



简易疗法治百病丛书

◆ 一学就会的中医特色疗法 ◆

极简膏方 治百病



主编◎胡鑫才

图文并茂，简单易学
专家编写，权威实用

中国医药科技出版社

简 易 疗 法 治 百 病 丛 书

胡鑫才
主编

极简膏方 治百病

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书分为基础篇和临床篇,基础篇介绍了内服膏方的常识,包括膏方制作方法、注意事项等;临床篇详细介绍内服膏方在内、外、妇、儿等各科常见疾病方面的应用。全书资料丰富,简单易学,可操作性强,适合临床医生及中医爱好者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

极简膏方治百病 / 胡鑫才主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2018.6

(简易疗法治百病丛书)

ISBN 978-7-5214-0228-5

I. ①极… II. ①胡… III. ①膏剂—方书—中国 IV. ①R289.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 089563 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 张 璐

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1000mm 1/16

印张 13 1/4

字数 202 千字

版次 2018 年 6 月第 1 版

印次 2018 年 6 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5214-0228-5

定价 36.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编委会

主 编 胡鑫才

副主编 李 明 王 飞 陆 雁

编 委（按姓氏笔画排序）

王 飞 邓剑青 李 明

折 哲 陆 雁 胡晏珍

胡鑫才 黄文强

膏方，又叫膏剂，以其剂型为名，属于中医学里丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭 8 种剂型之一。本书所讲述的膏方仅限于内服膏方。一般认为，膏方主要用于强身健体、延年益寿。但是，近十多年来，膏方在疾病治疗方面的应用发展极为迅速。可以说膏方不但能养生，更能治病。近几年来，随着我国社会经济的发展和人民生活水平的提高，以及国家对健康服务业的充分重视，中医药健康服务的潜力得以迅速释放，“膏方热”风靡全国各地。但由于以往将膏方作为专门科目的研究非常少，在各大中医药院校中也基本没有开设膏方课程，造成很多临床中医师对膏方缺乏系统全面的认识，普通大众更是对膏方存在种种疑惑和误解。为此，我们组织多地同道一起编写本书，以期对膏方的科普起到一定的推动作用。

本书分为基础篇和临床篇，基础篇简单介绍膏方的基础知识和膏方制作方法等；临床篇详细介绍膏方在内、外、妇、儿各科常见疾病的应用。为了顺应大众关注自身健康的潮流，方便人们更加容易读懂相关内容，我们在编写此书时作了一些大胆的尝试，在疾病概述和临床表现特征方面的讲述尽量做到通俗化。并按照临床操作的实际情况编排内容，例如将肿瘤单列专章进行编写，并就临床治疗肿瘤的共性问题进行讨论，便于读者能从整体上把握各种肿瘤的膏方治疗策略，有效指导膏方的制订。虽在相关章节有便秘、支气管哮喘、反复感冒等内容，但儿童的生理病理有其特殊性，因此在儿科疾病中也编入了这些常见疾病。

要特别说明的是，本书所涉及的病证并不是全面覆盖，仅仅是纳入了一些常见或是编者较擅长的内容，所列膏方亦仅为示例，而不是死的教条，临床证候也多有兼夹，具体操作时还需灵活变通。作者在编写本书过程中参阅了大量的中外文献，在此对所有的原作者表示感谢！感谢中国医药科技出版社金芬芳老师、江西中医药大学张光荣教授（主任中医师）在编写过程中给予的指导和帮助！

本书适合医学生、中医爱好者及关注自身健康的人群阅读，对中医师也有一定参考价值。本书采取分头编著、交叉核对、文责自负的编写方式，虽编者竭尽心智，精益求精，稿件几经修改，但由于学识所限，时间较紧，书中缺点和不足之处在所难免，我们殷切希望读者提出宝贵意见和建议，以便改正。

编 者

2017 年 11 月

基础篇

第一节 膏方基础知识	2	第三节 膏方的应用	13
一、膏方的种类	2	一、膏方的适用对象	13
二、膏方的作用	2	二、膏方的服用	14
三、膏方的配伍原则	3	三、膏方的服用禁忌	16
第二节 膏方的制作与保存	4	四、服用膏方可能出现的不良 反应及对策	17
一、膏方的组成	4		
二、膏方的制作	9		
三、膏方的保存	11		

临床篇

第一章 心脑血管类疾病	20	第二章 呼吸系统疾病	30
第一节 冠状动脉粥样硬化性心 脏病	20	第一节 慢性阻塞性肺疾病	30
第二节 高血压病	24	第二节 支气管哮喘	35
第三节 心律失常	27	第三节 反复感冒	38
		第四节 支气管扩张	40

第五节 间质性肺炎.....	42
----------------	----

第三章 消化系统疾病 45

第一节 慢性非萎缩性胃炎	45
--------------------	----

第二节 慢性萎缩性胃炎.....	48
------------------	----

第三节 胃溃疡.....	51
--------------	----

第四节 功能性便秘.....	54
----------------	----

第五节 溃疡性结肠炎	57
------------------	----

第六节 胃食管反流病	61
------------------	----

第七节 胃下垂.....	63
--------------	----

第八节 肠易激综合征	64
------------------	----

第九节 慢性胆囊炎.....	67
----------------	----

第四章 泌尿系统疾病 71

第一节 慢性肾小球肾炎.....	71
------------------	----

第二节 慢性肾衰竭.....	75
----------------	----

第三节 尿路感染	79
----------------	----

第四节 泌尿系结石.....	82
----------------	----

第五节 痛风.....	84
-------------	----

第五章 血液系统疾病 87

第一节 白细胞减少症	87
------------------	----

第二节 再生障碍性贫血.....	88
------------------	----

第三节 免疫性血小板减少症....	91
-------------------	----

第四节 缺铁性贫血.....	92
----------------	----

第五节 骨髓增生异常综合征....	94
-------------------	----

第六节 非霍奇金淋巴瘤.....	96
------------------	----

第七节 多发性骨髓瘤	99
------------------	----

第六章 妇女常见疾病 102

第一节 痛经	102
--------------	-----

第二节 不孕症.....	106
--------------	-----

第三节 更年期综合征	110
------------------	-----

第四节 乳腺增生病.....	113
----------------	-----

第五节 黄褐斑.....	115
--------------	-----

第七章 儿科疾病118

第一节 厌食	119
--------------	-----

第二节 泄泻.....	122
-------------	-----

第三节 便秘	125	第六节 强直性脊柱炎	162
第四节 小儿汗证	128	第九章 恶性肿瘤	165
第五节 夜啼	131	第一节 中西医结合治疗阶段 ..	166
第六节 遗尿	132	第二节 单纯中医治疗阶段	173
第七节 性早熟	134	第十章 偏颇体质及亚健康	178
第八节 反复呼吸道感染	137	第一节 体质与膏方	178
第九节 儿童哮喘缓解期	140	第二节 长期疲劳	187
第十节 注意力缺陷多动障碍 ..	143	第三节 畏寒怕冷	190
第八章 慢性筋骨病	147	第四节 抑郁情绪	191
第一节 骨关节炎	147	第五节 睡眠障碍	192
第二节 骨质疏松症	149	第六节 耳鸣	194
第三节 颈椎病	150	第七节 性欲减退	195
第四节 腰部筋骨疾病	154	第八节 便秘	197
第五节 股骨头坏死	160		

基础篇



第一节 膏方基础知识

膏方亦称膏剂，是中医药专业人员根据病人的体质状况和临床病证，遵循中医学整体观与辨证论治的思想，选择单味药或多味药合理配伍组方，以中药汤剂为基础，加入特殊辅料，经过严格的特定工艺加工而成的一种稠厚膏状物，是中医学丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭传统常用八种剂型之一。

膏剂分为外用的膏药和内服的膏方，通常所说的膏方主要指内服的膏剂，而内服膏剂多有滋补特性，因此又称为“膏滋”。本书所称膏方即指内服膏剂，外用膏药不在本书讨论范畴之列。

一、膏方的种类

内服膏方分为成方膏滋药和临方膏滋药两类。成方膏滋药，是选用一些疗效确切的膏方方剂，由药厂或医院成批生产加工成膏，作为中成药商品在药店或医院药房销售。这些膏方的组成内容比较简单，制成膏滋药后，提供大家对证选用，如八珍膏、益母草膏等。临方膏滋药，是指医生针对病人临床病情或体质特点，辨证处方，由药店或医院药房定制加工制成膏，每一剂膏方只适合该病人本人在一定时期内服用。因此临方膏滋又称“内服定制膏方”。

依据加工时所用的辅料不同，膏方又分为“素膏”和“荤膏”两种。“素膏”是指加工收膏过程中，仅用糖类或蜂蜜等辅料而不用动物胶类而收制的膏剂，所以又有“糖膏”和“蜜膏”之称；“荤膏”则是指在制作过程中，除中草药之外，还添加了动物源的胶质辅料（如阿胶、龟板胶、鳖甲胶、鹿角胶等）而熬制而成的膏剂。

二、膏方的作用

膏方以补为主，兼以攻邪，通过扶正补虚，辅以祛邪，纠正人体的偏盛

偏衰状态，帮助人体恢复自身的阴阳平衡，从而起到养生保健、防治疾病的作用。

（一）扶正补虚

中医理论认为“正气存内，邪不可干”、“邪之所凑，其气必虚”。若人体正气虚弱，则机体的防病抗病能力和对外界环境的适应能力都较低下。因此，正气虚弱时，人体容易受外邪影响而发生疾病。因此，维持人体正气的充足是预防和治疗疾病的重要因素。膏方，多由补益类中药、胶类、黄酒等浓缩收膏而成，多具补气、补血、补阴、补阳等不同的扶正补虚功效。临床上，凡是素体虚弱、气血不足、五脏亏损、或者因外伤、手术、妇女产后以及大病、重病、慢性消耗性疾病等恢复期出现各种虚弱症状，均可以用膏方调养。

（二）防病治病

膏方多具有补益的功效，但膏方不等同于补药，补药是指具有补益的药物，有些膏方以祛邪治病为主，就不属于补药的范畴了。如外邪侵袭或脏腑功能失调，导致湿热、痰浊、瘀血等蕴积体内，引起的咳嗽、头痛、头晕、月经不调等各种病证，也可通过膏剂治疗。可见，膏剂在邪气亢盛、正虚不甚的情况下侧重祛邪，同样可使“邪去正安”，达到祛邪治病的目的。而且，膏方经过特殊的加工工艺并配以特殊的辅料，味道较中药汤剂更易被病人所接受，同时服用方便，更具优势。

（三）养生保健

现代人生活节奏较快，工作、家庭负担均较重，如不注意调理，容易导致体虚或未老先衰，经常性地出现失眠、心悸、头晕目眩、神疲乏力、腰酸腿软、耳鸣、记忆力衰退等症状，严重者甚至积劳成疾。因此，及早注意健康保养，除注意饮食起居、生活调摄外，经常内服膏方亦有助于增强体质，防止早衰。而老年时期，气血衰退，脏腑功能低下，此时若能重视调理，适时服用膏方以益气养血、调和阴阳，必能延缓衰老、延年益寿。

三、膏方的配伍原则

（一）辨证论治

膏方的配伍，不是大量补药的堆砌，而是在中医理论的指导下，遵循辨证论

治的原则，在望、闻、问、切等基础上，结合病人的年龄阶段、性别差异、体质偏颇、病情特点等因素定制而成。医生在制订膏方处方时，应根据四诊信息，分析病人发病的病因、病机、病所、病势，以及正邪的强弱等，依据辨证结论，按照君、臣、佐、使的配伍原则选方用药，切不可一味峻补。

（二）量“体”制膏

人体的体质，是疾病发生和发展的重要因素，而体质因先天禀赋、后天调养、年龄、性别、生活境遇等不同而各有差异，故膏方的选择也应因人而异。如小儿为纯阳之体，不能过早服用补品，如果确实需要，多以甘淡之品调养，如四君子、六味地黄等；中年人负担堪重，又多七情劳逸所伤，治疗时多需补泻兼施；老年人脏气衰退，气血运行迟缓，膏方中多佐行气活血之品；妇女以肝为先天，易肝气郁滞，故宜辅以疏肝解郁之药。总而言之，膏方的制定应依据个体体质差异，量“体”制膏。

（三）顾护脾胃

脾胃为后天之本，气血生化之源，膏方多较滋腻，有碍胃之虞，因此，在制订膏方时应注意保护脾胃，常佐以健脾助胃的药物，以消除补药滋腻之性，进而助脾运吸收之功。如枳壳、桔梗，升降相因；麦芽、谷芽，消食化积。此外，服用膏方前，常先服用具有祛除外邪或助脾健胃等功能的开路药，其目的就在于顾护脾胃的运化功能。

第二节 膏方的制作与保存

一、膏方的组成

膏方的组成主要包括中药饮片、细料药、胶类、糖类以及辅料。

（一）中药饮片

中药饮片是膏方的主要组成部分，是医生通过望、闻、问、切四诊合参，辨

证分析后,根据病人体质与病情的需要,依据人体气虚、血虚、阴虚、阳虚以及五脏六腑虚损的不同,运用补气、补血、补阴、补阳等不同功效的中药,按照君臣佐使的配伍原则,合理选用中药炮制品,有针对性地给出处方中的药物部分。黄芪、党参、茯苓、白术适用于神疲倦怠、乏力懒言、动则气喘、饮食无味、脉弱无力的气虚病人,熟地、当归、白芍适用于面色苍白、头晕少神、失眠健忘、脉细无力的血虚病人。沙参、麦冬、枸杞等适用于补阴,杜仲、蛤蚧、淫羊藿等适用于补阳。由于膏方运用的双重性,既要考虑“疗疾”又要考虑“补虚”,因此膏方的中药药味一般要比汤剂处方药味品种多,而且一料膏滋药的药物剂量要能够满足病人服用1~2个月的时间,配伍时应避免药味不足,使功效难以发挥,或盲目追求处方大而全,使品种过多、药味超量,造成浪费。所以一般膏方以30~40味中药为宜,总重量约500~2000g,一般在1000~1500g为宜。儿科膏方的药味和重量可酌减。

(二) 细料药

细料药是参茸类等贵重药物的统称,又称细贵药材,是膏方处方中补益虚损功效的重要组成部分。细料药的品种来源主要有:

(1) 参类,如生晒参、红参、高丽参、西洋参等。

(2) 贵重的动物药,如羚羊角粉、鹿茸片、海马、海龙、紫河车粉、蛤蚧粉、珍珠粉、猴枣散等。

(3) 贵重的植物药,如西红花、川贝粉、三七粉、铁皮枫斗等。

(4) 贵重的菌藻类药,如冬虫夏草、灵芝、灵芝孢子粉等。

(5) 其他一些特殊来源的中药如鲜竹沥、青黛等也在制剂时单列处理。

必要时,细料药大都粉碎后在收膏时直接加入,一些需要煎煮的细料药也不能与一般饮片一起入汤共煎,应采用另炖、另煎、烊化、兑入等方式单独煎煮,否则用量较少的细料药煎出的有效成分极易被数量众多的其他药材稀释,影响补益的效果。

(三) 胶类

胶类是中药浓缩液成膏的重要成分,阿胶、龟甲胶、鳖甲胶、鹿角胶等胶类中药是膏滋加工中常用的药胶,在膏方配伍中这些胶不仅是补益虚损的重要组成部分,而且有助于膏滋制剂的固定成形。一剂膏方中胶类的配伍量应视具体情况

而定，放得太少或是太多都不适宜。胶太少，无法成膏；太多，膏体太硬，难以服用。一般膏方的胶类用量为200~400g，可以一胶单用，也可以视需要按一定比例数胶合用。一些低糖或不加糖的膏方，可适当增加胶的配伍量，总量增至400~600g，以保证中药收膏成形。

在临床应用中，胶类药并非必需品，一些服用膏滋药的病人不适合服用滋补作用较强的胶类中药，在膏方配伍中就可以不用胶类。

而对各种胶在膏方中的配伍和应用，应根据其不同的功效特点，按照病人体质条件，辨证选用。

1. 阿胶

阿胶为马科动物驴的皮经煎煮、浓缩制成的固体胶。性平，味甘，归肺、肝、肾经。具有补血、止血、滋阴润燥之效。主要用于血虚证、出血证等，具有良好的补血、止血效果。对于出血而兼有阴虚、血虚证者，尤为适宜。

阿胶性质滋腻，有碍脾胃消化功能，故脾胃虚弱、食欲不振、消化不良或呕吐泄泻者均不宜服用。

2. 龟板胶

龟板胶是龟科动物乌龟的甲壳熬制而成的胶块。性寒，味甘、咸，入肺、肝、肾经。具有滋阴潜阳、益肾健骨、固经止血、养血补心等功效。主要用于阴虚内热、阴虚阳亢及热病阴虚动风等证。能治疗肾虚骨痿、小儿囟门不合、肾虚腰痛、骨蒸盗汗、头晕目眩、吐血衄血、崩漏带下、心虚惊悸、失眠健忘等症。

龟板胶性质滋腻且偏寒，虚寒内生、寒湿内盛以及脾胃虚弱、消化不良者不宜服用。

3. 鳖甲胶

鳖甲胶为鳖科动物鳖的背甲熬制而成的胶块。性寒，味咸，归肝、肾经。具有滋阴潜阳、软坚散结之功。主治阴虚潮热、阴虚阳亢、阴虚风动、虚劳咳血、癥瘕积聚等症。

鳖甲胶性质滋腻且偏寒，脾胃虚寒、食少便溏者慎服。因其有动胎之虞，故孕妇也应慎用。

4. 鹿角胶

鹿角胶为鹿科动物梅花鹿或马鹿的角经水煎熬浓缩而成的固体胶。性温，味甘、咸，归肝、肾经。具有温补肝肾、益精血、止血之功。用于肾阳虚弱、精血不足、虚劳羸瘦及吐血衄血、崩漏血尿等属虚寒者。

鹿角胶性质滋腻且偏温，故阴虚阳亢、阴虚火旺之颧红头胀、潮热盗汗者忌服。

5. 黄明胶

黄明胶，又称“牛皮胶、明胶、水胶”，为牛科动物黄牛的皮所熬制的胶块。性平、味甘，归肺、大肠经。具有滋阴润燥、养血止血、活血消肿等功效。常用于治疗虚劳咳嗽、咯血、吐血、崩漏、下痢便血、跌打损伤、痈肿、烧烫伤等症。

黄明胶性质滋腻，服用期间宜饮食清淡，忌食肥甘厚腻、辛辣、生冷。脾胃虚弱所致消化不良、脘腹胀满者慎用。

6. 霞天胶

霞天胶，又名“牛肉胶”，是牛科动物黄牛肉经熬炼而成的胶块。性温、味甘，归肝、脾、肾经。具有益气养血、健脾安中之功。适用于气血亏虚、纳差食少、肢软无力、头晕心悸等症。

7. 成药膏

此外，市场上现有一些成品膏滋，也可在膏方中使用。如龟鹿二仙膏、二冬膏、益母草膏、鸡血藤膏、琼玉膏。其中益母草膏、鸡血藤膏等成品膏滋相对于上述动物胶类，也称之为“素膏”。“素膏”无需事先烱化，可直接加入浓缩药汁中使用。

（四）糖类

糖类的主要作用是减轻药物的苦味、改善膏方口感以利于服用，同时具有一定的补益作用，而且糖类与胶类同用更有助于膏滋制剂的固定成形。有时制膏不放胶类、只放糖类，虽不能成膏，但也可浓缩药液，亦可服用。一剂膏滋药用糖一般为100~500g，多为250g左右。依据方内药味和个人喜好的不同，适当调整用量。如整个处方内苦药多了，可多放一些糖，不喜欢甜食的，可少放一些糖。

在膏方制备前，应按照糖的种类和质量加适量的水炼制。炼糖的目的在于使糖的晶粒熔融，去除水分，净化杂质，并杀死微生物；同时，炼糖时使糖出现部分转化，适宜的糖转化率可防止膏滋久贮易出现的“返砂”现象。

冰糖、白糖、红糖、饴糖、蜂蜜是膏滋加工中常用的各种糖，各种糖的品质和功效略有差异，应根据辨证需要，在膏方配伍时单用糖或蜂蜜，或视需要糖与

蜂蜜并用。

1. 白糖

白糖是甘蔗或甜菜压榨后的汁液或粗糖液经过处理后，再蒸发、浓缩、结晶及干燥后得到的洁白色结晶体。白糖分为“白砂糖”和“白棉糖”两种，其中白棉糖含有部分果糖成分，更容易吸收，口味也比白砂糖要更甜一些。

白糖味甘、性平，入脾、肺经。具有滋阴润肺、补脾养胃、生津止渴、舒缓肝气、缓急止痛、利咽喉、解酒毒等功效。

糖尿病病人、痰湿偏重者、肥胖症病人以及夜晚临睡前均不宜吃糖。

2. 红糖

红糖，又称“红砂糖”或“黄砂糖”，是甘蔗或甜菜经过榨汁，然后蒸发分离出来的一种赤色结晶体，是一种没有经过提纯处理、带蜜的甘蔗成品糖，颜色呈棕红色或黄褐色。因未经过洗蜜处理，表面附有糖蜜，红糖含有比白糖多20~30倍的葡萄糖和少量蛋白质、氨基酸、脂肪、叶绿素、叶黄素、胡萝卜素及铁、铬等微量元素和矿物质。营养价值较白糖高。

红糖味甘、性温，归脾、肝经。具有益气养血、活血化瘀、温中祛寒、疏肝、缓急止痛的功效。适用于脘腹冷痛、经行腹痛等症。

阴虚内热、消化不良和糖尿病病人均不宜食用红糖。便秘、口舌生疮等易上火的病人，应避免食用红糖，可用冰糖代替。

3. 冰糖

冰糖是白砂糖经高温提炼、萃取其单糖自然结晶制成，以白色透明者为佳。冰糖是单糖，不易发酵，稳定性高，可保持食物原有风味，口感较砂糖更佳。同时，因为冰糖在提炼过程中已失去了部分水分，所以可以协助结冻收膏。

冰糖味甘、性平，归脾、肺经。具有养阴生津、补中益气、健脾和胃、润肺止咳等功效。

4. 饴糖

饴糖，又称“麦芽糖”，是糯米、粳米或大麦、小麦、粟米等粮食磨粉煮熟，加入麦芽作为催化剂使淀粉水解、转化、浓缩、发酵而成的糖。其中含有大量麦芽糖、葡萄糖和糊精，甜味低于白糖。饴糖有软、硬两种，软者称为饴胶，硬者称为饴糖。入药常用饴胶。

饴糖味甘、性温，归脾、胃、肺经。具有补脾养胃、补中益气、润肺止咳、缓急止痛等功效。适用于脾胃气虚、乏力懒言、食少纳呆、脘腹冷痛、肺虚久