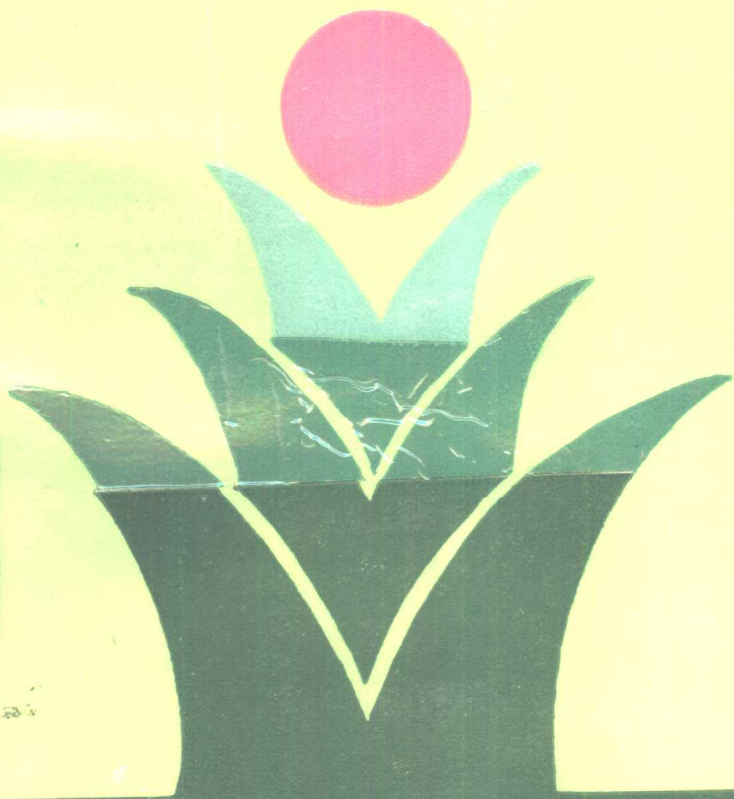


216首

不老回春膏滋妙方

主编 杨磊 曹毅 高萍



中国医药出版社



任

不老回春膏滋妙方 216 首

杨磊 曹毅 高萍 主编

中国医药科技出版社

登记证号：(京) 075 号

不老回春膏滋妙方 216 首

杨磊 曹毅 高萍 主编

中国医药科技出版社 出版
(北京海淀区文慧园北路甲 22 号)

(邮政编码 100088)

华燕印刷厂印刷
全国各地新华书店 经销

开本 787×1092mm 1/32 6 $\frac{7}{8}$ 印张
字数 149 千字 印数 1—6500
1994 年 11 月第 1 版 1994 年 11 月第 1 次印刷
ISBN 7-5067-1167-2/R·1048

定价：5.80 元

前 言

膏滋是祖国医学传统剂型之一，千百年来，以其独有的性能为中华民族的健康繁衍发挥了重要的作用。历经古今医家在实践中不断探索、创新，膏滋方得以日臻完善，用料更加合理，配伍更加科学，功用更加齐全，疗效更加可靠，已成为中医宝库中一颗绚丽夺目的明珠。可以预言，随着改革开放的深入开展，社会环境的变化，人们生活、工作节奏的加快，人们对自身保健的需求也将越来越高。古老的膏滋方也必将为适应这一广泛的需求而日益焕发出新的光彩。

与其它中药制剂的方药相比，膏滋方的补虚功用尤为突出，它具有延年益寿、扶羸养疾、壮阳回春、养心安神、润肺生津、补脾养胃、益肾填精、健脑益智、聪耳明目、荣颜乌发、强筋壮骨、活血通脉、调经种子、健美轻身等多种功效。因而能广泛地运用于各种虚损性疾病，以及用作健康人未病防患、强身健体、益寿延年的补益佳品。对于重病久病、体质虚弱、以及贫血、肝硬化、慢性肾炎、慢性支气管炎、肺气肿、冠心病、脑动脉硬化、慢性胃炎、胃溃疡、十二指肠球部溃疡、神经衰弱、不育不孕、性功能低下、营养不良、月经周期紊乱、功能性子宫出血等多种疾病均有较好的疗效。现代药理研究也证实了膏滋常用药物除其特有的疗疾治病作用外，尚含有丰富的维生素、微量元素、糖、氨基酸，以及一

些生物碱、酶等人体必需的物质，具有很高的营养价值。并发现这些补品普遍具有多种强身保健功效。如抗衰老，调整神经系统功能，提高机体抗疲劳和适应能力，增强人体免疫功能和抗癌，增强人体的性功能，促进人体生长发育，调整人体物质代谢等等。

由于古今方书及医家典籍记载了大量的膏滋方剂，某些功效卓著、寓意深刻的其它剂型的方剂也可改制为膏滋方，因而可以形成膏滋方的洋洋大观，往往令人无所适从。同时由于一般家庭对自制膏滋的知识了解不多，而目前既具较广泛的保健治疗意义，又有简明扼要特点的论著尚不多见。有鉴于此，我们以中西医最新理论与临床研究成果为指导，结合自己的临床体会与名家论述，精心选用了216首疗效确切、配用方便的膏滋方汇编成书。较为详尽地介绍了膏滋方的起源、发展、医疗保健作用及家庭配制应用等有关知识，能使读者一册在手而尽览膏滋精华。

希望本书能够成为广大读者生活中的良师益友，为您的身体健美、延年益寿献上一份爱心。

编者

1993年10月

目 录

总 论	(1)
膏滋的起源与发展	(1)
膏滋的特点	(2)
膏滋常用药品的药理研究	(4)
使用膏滋注意事项	(16)
膏滋的制备方法	(18)
第一章 延年益寿	(22)
1. 益寿永贞膏	(22)
2. 洞天长春膏	(23)
3. 健身长春膏	(24)
4. 人参膏	(25)
5. 元德膏	(26)
6. 九转长生神鼎玉液膏	(26)
7. 资寿延年青	(28)
8. 延年益气膏	(29)
9. 灵芝膏	(30)
10. 八仙长寿膏	(31)
11. 杞圆膏	(32)
12. 清宫补膏	(33)
13. 益寿膏	(34)

14. 黄精膏 (一)	(36)
第二章 扶羸养疾	(37)
1. 两仪膏	(38)
2. 天冬膏	(39)
3. 藕蜜膏	(39)
4. 仙鹤草膏	(40)
5. 当归黄精膏	(41)
6. 玄霜紫雪膏	(41)
7. 加味枇杷膏	(42)
8. 太子膏滋	(43)
9. 龟鹿二仙膏	(44)
10. 人参固本膏	(44)
11. 一贯煎膏	(45)
12. 参麦膏	(46)
13. 参杞膏	(46)
14. 人参蛤蚧膏	(47)
15. 琼玉膏	(48)
16. 人参滋补膏	(49)
17. 双龙补膏	(50)
18. 十全大补膏	(50)
19. 人参大补膏	(51)
20. 佛手膏滋	(52)
21. 樱桃膏	(53)
22. 猪油蜜膏	(54)
第三章 补脾养胃	(55)
1. 苍术膏	(55)

2. 扶元和中膏 (56)
3. 莲肉粳米膏 (57)
4. 枳壳膏 (57)
5. 建中膏 (58)
6. 茯苓膏 (59)
7. 术附膏 (60)
8. 白术膏 (60)
9. 九仙薯蓣膏 (61)
10. 秘方噎膈膏 (62)
11. 山楂蜜膏 (63)
12. 清热理脾除湿膏 (64)
13. 理脾养胃除湿膏 (64)
14. 理脾和胃除湿膏 (65)
15. 理脾和肝化湿膏 (66)
16. 健脾阳和膏 (67)
17. 调肝和胃膏 (67)
18. 理脾调中化湿膏 (68)
19. 土豆蜜膏 (69)
20. 参术膏滋 (70)
21. 陈草蜜膏 (70)
22. 青柿汁蜜膏 (71)
23. 人参补膏 (72)
24. 资生健脾膏 (73)
25. 六神膏 (74)
26. 参术膏 (75)
27. 黄芪膏 (76)

28. 参芪膏	(77)
第四章 益肾填精	(79)
1. 鹿茸膏	(79)
2. 锁阳膏	(80)
3. 黑牛髓膏	(81)
4. 水陆二仙膏	(82)
5. 金樱子膏	(82)
6. 二地膏	(83)
7. 参鹿补膏	(84)
8. 坤髓膏	(85)
9. 补精膏	(85)
10. 鹿角胶膏	(86)
11. 黑芝麻膏	(87)
12. 樱沙膏滋	(88)
13. 聚精膏	(88)
14. 胡桃五味子膏	(89)
15. 胎盘膏	(90)
第五章 壮阳回春	(92)
1. 茸桂百补膏	(92)
2. 斑龙膏	(93)
3. 右归膏	(94)
4. 续髓全阳膏	(95)
5. 锁阳桑椹膏	(96)
6. 补骨脂胡桃膏	(96)
7. 鹿鞭膏	(97)
8. 海参膏	(98)

第六章 润肺生津	(100)
1. 清金止嗽西瓜膏	(100)
2. 坎离膏	(101)
3. 银杏膏	(102)
4. 桑白皮膏	(102)
5. 百花膏	(103)
6. 百部膏	(104)
7. 杏仁膏	(104)
8. 金水膏	(105)
9. 润肺膏	(106)
10. 八仙膏	(107)
11. 鱼鳞膏	(107)
12. 喉症橄榄膏	(108)
13. 五百膏滋	(109)
14. 红白膏滋	(110)
15. 五汁蜜膏	(110)
16. 秋藕膏滋	(111)
17. 梨枣膏滋	(111)
18. 黄白膏滋	(112)
19. 鲜石斛膏	(113)
20. 通声膏	(113)
21. 梨膏	(114)
22. 养阴清肺膏	(115)
23. 枇杷叶膏	(115)
24. 青果膏	(116)
25. 止嗽定喘膏	(117)

26. 二冬膏	(118)
27. 五味子膏	(118)
28. 蜜饯双仁膏	(119)
29. 专翕大生膏	(120)
第七章 养心安神	(122)
1. 大补阴膏	(122)
2. 玉竹膏	(123)
3. 八珍膏	(124)
4. 桂圆膏滋	(125)
5. 参术地黄膏	(126)
6. 不寐膏	(127)
7. 玉灵膏	(128)
8. 人参归脾膏	(128)
9. 代参膏	(129)
10. 桂圆膏	(130)
第八章 健脑益智	(132)
1. 宁志膏	(132)
2. 鹿角胶膏	(133)
3. 扶元益阴膏	(134)
4. 灵乌二仁膏	(135)
5. 樱蜜膏滋	(136)
6. 降压膏	(136)
7. 还精膏	(137)
8. 二至膏	(138)
9. 红枣膏	(139)
10. 党参膏	(139)

11. 五味莲肉膏	(140)
第九章 聪耳明目	(142)
1. 明目延龄膏	(142)
2. 益气聪明膏	(143)
3. 桑椹子膏	(144)
4. 菊花延龄膏	(145)
5. 集灵膏	(145)
6. 二山膏滋	(146)
7. 补气养血膏	(147)
8. 决明子蜂蜜饮	(148)
9. 桑菊蜜膏	(148)
第十章 强筋壮骨	(150)
1. 黄阳膏滋	(150)
2. 青娥膏	(151)
3. 茸参膏滋	(152)
4. 金髓膏	(153)
5. 葡萄蜜膏	(154)
6. 黑芝麻油蜜膏	(154)
7. 抗老防衰方膏	(155)
8. 牛髓膏子	(156)
9. 不老丸膏	(157)
第十一章 活血通脉	(159)
1. 桑枝膏	(159)
2. 泽兰膏滋	(160)
3. 补阳还五膏	(160)
4. 鸡血藤膏 (一)	(161)

5. 枸杞膏滋	(162)
6. 丹参膏	(163)
7. 玫瑰膏	(163)
8. 豨莶膏	(164)
9. 白花蛇膏	(165)
10. 鸡血藤膏 (二)	(165)
11. 老鹳草膏	(166)
12. 当归膏	(167)
13. 二仁膏	(168)
第十二章 健美轻身	(169)
1. 南烛煎	(169)
2. 鸡血藤膏 (三)	(170)
3. 地仙煎	(170)
4. 百补增力膏	(171)
5. 参桂百补膏	(172)
6. 黄精膏 (二)	(173)
7. 熟地膏	(174)
8. 玉灵膏	(175)
第十三章 荣颜乌发	(176)
1. 五煎膏	(176)
2. 猪肤汤 (膏)	(177)
3. 润脾膏	(178)
4. 金陵草煎方	(179)
5. 乌须固齿荣颜煎	(179)
6. 桑椹膏 (文武膏)	(180)
7. 七宝美髯膏	(181)

8. 枸杞煎	(182)
9. 乾坤膏	(183)
10. 河车膏	(184)
11. 泽肤膏	(185)
12. 固齿明目乌须黑发膏	(186)
13. 乌发膏	(187)
14. 木耳芝麻膏	(188)
15. 人参核桃膏	(189)
16. 羊蜜膏	(190)
17. 琼脂膏	(191)
第十四章 调经种子	(192)
1. 调经养血膏	(193)
2. 养血当归膏	(193)
3. 归芍膏滋	(194)
4. 一草膏滋	(195)
5. 乌梅金樱膏	(196)
6. 八珍益母膏	(196)
7. 妇经膏	(197)
8. 鹿茸膏	(198)
9. 益母膏 (一)	(199)
10. 益母膏 (二)	(199)
11. 鹿胎膏	(200)
12. 调经活血膏	(201)
13. 地榆膏	(202)

总 论

中药膏方是中医传统五大药物剂型——丸、散、膏、丹、汤之一。膏剂在常温下为稠厚状半流体制剂。膏剂分内服外用两种。本书论述的膏滋方为内服膏剂。因为膏滋方多为煎煮浓缩，加蜂蜜或糖制品而成，多具滋养治疗作用而得名。

膏滋的起源与发展

内服膏滋是由煎剂发展而来。汤丸等剂用之有效，熬膏服用，即为膏剂。而膏方的雏形则早在我国现存最早的一部古代医书《五十二病方》中就出现了。这部约成书于春秋、战国时代的典籍记载的膏剂据称有 30 余方。书中有“膏之”和“胶”的描述，被认为是膏方的最原始称谓。此后略晚的《养生方》和《杂疗方》二书中已开始用蜜或枣膏制丸。我国最早的药学专著，汉代的《神农本草经》已有“宜膏煎者”的明确记载。至我国第一部以辨证论治为指导撰著的《伤寒杂病论》（东汉末年），对于膏剂的制剂方法已基本形成。如“鳖甲煎丸”就是先以酒煎药物，然后取汁煎成膏，再加入部分药粉制成丸。而膏滋真正定型，并得以广泛的运用则是在唐宋时期。那时膏滋也叫煎，如药王孙思邈的《千金方》中即有地黄煎、枸杞煎、薯蕷煎等“煎”方。宋代《太平圣惠方》有天门冬煎、鹿角胶煎等方。膏滋经典方琼玉膏的祖方

即是宋代的《洪氏集验方》所载。至明代以后，膏滋方完全以“膏”命名。明代著名医学家、药学家李时珍对膏滋方的制作方法很有研究，他曾在《本草纲目》中较为详细地叙述了膏滋制取的全过程，如益母草膏。明代滋补学家张景岳则在《景岳全书》中创制了一代滋补名方两仪膏。到了清代，膏滋的使用更为普遍，上至皇宫禁院，下至平民百姓，膏滋良方层出不穷。《张氏医通》中的二冬膏；《何氏虚劳心传》中的坤髓膏、卫生膏；《摄生秘旨》中的杞圆膏；《医方集解》中的龟鹿二仙胶等，至今仍被视为抗衰健体延年的良方。由《慈禧光绪医方选议》可见，宫廷御医也善用膏滋方，书中所载的扶元益阴膏、保元固本膏等方都被认为是配伍精当，构思巧妙的方子。时至今日，全国各大城市的有名中药店，如北京同仁堂、上海雷允上药店、杭州胡庆余堂、万承志堂等均有自制膏滋名方，如首乌延寿膏、八仙长寿膏、葆春膏、参鹿补膏等，在国内外都享有一定的威望。

总之，膏滋方是延续几千年发展、完善起来的传统中药剂型。它在中华民族的卫生健康方面曾经发挥了重要作用。在改革开放的今天，随着生活、工作节奏的加快，新的问题不断出现，古老的传统膏方也将不断创新，为人类保健做出新的贡献。

膏滋的特点

善于补虚疗疾

膏滋方多由即具补虚功效，又具多种其它疗疾功效的药物组成。多针对人体的脏腑阴阳、气血津液等的偏盛偏衰而配制，具有较强的临床治疗意义。或养血益气、滋阴壮阳、补

益脏腑，或活血通脉、祛痰降逆、泻水解毒，故医家运用又以患者具体情况而拟方，因病、因证、因人、因时、因地而增减药物，使之更加切合病情，便于长期运用和更有效地发挥作用。因为膏方最适用于慢性或虚损性疾病，而这些疾病大多迁延日久，病体虚弱，气血阴阳有所不足，而非短期时日、一针一药所能奏效。所以就必须选择药性平和，不伤正气，而又服用方便的剂型，膏滋就是最为理想的剂型。

长于强身延年

如上所述，膏滋方多用补益气血阴阳、调理脏腑虚实的药物配方，而这些药物都是病时疗疾、安时养身的补养佳品。千百年的实践经验，以及现代化的药理研究，均表明这些补养药有许多健身优点。如膏滋方常用的补气药人参、黄芪、黄精、茯苓，补血药当归、芍药、地黄、阿胶，滋阴药麦冬、杞果、萸肉，壮阳药鹿茸、蛤蚧、杜仲、冬虫夏草等等，都有各自多种多样的益寿功效。或抗衰老，或增强人体免疫力，或补充人体必需的微量元素、维生素、氨基酸，或调理脏腑器官的功能等等。如今，中药制品的抗老延寿功效已得到海内外各界人士的越来越广泛的重视，二十一世纪将是人类保健事业大发展的世纪，也将是中药补益品大显身手的世纪。而补益品中的佼佼者膏滋方也必将发挥其更大的作用。

药力集中、量小效优

膏滋方的制备一般都是将药材充分煎煮，再去滓将煎汁熬炼浓缩，去除大部分水分，留取药中精华使用。也就是说可以将大包大包药材的有用部分高度凝集于杯勺之间，因此只需很小的摄入量就可维持良好的治疗效果。而且便于消化吸收，无损胃气。对于平素肠胃功能不好的患者尤为适宜。