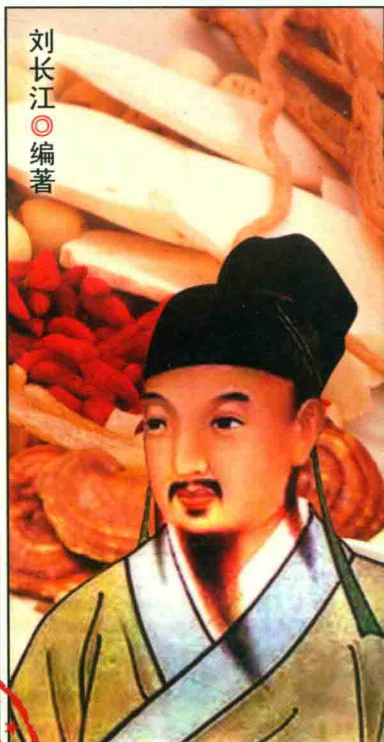


刘长江◎编著



普及中华医药知识 传承中医理论精髓

《千金方》 精编

养生与诊疗药典



**内容严谨 + 科学全面 + 现用现查
居家必备养生方剂百科全书**

《千金方》又称《千金要方》，是中国古代中医学经典著作之一，是一部综合性临床医著，其被誉为中国最早的临床百科全书。该书总结了唐代以前的医学成就，对后世医家影响极大。

中医古籍出版社

《千金方》精编

刘长江 编著



中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

《千金方》精编/刘长江编著. - 北京:中医古籍出版社,2017.4

ISBN 978-7-5152-1498-6

I. ①千… II. ①刘… III. ①《千金方》-普及读物 IV. ①R289.342-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 142665 号

《千金方》精编

编 著 刘长江

责任编辑 魏 民

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京东直门内南小街 16 号(100700)

印 刷 北京中振源印务有限公司

开 本 787mm × 1125mm 1/16

印 张 26

字 数 350 千字

版 次 2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

印 数 0001 ~ 5000 册

书 号 ISBN 978-7-5152-1498-6

定 价 68.00 元

前 言

《千金方》是综合性临床医著。又称《千金要方》，简称《千金方》。22卷。明代后有按《道藏》经义析为93卷者，内容同。唐代孙思邈约撰于652年。是感于当时的方药本草部秩浩繁，仓卒间求检不易，乃博采群经，删繁去复，并结合个人经验而撰成。卷1医学总论及本草、制药等；卷2~4妇科病；卷5儿科病；卷6七窍病；卷7~10诸风、脚气、伤寒；卷11~20系按脏腑顺序排列的一些内科杂病；卷21消渴、淋闭等症；卷22疗肿痈疽。总计162门，合方论4500首。书中所载医论、医方较系统地总结了自《内经》以后至唐初的医学成就，是一部科学价值较高的著作。



目 录

卷第一 序例	1
大医习业第一	1
大医精诚第二	1
治病略例第三	2
诊候第四	4
处方第五	6
用药第六	7
合和第七	16
服饵第八	21
药藏第九	22
 卷第二 妇人方上	24
求子第一	24
妊娠恶阻第二	28
养胎第三	30
妊娠诸病第四	36
产难第五	45
子死腹中第六	47
逆生第七	48
胞胎不出第八	50
下乳第九	51
 卷第三 妇人方中	54
虚损第一	54

虚烦第二.....	58
中风第三.....	59
心腹痛第四.....	64
恶露第五.....	68
下痢第六.....	71
淋渴第七.....	73
杂治第八.....	75
 卷之四 妇人方下.....	 82
补益第一.....	82
月水不通第二.....	85
赤白带下、崩中漏下第三.....	91
月经不调第四.....	100
 卷第五上 少小婴孺方上.....	 104
序例第一.....	104
初生出腹第二.....	106
惊痫第三.....	110
客忤第四.....	117
伤寒第五.....	121
 卷第五下 少小婴孺方下.....	 126
咳嗽第六.....	126
癖结胀满第七.....	128
痈疽瘰癧第八.....	133
小儿杂病第九.....	139
 卷第六上 七窍病上.....	 150
目病第一.....	150
鼻病第二.....	159
口病第三.....	164
舌病第四.....	170
唇病第五.....	171



卷第六下 七窍病下	175
齿病第六	175
喉病第七	179
耳疾第八	183
面病第九	189
卷第七 风毒脚气	199
论风毒状第一	199
汤液第二	204
诸散第三	211
卷第八 诸风	213
论杂风状第一	213
诸风第二	216
贼风第三	224
卷第九 伤寒方上	230
伤寒例第一	230
辟温第二	233
伤寒膏第三	237
发汗散第四	238
卷第十 伤寒方下	241
伤寒杂治第一	241
劳复第二	246
百合第三	249
卷第十一 肝脏	251
肝脏脉论第一	251
肝虚实第二	257
卷第十二 胆腑	260
胆腑脉论第一	260

胆虚实第二	261
咽门论第三	262
髓虚实第四	263
 卷第十三 心脏	264
心脏脉论第一	264
心虚实第二	269
心劳第三	271
 卷第十四 小肠腑	273
小肠腑脉论第一	273
小肠虚实第二	274
舌论第三	275
 卷第十五上 脾脏上	276
脾脏脉论第一	276
脾虚实第二	281
脾劳第三	285
肉极第四	285
肉虚实第五	287
秘涩第六	287
 卷第十五下 脾脏下	293
热痢第七	293
冷痢第八	299
疳湿痢第九	303
小儿痢第十	306
 卷第十六 胃腑	310
胃腑脉论第一	310
胃虚实第二	312
喉咙论第三	312

卷第十七 肺脏	313
肺脏脉论第一	313
肺虚实第二	318
肺劳第三	322
气极第四	322
积气第五	324
卷第十八 大肠腑	333
大肠腑脉论第一	333
大肠虚实第二	334
肛门论第三	335
皮虚实第四	335
卷第十九 肾脏	337
肾脏脉论第一	337
肾虚实第二	342
肾劳第三	343
精极第四	344
卷第二十 膀胱腑	348
膀胱腑脉论第一	348
膀胱虚实第二	349
胞囊论第三	350
三焦脉论第四	352
三焦虚实第五	353
霍乱第六	357
杂补第七	362
卷第二十一 消渴 淋闭 尿血 水肿	367
消渴第一	367
淋闭第二	375
尿血第三	381



卷第二十二 疗肿痈疽	383
疗肿第一	383
痈疽第二	388
发背第三	401
丹毒第四	403



卷第一 序例

大医习业第一

凡欲为大医，必须谙《素问》、《甲乙》、《黄帝针经》、明堂流注、十二经脉、三部九候、五脏六腑、表里孔穴、本草药对，张仲景、王叔和、阮河南、范东阳、张苗、靳邵等诸部经方。又须妙解阴阳禄命、诸家相法，及灼龟五兆、《周易》六壬，并须精熟，如此乃得为大医。若不尔者，如无目夜游，动致颠殒。次须熟读此方，寻思妙理，留意钻研，始可与言于医道者矣。又须涉猎群书。何者？若不读五经，不知有仁义之道；不读三史，不知有古今之事；不读诸子，睹事则不能默而识之；不读《内经》，则不知有慈悲喜舍之德；不读《庄》、《老》，不能任真体运，则吉凶拘忌，触涂而生。至于五行休王、七耀天文，并须探赜。若能具而学之，则于医道无所滞碍，尽善尽美矣。

大医精诚第二

张湛曰：夫经方之难精，由来尚矣。今病有内同而外异，亦有内异而外同，故五脏六腑之盈虚，血脉荣卫之通塞，固非耳目之所察，必先诊候以审之。而寸口关尺有浮沉弦紧之乱，俞穴流注有高下浅深之差，肌肤筋骨有厚薄刚柔之异，唯用心精微者，始可与言于兹矣。今以至精至微之事，求之于至粗至浅之思，其不殆哉。若盈而益之，虚而损之，通而彻之，塞而壅之，寒而冷之，热而温之，是重加其疾，而望其生，吾见其死矣。故医方卜筮，艺能之难精者也。既非神授，何以得其幽微。世有愚者，读方三年，便谓天下无病可治；及治病三年，乃知天下无方可用。故学者必须博极医源，精勤不倦，不得道听途说，而言医道已了，深自误哉。

凡太医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈侧隐之心，誓愿普救含灵之苦。若有疾厄来求救者，不得问其贵贱贫富，长幼妍蚩，怨亲善友，华夷愚智，普同一等，皆如至亲之想。亦不得瞻前顾后，自虑吉凶，护惜身命。见彼苦恼，若己有之，深心凄怆。勿避险戏、昼夜寒暑、饥渴疲劳，一心赴救，无作功夫形迹之心。如此可为苍生大医，反此则是含灵巨贼。自古名贤治病，多用生命以济危急，虽日贱畜贵人，至于爱命，人畜一也，损彼益己，物情同患，况于人乎。夫杀生求生，去生更远。吾今此方，所以不用生命为药者，良由此也。其虻虫、水蛭之属，市有先死者，则市而用之，不在此例。只如鸡卵一物，以其混沌未分，必有大段要急之处，不得已隐忍而用之。能不用者，斯为大哲亦所不及也。其有患疮痍、下痢，臭秽不可瞻视，人所恶见者，但发惭愧、凄怜、忧恤之意，不得起一念蒂芥之心，是吾之志也。夫大医之体，欲得澄神内视，望之俨然。宽裕汪汪，不皎不昧。省病诊疾，至意深心。详察形候，纤毫勿失。处判针药，无得参差。虽日病宜速救。要须临事不惑。唯当审谛覃思，不得于性命之上，率尔自逞俊快，邀射名誉，甚不仁矣。又到病家，纵横罗满目，勿左右顾盼；丝竹凑耳，无得似有所娱；珍羞迭荐，食如无味；醢醢兼陈，看有若无。所以尔者，夫一人向隅，满堂不乐，而况病人苦楚，不离斯须，而医者安然欢娱，傲然自得，兹乃人神之所共耻，至人之所不为，斯盖医之本意也。夫为医之法，不得多语调笑，谈谑喧哗，道说是非，议论人物，炫耀声名，訾毁诸医，自矜己德。偶然治瘥一病，则昂头戴面，而有自许之貌，谓天下无双，此医人之膏肓也。老君曰：人行阳德，人自报之；人行阴德，鬼神报之。人行阳恶，人自报之；人行阴恶，鬼神害之。寻此二途，阴阳报施，岂诬也哉。所以医人不得恃己所长，专心经略财物，但作救苦之心，于冥运道中，自感多福者耳。又不得以彼宝贵，处以珍贵之药，令彼难求，自炫功能，谅非忠恕之道。志存救济，故亦曲碎论之，学者不可耻言之鄙俚也。

治病略例第三

夫天布五行以植万类，人禀五常以为五脏，经络腑输，阴阳会通，玄冥幽微，变化难极。《易》曰：非天下之至赜，其孰能与于此。观今之医，不念思求经旨，以演其所知，各承家伎，始终循旧，省病问疾，务在口给，相对斯须，便处汤药，按寸不及尺，握手不及足，人迎趺阳，三部不参，动数发息，不满五十，短期未知决诊，九候曾无仿佛，明堂阙庭，尽不见察，所谓窥管而已。



夫欲视死别生，固亦难矣。此皆医之深戒，病者司不谨以察之，而自防患也。古来医人，皆相嫉害。扁鹊为秦太医令李醯所害，即其事也。一医处方，不得使别医和合，脱或私加毒药，令人增疾，渐以致困，如此者非一，特须慎之。宁可不服其药，以任天真，不得使愚医相嫉，贼人性命。甚可哀伤。

夫百病之本，有中风伤寒，寒热温疟，中恶霍乱，大腹水肿，肠澼下痢，大小便不通，责豚上气，咳逆呕吐，黄疸消渴，留饮癖食，坚积积瘕，惊邪癰痢，鬼疰，喉痹齿痛，耳聋目盲，金疮痿折，痈肿恶疮，痔瘻瘤瘰，男子五劳七伤、虚乏羸瘦，女子带下崩中、血闭阴蚀，虫蛇蛊毒所伤，此皆大略宗兆，其间变动枝叶，各依端绪以取之。又有冷热劳损，伤饱房劳，惊悸恐惧，忧患怵惕；又有产乳落胎，堕下瘀血；又有贪饵五石，以求房中之乐。此皆病之根源，为患生诸枝叶也。不可不知其本末，但向医说男女长幼之病，有半与病源相附会者，便可服药也。男子者，众阳所归，常居于燥，阳气游动，强力施泄，便成劳损，损伤之病，亦以众矣。若比之女人，则十倍易治。凡女子十四已上，则有月事。月事来日得风冷湿热，四时之病相协者，皆自说之。不尔，与治误相触动，更增困也。处方者，亦应问之。凡用药皆随土地所宜。江南岭表，其地暑湿，其人肌肤薄脆，腠理开疏，用药轻省。关中河北，土地刚燥，其人皮肤坚硬，腠理闭塞，用药重复。世有少盛之人，不避风湿，触犯禁忌，暴竭精液，虽得微疾，皆不可轻以利药下之。一利太重，竭其精液，困滞著床，动经年月也。凡长宿病，宜服利汤，不须尽剂，候利之足则止。病源未除者，于后更合耳。稍有气力，堪尽剂，则不论也。病源须服利汤取除者，服利汤后，宜将丸散时时助之。

凡病服利汤得差者，此后慎不中服补汤也。若得补汤，病势还复成也。更重泻之，则其人重受弊也。若初差，气力未甚平复者，但消息之；须服药者，当以平药和之。夫常患之人，不妨行走，气力未衰，欲将补益，冷热随宜丸散者，可先服利汤，泻除胸腹中拥积痰实，然后可服补药也。夫极虚劳应服补汤者，不过三剂即止。若治风病应服治风汤者，皆非三五剂可知也。自有滞风洞虚，即服十数剂，乃至百余日可差也。故曰：实则泻之，虚则补之。

夫二仪之内，阴阳之中，唯人最贵。人者，禀受天地中和之气，法律礼乐，莫不由人。

人始生，先成其精，精成而脑髓生。头圆法天，足方象地，眼目应日月，五脏法五星，六腑法六律，以心为中极。大肠长一丈二尺，以应十二时；小肠长二丈四尺，以应二十四气。身有三百六十五络，以应一岁。人有九窍，以应九州。天有寒暑，人有虚实；天有刑德，人有爱憎；天有阴阳，人有男女；月



有大小，人有长短。所以服食五谷，不能将节，冷热咸苦更相抵触，共为攻击，变成疾病。凡医诊候，固是不易。又问而知之，别病深浅，名曰巧医。仲景曰：凡欲和汤合药，针灸之法，宜应精思，必通十二经脉，知三百六十孔穴荣卫气行，知病所在，宜治之法，不可不通。古者上医相色，色脉与形不得相失，黑乘赤者死，赤乘青者生。中医听声，声合五音，火闻水声，烦闷干惊；木闻金声，恐惧相刑。脾者土也，生育万物，回助四傍，善者不见，死则归之。太过则四肢不举，不及则九窍不通。六识闭塞，犹如醉人。四季运转，终而复始。下医诊脉，知病元由，流转移动，四时逆顺，相害相生，审知脏腑之微，此乃为妙也。

诊候第四

夫欲理病，先察其源。候其病机，五脏未虚，六腑未竭，血脉未乱，精神未散，服药必活。若病已成，可得半愈。病势已过，命将难全。夫诊候之法，常以平旦，阴气未动，阳气未散，饮食未进，经脉未盛，络脉调均，气血未乱。精取其脉，知其逆顺。非其时不用也，深察三部九候而明告之。古之善为医者，上医医国，中医医人，下医医病。又曰：上医听声，中医察色，下医诊脉。又曰：上医医未病之病，中医医欲病之病，下医医已病之病。若不加心用意，于事混淆，即病者难以救矣。何谓三部？寸关尺也。上部为天，肺也；中部为人，脾也；下部为地，肾也。何谓九候？部各有三，合为九候。上部天，两额动脉，主头角之气也；上部地，两颊动脉，主口齿之气也；上部人，耳前动脉，主耳目之气也。中部天，手太阴，肺之气也；中^①部地，手阳明，胸中之气也；中部人，手少阴，心之气也。下部天，足厥阴，肝之气也；下部地，足少阴，肾之气也；下部人，足太阴，脾之气也。合为九候。

夫形盛脉细，少气不足以息者死；形瘦脉大，胸中多气者死；形气相得者生；三五不调者病；三部九候皆相失者死。愚医不通三部九候，及四时之经，或用汤药倒错，针灸失度，顺方治病，更增他疾，遂致灭亡。哀哉蒸民，枉死者半。可为世无良医，为其解释经说。地水火风，和合成人。凡人火气不调，举身蒸热；风气不调，全身强直，诸毛孔闭塞；水气不调，身体浮肿，气满喘

① 中：原作“下”，据真本改。



粗；土气不调，四肢不举，言无音声。火去则身冷，风止则气绝，水竭则无血，土散则身裂。然愚医不思脉道，反治其病，使脏中五行共相克切，如火炽然，重加其油，不可不慎。凡四气合德，四神安和。一气不调，百一病生。四神动作，四百四病同时俱发。又云：一百一病，不治自愈；一百一病，须治而愈；一百一病，虽治难愈；一百一病，真死不治。

张仲景曰：欲疗诸病，当先以汤荡涤五脏六腑，开通诸脉，治道^①阴阳，破散邪气，润泽枯朽，悦人皮肤，益人气血。水能净万物，故用汤也。若四肢病久，风冷发动，次当用散，散能逐邪。风气湿痹，表里移走，居无常处者，散当平之。次当用丸，丸药者，能逐风冷，破积聚，消诸坚癖，进饮食，调和荣卫。能参合而行之者，可谓上工。故曰医者意也。又曰：不须汗而强汗之者，出其津液，枯竭而死；须汗而不与汗之者，使诸毛孔闭塞，令人闷绝而死。又不须下而强下之者，令人开肠，洞泄不禁而死；须下而不与下之者，使人心内懊侬，胀满烦乱，浮肿而死。又不须灸而强与灸者，令人火邪入腹，干错五脏，重加其烦而死；须灸而不与灸之者，令人冷结重凝，久而弥固，气上冲心，无地消散，病笃而死。

黄帝问曰：淫邪泮衍奈何？岐伯对曰：正邪从外袭内，而未有定舍，及^②淫于脏不得定处，与荣卫俱行，而与魂魄飞扬，使人卧不得安而喜梦也。凡气淫于腑，则有余于外，不足于内；气淫于脏，则有余于内，不足于外。问曰：有余、不足有形乎？对曰：阴盛则梦涉大水而恐惧，阳盛则梦蹈大火而燔灼，阴阳俱盛则梦相杀毁伤；上盛则梦飞扬，下盛则梦堕坠；甚饱则梦与《巢源》云梦行，甚饥则梦取《巢源》云梦卧；肝气盛则梦怒，肺气盛则梦恐惧、哭泣，心气盛则梦喜笑及恐畏，脾气盛则梦歌乐、体重、手足不举，肾气盛则梦腰脊两解而不属。凡此十二盛者，至而泻之立已。厥气客于心，则梦见丘山烟火；客于肺，则梦飞扬，见金铁之器奇物；客于肝，则梦见山林树木；客于脾，则梦见丘陵大泽，坏屋风雨；客于肾，则梦见临渊，没居水中；客于膀胱，则梦见游行，客于胃，则梦见饮食；客于大肠，则梦见田野；客于小肠，则梦见聚邑、街衢；客于胆，则梦见斗讼、自刖；客于阴器，则梦交接斗内；客于项，则梦见斩首；客于胯，则梦见行走而不能前进，及池渠阱窳中居；客于股，则梦见礼节拜跪；客于胞膻，则梦见溲溺便利。凡此十五不足者，至而补之立已。善诊候者，亦可深思此意，乃尽善尽美矣。

① 治道：宋本作“顺治”。

② 及：真本、《灵枢》并作“反”。



《史记》曰：病有六不治：骄恣不论于理，一不治也；轻身重财，二不治也；衣食不能适，三不治也；阴阳并脏气不定，四不治也；形羸不能服药，五不治也；信巫不信医，六不治也。生候尚存，形色未改，病未入腠理，针药及时，能将节调理，委以良医，病无不愈。

处方第五

夫疗寒以热药，疗热以寒药，饮食不消以吐下药，鬼疰蛊毒以蛊毒药，痈肿疮瘤以疮瘤药，风湿以风湿药，风、劳、气冷各随其所宜。雷公云：药有三品，病有三阶。药有甘苦，轻重不同。病有新久，寒温亦异。重热、膩滑、咸酢、药石饮食等，于风病为治，余病非对。轻冷、粗涩、甘苦、药草饮食等，于热病为治，余病非对。轻热、辛苦、淡药饮食等，于冷病为治，余病非对。其大纲略显其源流，自余睹状可知，临事制宜，当识斯要。

《药对》曰：夫众病积聚，皆起于虚，虚生百病。积者，五脏之所积；聚者，六腑之所聚。如斯等疾，多从旧方，不假增损。虚而劳者，其弊万端，宜应随病增减。古之善为医者，皆自采药，审其体性所主，取其时节早晚，早则药势未成，晚则盛势已歇。今之为医，不自采药，且不委节气早晚，只供采取，用以为药。又不知冷热消息、分两多少，徒有疗病之心，永无必愈之效。此实浮惑。聊复审其冷热，记其增损之主耳。虚劳而苦头痛，复热，加枸杞、萎蕤；虚而欲吐，加人参；虚而不安，亦加人参；虚而多梦纷纭，加龙骨；虚而多热，加地黄、牡蛎、地肤子、甘草；虚而冷，加当归、芎、干姜；虚而损，加钟乳、棘刺、肉苁蓉、巴戟天；虚而大热，加黄芩、天门冬；虚而多忘，加茯神、远志；虚而惊悸不安，加龙齿、紫石英、沙参、小草，冷则用紫石英、小草，若客热即用沙参、龙齿，不冷不热无用之；虚而口干，加麦门冬、知母；虚而吸吸，加胡麻、覆盆子、柏子仁；虚而多气，兼微咳，加五味子、大枣；虚而身强，腰中不利，加磁石、杜仲；虚而多冷，加桂心、吴茱萸、附子、乌头；虚而小便赤，加黄芩；虚而客热，加地骨皮、白水黄芪；虚而冷，用陇西黄芪；虚而痰，复^①有气，加生姜、半夏、枳实；虚而小肠利，加桑螵蛸、龙骨、鸡胝胫；虚而小肠不利，加茯苓、泽泻；虚而溺白，加厚朴。诸药无有一一历而

① 复：真本作“腹”。



用之，但据体性冷热，的相主对，聊叙增损之一隅，入处方者宜准此。

用药第六

上药一百二十种，为君，主养命以应天。无毒，多服、久服不伤人。欲轻身益气、不老延年者，本上经。

中药一百二十种，为臣，主养性以应人。有毒无毒，斟酌其宜。欲遏病、补虚羸者，本中经。

下药一百二十五种，为佐使，主治病以应地。多毒，不可久服。欲除寒热邪气、破积聚、愈疾者，本下经。

三品合三百六十五种，法三百六十五度，每一度应一日，以成一岁。倍其数，合七百三十名也。

凡药有君臣佐使，以相宣摄。合和者，宜用一君、二臣、三佐、五使^①，又可一君、三臣、九佐使也。又有阴阳配合，子母兄弟，根茎花实，草石骨肉。有单行者，有相须者，有相使者，有相畏者，有相恶者，有相反者，有相杀者。凡此七情，合和之时，用意视之，当用相须、相使者良，勿用相恶、相反者。若有毒宜制，可用相畏、相杀者，不尔，勿合用也。

又有酸、咸、甘、苦、辛五味，又有寒、热、温、凉四气，及有毒、无毒、阴干、曝干、采造时月、生熟、土地所出、真伪陈新，并各有法。其相使、相畏七情，列之如下，处方之日，宜善究之。

玉石上部

玉泉畏款冬花。

玉屑恶鹿角。

丹砂恶磁石，畏咸水。

曾青畏菟丝子。

石胆水英为使，畏牡桂、菌桂、芫花、辛夷、白薇。

云母泽泻为使，畏鲛甲及流水，恶徐长卿。

钟乳蛇床子、菟丝子为使，恶牡丹、玄石、牡蒙，畏紫石英、蓑草。

^① 三佐五使：〔考异〕：“真本作五佐二字。”