法方药这条线去串，串得起来，你就能学好用活，串不起来，就像零碎的珍珠，虽然美丽，但并不能成为珍品。

希望大家能够在此书的基础上，真正打开中医理法方药的门户，学到地道传统的中医精髓！



医理探秘

标本缓急先后的用药思路

◎ 上下交损，先治其中

十堰当地有个病人，女，40岁，长期失眠，烦躁焦虑，人很消瘦，跟她交流，明显感到有很多“针尖和麦芒”。因为习惯于抱怨的人，说话总是带刺。

这病人还有老胃病，胃痛，厌食。她说，我胃稍好一点，就睡不好觉，觉睡得好了，胃又不好。这十余年来，身体从来没有舒服顺畅过。

她看病的时候，语气像是和医生吵架一样，所以很少有医生能受得了。但老师听完她的诉说后，又摸摸她的脉说，你这脉象细涩上冲，要改这脉势很难，除非你把这脾气改改，这病才会好得快。如果不改，长期这样下去，气血都冲没了。

她跟着问，怎么改？

老师说，少想想自己，多想想别人，把胸怀放大一点，其实你所急所躁的事情，就那屁大点事儿，事后想想没有什么值得去焦躁的。就像农村的老阿婆，一只鸡没喂，一片菜地没浇水，都焦急，惦记着，放不下。

老师先给她开黄芪建中汤，并说，不管怎么样，先把吃饭睡觉问题解决了再说。你上下这么多病，又头晕脚沉，腰酸目眩，上下交损，我们先治其中，用甘缓之药，治其虚损，培养脾土之气，以滋化源。

《黄帝内经》说了，阴阳俱不足，补阳则阴竭，泻阴则阳脱，如是者可将以甘药，不可饮以至剂。又说，阴阳俱不足者，当调之以甘药。这甘缓之药，既能培脾土气，也能缓脉象弦细数之焦急。