

来自老中医的指导，为高血压病患者答疑、解惑、支招
让您走出治疗高血压病的误区，使您拥有科学的理念和健康的人生

名老中医 | 特别推荐

赵国东◎主编



速查白话版
Sucha Baihuaban

高血压病

药方大全

解密控制高血压的常见药方



(李思宁方)

苓桂 术甘汤

- 药物组成：茯苓20g，桂枝、炒白术、半夏各12g，炙甘草、陈皮各6g，天麻、川牛膝各10g，黄芪30g。
- 用法用量：每日1剂，水煎服。
- 功效主治：温阳利水，化痰止眩。

现代家庭健康生活**中医手册**

来自老中医的指导，为高血压病患者答疑、解惑、支招
让您走出治疗高血压病的误区，使您拥有科学的理念和健康的人生

名老中医 | 特别推荐

赵国东◎主编



速查白话版
Sucha Baihuaban

高血压病

药方大全

解密控制高血压的常见药方



 **长江出版传媒**

 **湖北科学技术出版社**

图书在版编目 (CIP) 数据

高血压病药方大全 / 赵国东主编. — 武汉 : 湖北科学技术出版社, 2013.12
(现代家庭健康生活中医手册)
ISBN 978-7-5352-6380-3

I. ①高… II. ①赵… III. ①高血压病—验方—汇编
IV. ①R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第301387号

策 划: 玉哲文化

责任校对: 李少林

责任编辑: 刘 玲 李大林

封面设计: 王 梅 宋双成

出版发行: 湖北科学技术出版社

电 话: 027-87679468

地 址: 武汉市雄楚大街268号

邮 编: 430070

(湖北出版文化城B座12-13层)

网 址: <http://www.hbstp.com.cn>

印 刷: 北京福达印务有限公司

邮 编: 101117

督 印: 陈万军

787×1092 1/16 印张: 15.5 插页: 2 千字: 198千字

2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

印 数: 6000

定 价: 29.8元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

前言



Qianyan ※

高血压是一种常见病，多发病。我国在2007年进行了全国大规模的抽样普查，15岁以上人群高血压总患病率为7.89%，2012年我国又进行了第二次抽样普查，高血压的患病率为11.6%，较上一次调查有明显增加。

高血压患病率随年龄增长而升高；女性在更年期前患病率略低于男性，但在更年期后迅速升高，甚至高于男性；高纬度寒冷地区患病率高于低纬度温暖地区，高海拔地区高于低海拔地区；与饮食习惯有关，盐和饱和脂肪摄入越高，平均血压水平和患病率也越高。

高血压病的最初症状多为疲乏，时有头晕，记忆力减退，休息后可消失。血压明显升高时，可出现头晕加重，头痛甚至恶心、呕吐。尤其在劳累或情绪激动等引起血压迅速升高时，症状明显。但是有的病人即使血压很高也没有症状，这是需要特别注意的。

中医治疗高血压采取辨证论治的原则，对缓解症状、稳定血压有一定的帮助。在辨证用药的基础上选加一些中药，有利于减少高血压病靶器官心肾并发症的发生率和死亡率。简单地说，在防治心血管疾病方面往往显示出多靶点效应。中药在某一作用方面可能不及西药，但是多靶点的综合效应体现了中医药的整体特色优势。

本书精选了300多首药方，这些药方用药严谨，选药精炼，具有平肝潜阳、清热化痰、滋阴养肾、补血益气、解痉稳压、养血活络等功效，在治疗高血压的同时还可控制心、脑、肾等重要器官的器质性病变，并可消除因高血压而引起的头晕失眠、四肢乏力、精神不振易烦躁等症状，起到了综合治疗高血压的作用，故能使患者在短期内解除病痛，其最大的优点就是能达到从根本上缓解高血压，使血压平稳下降后不易再回升，解决了普遍药物需长时间服用的弊端。

本书在编写的过程中参考了大量的文献资料，在此谨向有关的作者和中医名师表示感谢。由于我们的水平有限，书中难免有不当之处，希望广大读者和中医专家提出宝贵意见，以便下次修订。

编 者

2013.11.18



《现代家庭健康生活中医手册》

系列丛书编委会

主 编 赵国东

副主编 樊岚岚

编 者 吕继辉

王新宇

杨丽娜

徐 伟

冯志丹

孙新立

赵国东

杜素珍

刘建平

赵建平

内容提要

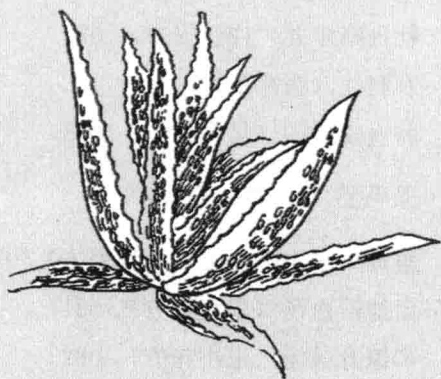
我国高血压患者人数已突破3.3亿，每3名成人中有1人患高血压。高血压是在中老年群体中发病率极高的一种常见病，但很多患者对这种疾病的发病原因、防范措施、治疗方法并不了解。我们根据中医辨证论治的原则和现代医学辨病的方法，对高血压病进行了临床和理论研究，精选了我国名老中医300多首药方，这些药方具有用之有效、操作简便、副作用少等特点。临床使用疗效显著，深受广大医家和患者喜爱。本书适合中医药从业人员参考，也可供患者及家属阅读。

目录

Contents

第一章 老年高血压

- 补肾地黄丸（李宁方）/001
双胶合剂（张春莲方）/002
益母草降压方（张振海方）/003
枸杞脉压汤（刘再朋方）/005
甘草降压饮（刘正隆方）/006
滋肝养肾汤（周士杰方）/007
养心安神汤（崔安军方）/008
滋养肝肾汤（郭维维方）/009
多味地黄丸（郑焕文方）/010



- 补气养血汤（路志正方）/012
活血化瘀汤（刘再朋方）/013
祛火消瘀饮（李征方）/015
平肝化瘀方（乔华方）/016
菊花平肝汤（杨秀明方）/018
养血活血汤（蔡樊戈方）/019
肝肾阴虚汤（宁贵杰方）/021
补肾益精方（陈双全方）/022
活血化瘀汤（李桂文方）/023
益气健脾方（张其善方）/025
益母草汤加减（夏惠明方）/026
滋肾养肝汤（潘子毅方）/028
疏肝活血汤（路志正方）/030

第二章 原发性高血压

第一节 肝肾阴虚型 /032

- 多味地黄丸（郭太平方）/032

白芍熄风汤（韩洪方）/033
 滋阴养血汤（刘其聪方）/034
 加味四草汤（王文海方）/035
 利湿舒肝方（陈艺方）/036
 多味地黄丸加味（黄家山方）/038
 养血补肾汤（吴一飘方）/039
 活血化瘀方（李艳茹方）/040
 活血降压汤（高爱芝方）/043
 通络止痛方（刘竹生方）/044
 菊花降压散（牛坚方）/045

第二节 肝阳上亢型 /046

平肝泻火降压汤（谢金荣方）/046
 镇肝熄风汤（吴平辉方）/048
 多味建瓴汤（赵永祥方）/049
 滋阴凉血汤（陈正玲方）/049
 滋阴养肝汤（高尚华方）/051
 育阴潜阳方（石学敏方）/052
 珍珠降压汤（李卫方）/053
 清肝泻火汤（张倩君方）/054
 养血健脾方（黄娟方）/055
 清热活血饮（张贵有方）/057
 补益肝肾汤（孙文山方）/058

第三节 痰浊内蕴型 /059

党参降压汤（石印红方）/059
 健脾化痰汤（韦立仁方）/060
 半夏白术天麻汤（焦良山方）/062
 化痰熄风汤（王樟连方）/063
 化痰降压汤（马家祥方）/064
 补肾化痰汤（冯光荣方）/065

祛痰活血方（李现林方）/066

第四节 阴阳两虚型 /067

当归降压汤（刘红丽方）/067
 祛湿化痰汤（周彩云方）/068
 补肾填精方（朱晓鸣方）/070
 补肾助阳丸（刘国庆方）/071



温补肾阳汤（康红霞方）/072
 平肝降压方（张昱方）/073
 人参降压汤（吴生员方）/074
 牡丹降压丸（许建安方）/075
 右归饮（张蓓莉方）/077
 养血安神汤（吴华蓉方）/078

第五节 瘀血内停型 /080

益母草活血降压方（汪顶安方）/080
 山楂活血汤（朱淑梅方）/081
 辛凉升散汤（朱小花方）/082

活血祛瘀汤（程宏刚方）/084

养血地龙汤（李俊荣方）/085

天麻熄风汤（王拥军方）/086

益气活血方（郝芬兰方）/087

活血降压方（王福林方）/088

第六节 气血亏虚型 /090

黄芪定眩汤（刘秀梅方）/090

首乌降压汤（崔明业方）/092



健脑安神活血汤（郭子朋方）/093

健脾四草汤（孔伟刚方）/095

菊花养肝汤（岳同军方）/096

多味降压汤（范正文方）/097

补阳活血汤（章进方）/098

龙骨温胆汤（刘伟琪方）/101

熄风天麻汤（杨秀姣方）/102

钩藤解毒汤（赵志华方）/103

养肝健脾方（袁升平方）/104

健脾化痰饮（宋秀成方）/105

丹参温胆汤（施丕安方）/107

决明平眩汤（肖志兵方）/108

第二节 高血压并发失眠 /109

养心安神汤（李军山方）/109

茯神安神汤（梁彩云方）/110

双味安神汤（夏桂林方）/112

地黄安神汤（梁爱珍方）/113

半夏温胆汤（何永生方）/114

安神平肝汤（王德林方）/115

第三节 高血压并发眩晕 /116

白术定眩汤（姜冰月方）/116

疏肝降压汤（金明文方）/117

安神化痰汤（李庆杭方）/118

解郁养肝汤（杨乔宾方）/119

熄风止眩汤（杜世辉方）/120

平肝降压汤（孙效会方）/121

平肝熄风汤（吕承文方）/122

化痰地黄汤（张曼方）/123

第四节 高血压并发冠心病 /125

丹参通冠汤（张小岗方）/125

半夏汤加味（关艳方）/127

首乌降压汤（崔译英方）/127

多味肾气汤（田卫国方）/129

第三章 高血压并发症

第一节 高血压并发高血脂 /100

清肝明目丸（姜凌雪方）/100

黄芪养心汤（杨景周方）/131

第五节 高血压并发脑血管疾病 /133

丹参防风汤（靳士华方）/133

补肾补阳汤（孙文山方）/134

补气健脑汤（于秀兰方）/136

通便降压汤（徐仁方）/137

活血化瘀汤（赵喜连方）/138

清热化痰汤（郭中元方）/139

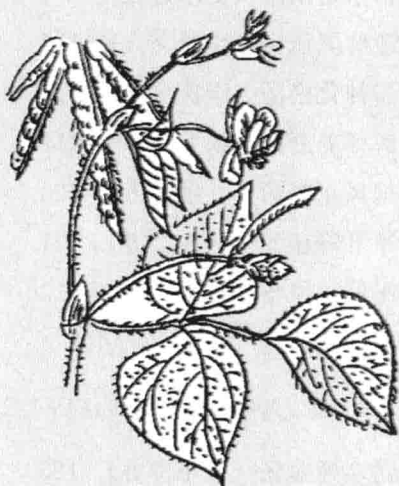
补气活血汤（于文敏方）/141

第四章 继发性高血压

第一节 肾性高血压 /143

黄芪补血汤（谢文英方）/143

平肝化瘀汤（易君山方）/145



生地降压汤（李守贤方）/146

益气养阴汤（赵永胜方）/147

济生肾气汤加味（李仕顺方）/148

温补肾气丸（乔科梅方）/149

补气镇肝降压汤（余晓龙方）/149

清热解毒汤（郑巨校方）/151

益气地黄汤（黄晨七方）/152

第二节 妊娠高血压 /153

疏肝解郁丸加味（崔恒军方）/153

天冬降压汤（关俊芳方）/154

天麻化痰方（崔智攀方）/156

平肝养血汤（李丽欣方）/157

健脾白术散（孙鲁川方）/159

养血平肝汤（赵兴元方）/160

牛膝降血汤（李泽超方）/161

第三节 主动脉狭窄高血压 /162

决明必通汤（朱小花方）/162

杜仲降压汤（尹青文方）/163

活血化痰汤（崔家豪方）/164

平肝钩藤饮（张秀丽方）/166

滋肾养阴汤（牛晓月方）/167

红花活血汤（张庆伟方）/168

天麻钩藤饮加减（张现伟方）/169

活血化瘀散（康芳心方）/171

第五章 名医名方降血压

菊花清眩汤（王慧英方）/174

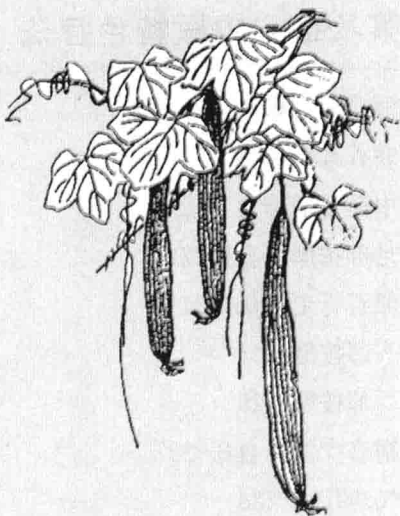
加味牛膝汤（周次清方）/175

天麻汤（王其飞方）/176

平压汤（祝湛予方）/177

茵陈五苓散（李秀林方）/178

升清降浊汤（柴浩然方）/179
 决明降压汤（陈鼎祺方）/180
 护心降压煎2号（李振华方）/181
 行气活血汤（姜琦方）/182



活血化瘀汤（汪履秋方）/183
 补肾降压汤（程志清方）/184
 桂附地黄汤加味（董建华方）/184
 化痰安神汤（盛国荣方）/185
 化痰通络汤（印会河方）/186
 杜仲降压汤（朱良春方）/187

第六章 一味草药降血压

灵芝，降压滋补饮品/189
 黄芪，降压补气长寿药/190
 菊花明目降压/191
 荷叶，消暑降压/193
 天麻，保护心脑血管/194

决明子，明目补肾降血压/195
 钩藤降压不宜久煎/196
 何首乌益寿降压/197
 绞股蓝降脂减肥降压/199
 枸杞子延年益寿/200
 菟丝子补肾固精降压/201
 夏枯草，不可多得的降压茶/202
 杜仲，壮筋骨补肝肾/203
 淫羊藿，更年期高血压的良药/204
 葛根，解痉降压/205

第七章 家庭药膳降血压

葛根粳米粥/208
 天麻钩藤茶/209
 麦冬芹笋/209
 清脑羹/209
 陈皮炒兔肉/210
 银叶红枣绿豆汤/210
 夏枯草煲猪肉/211
 海带莲藕粥/211
 银耳杜仲熬灵芝/211
 香菇酒/212
 双地菊花酒/212
 芹菜炒香菇/213
 天麻鱼片/213
 黑木耳煮柿饼/214
 银夏茶/214
 天麻炖甲鱼/215
 菊花肉片/215

麻油芹菠菜/ 216

竹笋槐花煎/ 216



番茄拌牛肉/ 216

水芹炒肉丝/ 217

芹菜豆腐羹/ 217

核桃仁拌芹菜/ 217

海蜇荸荠/ 218

荠菜豆腐羹/ 218

第八章 中医特色疗法

涌泉穴贴敷降血压/ 220

脐外敷降压方/ 221

中药足浴降血压/ 222

足部按摩降血压/ 223

卵石行走降压/ 224

头部按摩/ 225

耳部按摩/ 226

刮痧疗法降血压/ 227

气功疗法/ 228

练习放松降压功/ 229

民间偏方疗法/ 230

第一章 老年高血压



◆ 补肾地黄丸（李宁方）

【药物组成】怀牛膝、桑寄生、菟丝子各 11g，熟地、山萸、山药各 16g，茯苓、泽泻各 7g。

【用法用量】每日 1 剂，水煎服，分早、晚 2 次温服。

【功效主治】适用于阴阳皆虚，肾阴亏损，肾阳虚弱之证，其症眩晕或头部空虚感，头晕头痛，耳鸣，心悸，胸闷，动则心慌，腰膝酸软，倦怠乏力，手足不温，面色潮红或暗淡，健忘，嗜睡或失眠，夜尿频多或尿失禁，双下肢或有水肿，舌质黯淡，苔少或薄白滑腻，脉沉细弦。

【方解方义】本病的发生与年龄有一定的关系，老年人年高体衰，肾虚精亏，虚阳失潜或阴虚及阳以至阴阳失衡，水火难济，形成以阴虚阳亢，阴阳皆虚为主的病因病机，基本方采用熟地、山萸、山药益血养精，滋阴补肾，牛膝、桑寄生、菟丝子加强滋补肝肾之力，茯苓、泽泻利水渗湿。研究表明，牛膝、桑寄生、泽泻具有降低血压的作用，而补肾药能作用于下丘脑，提高机体免疫功能，并能大大延缓其某些功能的老年性改变。

【加减应用】偏阳气虚加红花、肉桂、黄芪；偏阴虚火旺加黄



柏、知母、龟板；失眠加酸枣仁、夜交藤；夜尿多加桑螵蛸锁阳；下肢水肿加益母草、车前子；兼血瘀加丹参、泽兰。

【病例详解】何某，女，72岁，1996年4月15日来医院就诊。主诉头晕、健忘、头痛10余年，加重10天。病人素有高血压病史10余年，时有头晕头痛，未经正规治疗。1995年，病人因高血压引起眼底出血，之后一直服用心痛定20mg，每日3次，血压维持在140~145/85~90mmHg。几天前，因妻子去世，悲伤劳累，头晕头痛加重，自己加大心痛定用量为80mg/天，效果不佳；今求治，症见：头晕，头痛，健忘心悸，胸闷，动则加剧，体怠乏力，失眠，夜尿频多、手足不温。查：舌淡胖，苔薄白，脉弦细。血压191/93mmHg，诊断为老年高血压病，证属肾阳俱弱，阴阳皆调。治以温补肾阳，调和阴阳。药用基本方，加黄芪28g，肉桂7g，制附子7g，益智仁16g，酸枣仁18g；5剂水煎服，每日1剂，分早、晚空腹温服；同时口服心痛定20mg，每日3次。3月20日复诊，头痛，心悸消失，余症大轻，舌淡胖，苔薄白，脉仍细，血压147/90mmHg。效不更方，继服上药5剂，同时口服心痛定20mg，每日3次；3月25日再诊，除睡眠仍差外，余症基本消失，血压137/88mmHg，改用二诊方6剂量研末加工成蜜丸，每丸14g，早、晚各1丸，连服3月，同时口服心痛定20mg，每日3次。半年后随访，病人血压一直稳定在正常范围。

【药方引自】李宁．中西医结合治疗老年高血压病36例．中西医结合心脑血管病杂志，2003，1（8）：486~487

◆ 双胶合剂（张春莲方）

【药物组成】鹿胶38g，龟胶38g，天麻16g，熟地18g，山萸肉16g。

【用法用量】水煎服，每日1剂，每日3次，20天为1个疗程。后3味药水煎与龟胶、鹿胶烔化后同服。

【加减应用】伴阳亢者加钩藤16g，龙齿38g；如伴痰浊者加半夏14g，白术16g；伴血瘀者加水蛭14g，蒲黄16g。

【功效主治】适用于老年高血压病。

【专家按语】中老年人随着年龄的增加，高血压的患病率明显提高，同时由于我国人口老龄化严重，高血压明显增多，其与脑卒中、心肌梗死、充血性心力衰竭及肾功能不全等疾病的发生有直接联系，而中老年高血压病人易患心脑血管和肾脏疾患的危险性较中青年明显增加，因此说快速选用有效的而且对老年人身体无害的降压药物是十分必要的，而本方经过临床观察认为是一种安全可靠，有效的降低老年高血压的药物。中老年人大多是由于老年肾精不足，不能上充于脑而导致血压升高，并出现头晕目眩健忘等临床症状，而我们正是本着中医“脑为髓之海”，“髓海不足则脑转耳鸣”的原则，立足于添精补肾，益髓养脑，重在补肾为其治疗大法，创立了本方，经40例的临床观察，总有效率为95%，本药与其功能、适用于相符。在我们观察过程中发现本药的降压作用持续时间较长，但出现降压的时间较晚。

【药方引自】侯茗，张春莲，庞艳华，等．双胶合剂治疗老年高血压40例．西安中医学院学报，1998，14（9）：23

◆益母草降压方（张振海方）

【药物组成】钩藤（后下）28g，天麻14g，草决明28g，杜仲14g，桑寄生14g，川牛膝11g，益母草14g，杭白芍14g，生山楂14g，夜交藤14g。

【用法用量】每日1剂，水煎服，分3次服用。15剂为1个疗



程，一般治疗 1~3 个疗程。

【功效主治】适用于老年高血压肝阳上亢型。

【方解方义】本方针对高血压病理特点，以平肝潜阳为主，多用于实证高血压患者。其中天麻、钩藤、草决明平肝潜阳；杜仲、桑寄生补益肝肾治其本；益母草活血利水；川牛膝引血下行，引药下行可利肝阳平降；



益母草

杭白芍、生山楂柔肝化郁；夜交藤安神定志。肝热重者加黄芩、栀子、夏枯草可泻其热；阴虚者配生地黄、枸杞子、菊花用以清热养阴、平肝明目。全方配伍可以有标本兼治，滋阴潜阳的作。现代药理研究表明，天麻、钩藤、草决明、杜仲、桑寄生、益母草等均有降压功效；生杭芍、生山楂能改善血液循环降低血脂。因此本方可以起到综合降压作用，对原发性高血压Ⅰ期尤为适用。

【加减应用】肝热上冲者，临床以眩晕、头痛、口苦、舌红苔黄为特点，基本方加黄芩、党参、夏枯草；肝肾阴虚、阴虚阳亢者，临床以头晕眼花、腰膝无力、五心烦热、舌红少苔、脉弦细数为特点，去草决明，加柴胡、生地黄、枸杞子。

【病例详解】田某某，70岁，95年5月7日来医院就诊。患高血压2年，症见头痛头晕、健忘、烦躁易怒、面红目赤、心悸耳鸣、口苦无津、溲黄便秘、舌红苔黄、脉弦数强劲有力。查心率90次/分，血压24/14.6千帕（180/110mmHg）、双眼底正常，血常规、尿常规、血脂均正常，心电图检查未见异常。西医诊断：原发性高血压Ⅰ期，中医辨证：肝火上冲、肝阳上亢型。治则平肝潜阳、清热祛火。用麻仲降压方加夏枯草、炒山栀、黄芩各14g，水煎服每日1剂，连服14剂后症状明显改善，继服2个疗程后血压20/12千帕