



常见病中医四季疗法丛书

肾病

SHENBING SIJI LIAOFA

四季疗法

沈元良 编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



常见病中医四季疗法丛书

肾病四季疗法

SHENBING SIJI LIAOFA

编 著 沈元良

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

肾病四季疗法/沈元良编著. —北京:人民军医出版社, 2007. 2

(常见病中医四季疗法丛书)

ISBN 978-7-5091-0714-0

I. 肾… II. 沈… III. 肾病(中医)-中医治疗法 IV. R256.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 010730 号

策划编辑:王 宁 文字编辑:蔡 滨 责任审读:黄栩兵

出 版 人:齐学进

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

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:16.25 字数:235 千字

版、印次:2007 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~4000

定价:29.00 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

电话:(010)66882585、51927252



序

“必竞西湖六月中，风光不与四时同；接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。”（南宋·杨万里诗）这夏月风光的自然之美，给我们带来了自然的爱。无穷碧色的荷叶是清暑化湿的良药，如荷包六一散、清震汤之类，取荷叶清暑化湿，升清降浊之功；洁白如玉的莲藕是益气养阴，生津止渴之佳品，如五汁饮中的藕汁等。大自然赋赐给我们无穷尽的妙药，除荷之外，还有碧翠芸芸的青蒿、藿香、佩兰、香薷、刘寄奴，这些皆是夏日治暑病之佳品，这就是自然的爱，它表示人与自然的和谐。正因为如此，人与自然是一个统一的整体，这就是中医学治疗思想的根本，也是区别于其他医学的重要特色之一。中医治病，强调辨证施治，顺应自然，明确地认为人是一个小天地。因此，大自然的四季变化与人息息相关，防病治病，不能一成不变，必须按照季节气候的变化规律和特点，采取相应的预防、治疗、保健、养生的方法，建立起四季绿色的防护墙。为此，人民军医出版社策划、部署、选择、编著这一套适合广大医患要求的“常见病中医四季疗法丛书”。

本书《肾病四季疗法》由沈元良编撰。沈元良，早年毕业于浙江中医学院，现任主任医师，浙江中医药大学兼职教授，浙江省中医药学会中医肾病专业委员会委员。从事中医、中西医结合内科临床工作 30 年，为本学科带头人，开展肾内科专家门诊。参编《越医汇讲》、《常见病中医保健》等多种专著，发表学术论文 50 余篇，在国内享有一定声誉。

四季疗法是顺应自然变化规律，按照四季变化防治疾病，保护身心健康的一种疗法。四季治法各不相同，治疗效果可倍增。本书全面介绍了肾病的四季疗法，除在概论中简介了四季变化与肾病的关系、防未病及筑起四季绿色防御、



肾病的基本特点、基本症状和常见肾脏疾病的知识外,更以较多的篇幅介绍春、夏、秋、冬各季肾病的治疗方法。如此按发病季节进行编写,既提高对季节性发病的警惕,更方便了读者研究、应用,使实用性大为提高。

该书分五章叙述,除概论外,即四季肾病疗法各一章。其中要说明的是,第2章为本书的中坚章目,即“春季肾病疗法”,占用了大量篇幅,用较多的文字,并结合现代医学的常见泌尿系统疾病进行分述。目的是使医患了解肾病的好发季节,即是春季常见病和多发病,同时又突出了四季肾病疗法的基本方法和概貌。对夏、秋、冬季肾病疗法,主要是阐述其各自发病特点,特色用药与用方的基本疗法,使之同中有异,细分病证,有的放矢,辨证用药更贴切、更对症、更有效。

全书内容旨在科学实用,雅俗共赏,博采众长,方药丰富;每季按药治、食疗、神治、外治阐述,其中突出药治。药治疗法按辨证施治方、常用效验方、偏单秘验方罗列,在诸方中和诸法中尽可能介绍医界同仁的最新成果及名老中医、社区医师的独特经验,不求面面俱到,但求疗效确切,经得起重复,经得起时间的考验。

这套丛书邀请国内学有专长,学验俱富,既有丰富临床经验,又有充分的表述能力的高级中医药专家分册编写并陆续出版。

由于医学科学的迅猛发展,或许有些地方不能满足医患的需求,为此,祈望广大读者能提出批评、建议,以臻更完备。

董汉良

于2006年8月8日



前言

肾病是以中医肾的生理特点和病理变化所导致疾病的总称。亦是现代医学肾脏疾病的简称,泛指由于感染、变态反应、药物、理化因素、遗传和尿道结构异常等引起泌尿系统病变的疾患。是原发于肾脏或继发于其他脏器病变而影响的一类疾病,其主要临床表现是尿的异常和肾脏局部的一些症状,主要包括尿路感染肾小球疾病、肾间质疾病、肾小管疾病、肾血管疾病和肾功能衰竭。由鉴于此,肾脏这一类常见病,多发病,已成为人民群众的公共健康问题。由于各种肾脏疾病未经有效治疗均异途同归慢性化,甚至出现慢性肾功能衰竭。严重地威胁着人民健康,给家庭和社会造成沉重经济负担。因此,对于肾脏疾病的防治,中医学在防治肾脏病方面积累了丰富的理论和实践经验。中医肾脏病学已成为独立的学科,在防治肾脏病中起着积极的作用。但是医学科学知识还不够普及,尤其是对慢性肾脏疾病的治疗和慢性肾衰的替代治疗,在许多重要环节等还有很多不尽人意之处。但随着物质生活水平的日益提高对肾脏病这类疾病的关注有所重视,人一旦患上某种疾病,希望对自己的病情有一个基本的了解,更希望能通过各种自然疗法或非药物疗法,来控制自己的病情并能得到痊愈。有感于此,为保障人民健康,让普通大众了解和掌握肾病的防治知识。特编著这本《肾病四季疗法》。

本书全面地介绍了四季变化与肾病的关系与防未病及筑起四季绿色防御、肾病的基本特点、基本症状和常见肾脏病的知识。以较多的篇幅介绍了春、夏、秋、冬各季肾病,顺应自然的治疗方法。尤其在“春季肾病疗法”中占了较多的篇幅,使医患能更多了解肾病的好发季节,同时突出了四季肾病疗法的基本方法和概貌。对四季肾病疗法,阐述了各自发病特点,特色用药与用方的基本药



法。并按药治、食治、神治、外治条述,其中突出药治,药治疗法按照辨证施治方、常用效验方、偏单秘验方,博采众长,方药丰富,皆在科学实用,疗效确切。

荷承董汉良主任赐序,在此表示谢忱!由于笔者学识有限,经验不足,更由于医学科学的飞速发展,书中肯定会有许多不足之处,祈请广大读者批评指正。

沈元良

2006 年秋



目录

(64)		(4)
(10)		(5)
(63)		(三)
(74)		(二)
(84)		(二)
第1章 概论		(1)
(一)、四季变化与肾病		(2)
(二)、四季变化与防未病		(8)
(一)未病先防		(9)
(二)既病防变		(17)
(三)、筑起四季绿色防御		(20)
(一)四季风		(21)
(二)绿色韵		(26)
(三)防御姿		(27)
(四)、肾病的基本概念		(29)
(一)肾病的基本特点		(29)
(二)肾病的基本症状		(30)
(三)肾病的常见疾病		(32)
第2章 春季肾病疗法		(35)
(一)、药治疗法		(35)
(一)急性肾小球肾炎		(35)
(二)慢性肾小球肾炎		(45)
(三)肾病综合征		(53)
(四)肾虚证		(59)



二、食治法	(69)
(一)药粥	(70)
(二)药茶	(78)
(三)药露	(83)
(四)药肴	(85)
(五)药蛋	(91)
三、神治法	(96)
(一)七情致病的特点	(97)
(二)春季的情志变化	(98)
(三)肾病的神治	(99)
四、外治法	(106)
(一)针灸	(106)
(二)药贴	(112)
(三)脐疗	(115)
(四)灌肠疗法	(117)
(五)捏脊疗法	(121)
(六)肾病的按摩(推拿)疗法	(121)
(七)气功疗法	(127)
第3章 夏季肾病疗法	(133)
一、药治法	(133)
(一)夏季肾病的发病特点	(134)
(二)夏季肾病的特色用药	(136)
(三)夏季肾病的常用选方	(142)
(四)夏季肾病辨证施治方	(146)
(五)夏季肾病常用效验方	(149)
(六)夏季肾病偏单秘验方	(152)
二、食治法	(154)
(一)药粥	(155)

(二)药茶	(156)
(三)药肴	(158)
三、神治疗法	(161)
(一)七情致病的特点	(161)
(二)夏季的情志变化	(161)
(三)肾病的神治	(162)
四、外治疗法	(164)
(一)冬病夏治的中医理论	(165)
(二)冬病夏治的外治疗法	(165)
第4章 秋季肾病疗法	(167)
一、药治疗法	(168)
(一)秋季肾病的发病特点	(168)
(二)秋季肾病的特色用药	(169)
(三)秋季肾病的常用选方	(175)
(四)秋季肾病辨证施治方	(182)
(五)秋季肾病常用效验方	(185)
(六)秋季肾病偏单秘验方	(190)
二、食治疗法	(193)
(一)药粥	(193)
(二)药茶	(195)
(三)药肴	(197)
三、神治疗法	(200)
(一)七情致病的特点	(200)
(二)秋季的情志变化	(200)
(三)肾病的神治	(201)
四、外治疗法	(204)
(一)针灸疗法	(205)
(二)脐疗	(205)

(三)药贴	(205)
(四)药浴疗法	(205)
(五)熏洗疗法	(206)
第5章 冬季肾病疗法	(207)
一、药治疗法	(208)
(一)冬季肾病的发病特点	(208)
(二)冬季肾病的特色用药	(210)
(三)冬季肾病的常用选方	(217)
(四)冬季肾病辨证施治方	(222)
(五)冬季肾病常用效验方	(226)
(六)冬季肾病偏单秘验方	(231)
二、食治疗法	(234)
(一)药粥	(234)
(二)药茶	(237)
(三)药肴	(238)
三、神治疗法	(241)
(一)七情致病的特点	(241)
(二)冬季的情志变化	(242)
(三)肾病的神治	(242)
四、外治疗法	(247)
(一)肾病(水肿)针灸疗法	(247)
(二)肾病针灸保健疗法	(247)
(三)肾病气功保健疗法	(247)
(四)肾病推拿保健疗法	(248)
(五)足疗	(248)
(六)脐疗	(249)
(七)药贴	(249)



概 论

中医肾病是指以中医肾的生理特点和病理变化所导致疾病的总称,与现代医学肾脏疾病有所不同。它泛指由于感染、变态反应、药物、理化因素、遗传和血管与泌尿系统,包括肾脏、输尿管、膀胱和尿道结构异常等引起泌尿系统病变的疾患;是原发于肾脏或继发于其他脏器病变而影响到肾脏的一类疾病,其主要临床表现是尿的异常和肾脏局部的一些症状,主要包括尿路感染、肾小球疾病、肾间质疾病、肾小管疾病、肾血管疾病和肾功能衰竭。中医学“肾”的含义更为广泛,还包括了内分泌、生殖系统等某些病症症状。

中医认为肾为先天之本,五脏六腑之根,藏精气,生髓通脑,是人体生长、发育、生殖的来源,同时也是脏腑功能及生命活动之根本。肾纳命门之火,主司肾阴肾阳,是肾脏生理活动的动力。阴阳互根,保持动态平衡。若肾阴肾阳受到先天不足,后天亏损等因素的影响而导致损害,又不能通过自身进行阴阳调整,就会产生肾病。

一般来说,“肾无实证”、“久病及肾”,因此,肾病多为内伤虚证。但肾病中也不乏外感病和实证,如临床常见的水肿病中的风水,淋证中的热淋和石淋,以及以肾虚为内因,以风邪兼夹时邪侵袭肾体为外因的急性肾风等病,均以邪实为主,亦有因外感而诱发肾病。本书从中医“整体观念,辨证施治”的观点认识肾病,以四季防治为目的,将诊治肾病的奇方妙药予以介绍,使医患各取所需,信手拈来,随时取用。

肾病涉及范围广,临床表现也错综复杂,千变万化,个体差异明显。病情反复或加重,导致脏腑、阴阳、气血失调,和三焦气化功能的障碍;重则出现“头痛



而晕,视力朦胧,耳鸣耳聋,恶心呕吐,呼气带有溺臭,间或猝发癫痫状,甚或神昏惊厥,不省人事,循衣摸床撮空”的关格晚期(尿毒症)的症状,临床治疗很棘手。要治好肾病,关键在于防治。四季变化与肾病有着密切的关系,因此,四季防治为我们筑起了绿色防御。

一、四季变化与肾病

《黄帝内经》是我国现存最早一部经典的医学论著,对人与自然、形与神等关系,以及解剖、生理、病理、诊断和防治疾病等,均以朴素的唯物辨证观点进行了论述,为中医学理论奠定了基础。因此,《黄帝内经》是中医的基本思想和治病的基础,迄今有效地指导着防病治病。

《内经素问·宝命全形论》说:“人以天地之气生,四时之法成”;“天地合气,命之曰人”。这就是说,人是自然界的产物,也就是“天地之气”的产物。如《周易·系辞》说:“天地氤氲,万物化生”。说明人是依靠天地之间存在、与自然界的清气和饮食物中的营养物质(即水谷之精气)而生存,并循四季生长收藏的规律而生长发育。正常的气候变化人体能正常的生活;当气候变化异常,自然界春(风)夏(暑、火、湿)秋(燥)冬(寒)的六气太过或不及;或非其时而有其气,如春天应温而反寒,夏天应热而反凉,秋天应凉而反热,冬天应寒而反暖等,以及气候变化过于急骤变化(如暴冷暴热等);或人体的抵抗力下降时,均可导致疾病的发生或诱发。《素问·至真要大论》说:“夫百病之生也,皆生于风、寒、暑、湿、燥、火,以之变也。”肾病常随着四时的变化而出现不同的症候,因此需用不同的方法防治。

中医学的基本特点是人与自然的统一性。《灵枢·邪客》说“人与天地相应也”;《灵枢·岁露》“人与天地相参也,与日月相应也”。说明人类生活在自然界中,自然界有着人类赖以生存的必要条件。同时,自然界的变化又可以直接或间接地影响人体,产生反应,超越了生理适应性,成为病理反应。由此可见,人体自身内环境以及人体与外界环境之间,维持着对立统一的相对动态平衡,从而保持正常的生命活动。

四季气候变化中,春属木,其气温;夏属火,其气热;长夏属土,其气湿;秋属金,其气燥;冬属水,其气寒。因此,一年中气候一般的变化规律是以春湿、夏热、长夏湿、秋燥、冬寒来表示。生物在这种气候变化的影响下,有春生、夏长、长夏化、秋收、冬藏等相应的适应性变化。人体也必须与之相适应。如《灵枢·五癯津液别》说:“天暑衣厚则腠理开,故汗出”;“天寒则腠理闭,气湿不引,水下留于膀胱,则为溺与气。”说明春夏阳气发泄,气血容易趋向于体表,皮肤松弛,疏泄多汗;秋冬阳气收藏,气血容易趋向于里,皮肤致密,少汗多尿。

肾病的发病也与四时季节有着密切的关系。《素问·骨空论》说:“风者,百病之始也。”《素问·风论》说:“风者,百病之长也。”六淫之首。凡寒、湿、燥、热诸邪多依附于风而侵袭人体,故风为外邪致病的先导。“寒气通与肾”,肾为寒水之脏,寒邪致病,与肾有着一定的亲缘性,二者同气相求,故有“寒喜中肾”之说。当冬春之交,或遇气候异常变化之时,风邪夹寒,或寒邪夹风而成风寒之邪,如防护不慎或遇体虚之人时,可引起肾风等病证。《素问·风论》说:“以冬壬癸中于邪者,为肾风”。“肾风之扰,多汗恶风,面庞然浮肿,脊痛不能正立,其色焮,隐曲不利”。《素问·奇病论》说:“有病然如有水状,切其脉大紧,身无痛者,形不瘦、不能食,食少……病生在肾,名为肾风,肾风而不能食,善惊,惊己,心气痿者死。”可见,肾风的发病是由于肾气虚而感受风寒之邪有关。风性开泄,易导致肾脏开合失常,封藏失职,精微外泄;寒为阴邪,其性凝滞,易损伤肾中阳气,导致肾脏气化失常,则水液停留。肾风迁延不愈,渐至脏腑精气亏虚,阴阳虚衰,水邪外溢肌肤,内充胸腹。终至脾阳衰败,心神失守,湿浊内聚,三焦壅塞,致下关上格,病势危殆。寒邪,寒为阴邪,最易损伤人体之阳气。

肾为寒水之脏,故寒喜伤肾。正如《素问·四气调神论》中说:“冬三月……逆之,则伤肾。”外寒伤于肌表,进而犯肾;也可直接中于肾。如患者素体肾阴不足,则寒从内生,阳衰阴盛,可发生精冷无子、癯闭、缩阴、女子胞冷不孕等症。故《素问》说:“诸寒收引皆属于肾。”风性善引而数变,发病急而传变快的特点,如风水病,短时间内发生头面、四肢、一身尽肿。因此,风寒之邪侵犯人体,不仅可导致肾病的发生,也是加剧肾病病情的重要因素。热邪,火乃热之极,风寒暑



湿燥入里，皆可化火，脏腑功能失调，七情内郁也能化火。火热蕴结下焦，导致热淋、痛痒、血精、睾丸肿痛。火热属阳，火热之邪劫灼津液，穷必极肾，肾阴损伤，诸变蜂起，脏腑功能失调，五志化火，则生内热，内热扰动肝肾、冲脉等可发生强中，热淋等。

暑为夏季的主气，乃火热所化。《素问·五运行大论》说：“其在天为热，在地为火……其性为暑。”暑邪致病有明显的季节性。暑性升散，耗气伤津，暑为阳邪，阳性升发，故暑邪侵犯人体，多直入气分，可致腠理开泄而汗。汗出过多，则耗津伤液，津液亏损，出现口渴喜饮，尿赤短少等症。为此金代医家刘完素认为表证固应汗解，但“怫热郁结”于表，绝非辛热药所宜，致表虽解而热不去。惟有用辛凉或苦寒以解表，则表解热除，斯为正治。夏天暑热当令，一般不宜用麻黄、桂枝等辛热解表；如必须使用时，也应适当增入寒性药，否则就会助长热邪而发生他变。故“以甘草、滑石、葱等发散为最妙。”长夏之时，夏秋之交，阳热下降，氤氲熏蒸，水气上腾，潮湿充斥，湿热之邪侵入人体，或居住潮湿，涉水淋雨，水为作业，汗出沾衣等。

湿为阴邪，其性重浊腻滞，湿邪外中，先伤于肾，肾属于下焦，故首当其冲。如《素问·太阴阳明论》说：“伤于湿者，下先受之”。《素问·至其要下大论》也说：“湿气大来，土之胜也，寒水受邪，肾病生焉。”又如《素问·热类》篇说：“湿热相搏，则怫郁痞隔，小便不利而水肿也。”吴崐在《医方考》中说：“下焦之病，责于湿热。”刘完素《宣明方论》中也说：“湿病本不自生，因于火热怫郁，水液宣通，即停滞而生水湿也。”又说：“湿气先伤人之阳气，阳气伤不能通调水道，如水道下流淤塞，上流泛滥必为水灾。一旦水退，干旱从之，亦能使人真阴不能生长，而耗阴液。”对湿热兼化的水肿腹胀，主张用“辛苦寒药为君”，以利其大小便，并说：“以其辛苦寒药，能除湿热郁痞隔故也。”为湿热夹滞的肾病治疗说明了道理。

燥为秋季的主气，以其天气不断敛肃，空气中缺乏水分之濡润，在自然界中属于秋金肃杀之气，故燥邪袭人最先伤肺。肺为水之上源，肾为水之下源，浚其源而安其流，则金水相生。因肾主五脏而恶燥，故燥邪为病，初则伤肺而久必伤肾。燥邪常与热邪合而致病，因初秋多旱少雨，骄阳久曝，火热烘烤而形成燥热



之邪,亦见于素体阴亏,又感燥邪而燥从热化者。而燥热之邪最易灼伤阴液,导致肾之真阴亏损。《赤水玄珠》中说:“燥于外则皮肤皱结,燥于内则精血枯涸。燥于上咽鼻焦干,燥于下便溺闭结。”从上所述,正如《素问·生气通天论》说:“四时之气,更伤五脏。”同时说明,四季之邪,皆可致人患肾脏疾病。春风、夏暑、秋燥、冬寒的四季之邪的变化,出现不同的肾病病症,尤其肾小球肾炎的发病与呼吸道感染有密切关系,特别是与溶血性链球菌感染关系更为密切。冬、春季节,多数地区的大气压、风速、温差均处于极不平衡状态,变化多端的气候易导致上呼吸道感染,继而使肾炎复发或患病概率增高,故四季变化直接影响着肾病的发生、发展。认识四时六淫之邪的性质及致病特点,做到有效地防治肾病。

随着四季变化,人们在长期自然选择和自然调节中,能主动地适应自然,改造自然,和自然作斗争,从而提高抗病能力,减少疾病的发生。如《素问·移精变气论》说:“动作以避寒,阴居以避暑。”《备急千金要方》:“凡人居住之室,必须固密,勿令有细隙,有雨得入。”《寿亲养老新书》:“栖息之室,必常洁雅,夏则虚敞,冬则温密。”《养生类纂》:“积水沉之可生病,沟渠通浚,屋宇清洁无秽气,不生瘟疫病。”说明古人早就注意到人能适应自然和改造自然。但是,人适应自然环境的能力是有一定限度的,当四季气候剧变时,超过了人体调节能力,就会发生疾病。在四季变化中,每一个季节都有它不同的特点,也因此发生了季节性的多发病和时令病。如《素问·金匱其言论》中说:“春善病鼻衄,仲夏善病胸胁,长夏善病泄寒中,秋善病风疟,冬多善病痹厥。”正说明了季节不同,发生的疾病也不同。春季风邪善动、升发、向上,风气盛,肝阳上扰,常伤及人体上部(头面)患鼻出血的病症;夏季暑热太盛,燥热之邪侵犯肝肺,常易患胸胁疼痛的病症;秋季多疟病,冬季多痹病痛与四肢冷厥的病症,这说明了一般的发病规律,而某些疾病更和地理环境有着密切关系。由于人与自然界存在对立统一的关系,人体的生理活动和病理变化,是随着四时气候变化而有相应改变,故在治疗的时候,《素问·五常大论》就提出:应该“必先岁气,无伐天和”的疾病治疗原则。就是说必须了解一年四季的气候变化,不要违背天人相应这个原则,因时制宜地防治任何疾病的发生。

历代医家将肾病与四季变化密切地联系起来,把肾病与六气致病联系在一起。风为六淫之首,凡寒、湿、燥、热诸邪多依附于风而侵犯人体。而“寒气通于肾”,肾为寒水之脏。如《素问·风论》说:“以冬壬癸中与邪者,为肾风”。“肾风之状,多汗恶风,面庞然水肿,脊痛不能正立,其色焮,隐曲不利”。说明了肾风发病的条件和病因,及四时六淫之邪皆能引起肾病。

四时气候变化,六气太过或不及使人体自身适应自然界气候变化的能力下降,成为人体患病或病情加重的诱因。如“水肿”、“风水”(急性肾炎、或慢性肾小球肾炎急性发病期),均因与外感“六淫”之邪有关,在治疗用药上已注意到这些因素。如春季,由于气候渐热,阳气升发,人体腠理疏松开泄,即使因外感风寒而起的,也应慎用辛温发散的药物,以免开泄太过,耗伤气阴;秋季,气候逐渐由凉变寒,阴盛于外,腠理致密,阳气内敛,而肾病多虚,此时如不是大热之证,应慎用寒凉药物,以防伤阳。正如《素问·六元正大论》中说:“用寒远寒,用凉远凉,用温远温,用热远热,……”。夏季,暑邪致病多有夹湿,暑天治疗肾病注重解暑化湿;秋季,秋高气爽,气候干燥,易耗津伤液,故在治疗上以生津润燥。对于阴虚之人,在严寒的冬季时,由于阴精亏损,真水不足,阳无所依,外泄为热或反汗出,成为阴虚发热之症者。虽时值冬令理当温阳而用辛温之品,但必贻害患者,对此应“舍时从证”,投以养阴生津之品,如沙参、麦冬、地黄、枸杞子、阿胶之类。反之,素体血虚,一般忌用或避免使用损胃伤血的苦寒药物,但如遇受暑邪而突发吐泻,则应使用黄连、黄芩、滑石等清利之品,做到“舍证从时”。如《灵枢·顺气一日分为四时论》所说:“朝则人气始生,病气衰,故旦慧;日中人气长,长则胜邪,故安;夕则人气始衰,邪气始生,故加;夜半人气入脏,邪之居于身,故甚也。”指出了疾病的变化,有“旦慧昼安、夕加夜甚”的特点。

肾病治疗根据四时气候的不同变化分类多种,治法各异。如《医学心悟》提出“汗、吐、下、和、泻、清、消、补”八法,《景岳全书》中的“补、和、攻、散、热、固、因”等。肾阴亏虚的虚热证,以滋阴、清热、益肾用地黄、知母、枸杞子、女贞子、旱莲草等。滋养肾阴的六味地黄丸、二至丸、左归丸,养阴清热的用知柏地黄丸,肾阴不足伴有肝阳上亢症状的用杞菊地黄丸,或用天麻、钩藤、石决明、夏枯草平肝潜阳之类的药物;肾阴不足,水不济火,热伤血络的尿血,当以滋阴凉血,