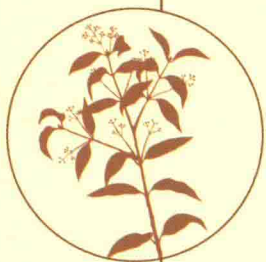


【中华膏滋方系列丛书】

安神养心调理

膏方

王凤岐 何渝煦 朱如彬 杨建宇○编著



●膏方，又名膏剂，是以其剂型为名，属于中医里丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种剂型之一。膏的含义较广：如指物，以油脂为膏；如指形态，以凝而不固称膏；如指口味，以甘美滑腴为膏。

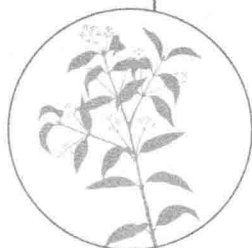


科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

【中华膏滋方系列丛书】

安神养心调理

膏方



王凤岐 何渝煦 朱如彬 杨建宇○编著



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

安神养心调理膏方/王凤岐等编著. —北京: 科学技术文献出版社, 2017. 1
ISBN 978-7-5189-2000-6

I. ①安… II. ①王… III. ①养生 (中医)—膏剂—方书 IV. ①R289.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 239831 号

安神养心调理膏方

策划编辑: 孙江莉 责任编辑: 孙江莉 杨茜 责任校对: 赵瑗 责任出版: 张志平

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路 15 号 邮编 100038
编 务 部 (010) 58882938, 58882087 (传真)
发 行 部 (010) 58882868, 58882874 (传真)
邮 购 部 (010) 58882873
官方网址 www.stdp.com.cn
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京柯蓝博泰印务有限公司
版 次 2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷
开 本 710 × 1000 1/16
字 数 280 千
印 张 16.25
书 号 ISBN 978-7-5189-2000-6
定 价 30.00 元



版权所有 违法必究

购买本社图书, 凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换

《中华膏滋方系列丛书》编委会

主 编：王凤岐 杨建宇 何渝煦

宋世昌 王军民 徐晓峰

贡 瑾 石镇东 叶秀珠

朱如彬

副 主 编：齐 记 张玉铭 刘金萍

梁 伟 洪云飞 曹清河

陈莹兰 张海涛 杨奇君

农泽宁

参编人员：李 顺 韩光辉 郭治然

陈莹兰 齐 记 曹清河

前言 Preface



前言

中医膏方，又称膏滋药或膏滋方，是中华民族灿烂文化之珠玑，渊源悠久。流传至今的名贵中药如鹿胎膏、阿胶膏等都是膏方的代表。早在战国时，《黄帝内经》中即有膏方记载，随后在医圣张仲景的《伤寒论》中开始广泛应用于临床。后孙思邈的《千金方》更是将膏方应用于治疗各种疾病，包括妇科和儿科杂证，最有代表性的是各种美容养颜的膏方。明清时期，膏方的应用更为广泛和成熟，慈禧太后就喜食膏方，清宫医案中留下了大量的膏方医案。

膏方滋补养生，在我国已有几千年的历史，尤其是在富饶注重养生的江南地区，更是一种比较常见的滋补方式。在许多人的观念里，膏方似乎是女性美容养生的一种方式，这是由于膏方在美容养生方面功不可没，效果显著，另外一方面，女性向来是最为注重养生的一个群体。其实，膏方不仅具有普遍的养生滋补功效，还有治病健体的作用，无论男女老少均可服用。

膏方是中医常用八大剂型——丸、散、膏、丹、汤、酒、露、锭之一，有着悠久的历史，是中华文化宝库中一块夺目的瑰宝，是中医学中的一朵奇葩。膏方以其独具之特色，屡经临床验证，卓有成效。就其性状及制法而言，有膏滋、药膏及膏药之不同，早在《黄帝内经》中就有记载。近年来，膏方偏重于滋补，但是膏方作为中药的一种剂型，其药物选择与组方的特点有别于单纯“强身健体”的方法，也有别于一般的“补品”，是在“辨病”与“辨证”的互补下，根据个体差异进行立法组方。膏方既能滋补强身、抗衰延年，又能治病纠偏，可广泛用于防病治病、养生保健和延年益寿。明代李时珍《本草纲目》曰：“国朝太医院进御服食，议加天门冬、麦门冬、枸杞子末各一斤，赐名益寿永真。”此外，《本草纲目》还载有多种抗衰老膏方，如参

术膏之“益元气”，苍术膏之“驻颜，补虚损”，以“煎”（即膏剂）命名的金樱子煎、枸杞煎、金髓煎、鹿角煎及鹿髓煎等，皆被认为有益于衰老者。

膏方是中成药的重要组成部分，运用膏方来防治疾病，增强体质，历来深受医家和患者珍视。膏方常用于中老年人的调摄和治疗，因为中年人面临社会激烈竞争，身心负担较重，常处于亚健康状态；而老年人精气衰少，“精气夺则虚”，适应能力和抵抗能力低下，正常气候变化对年轻人可能不成为致病因素，但对老年人就可能成为发病因素。老年人脏腑功能低下，活动量小，故饮食稍多一点，或摄入硬、黏食品，或进食不洁生冷食物，便可发病。《素问·痹论》曰：“饮食自倍，肠胃乃伤。”患者或表现为脘腹胀满，或表现为消化不良。老年人对意外精神刺激的应激能力也较差，因七情所伤的患者甚为多见，因暴怒、暴喜而暴病者屡见不鲜。上述病证均可采用膏方调摄和治疗。同时，膏方对各种慢性疾病均有很好的疗效，如著名中医蒲辅周调理慢性病患者，擅用膏方扶助胃气，认为久服汤剂，胃气难任荡涤，以膏方缓图，则不伤胃气。对于虚中有实之证，也应先以汤剂折其既燃之势，继以膏方缓养其不足之处。虚实缓急，各有次第，故获效亦捷，可供师法。

膏方制订之特色，遵循辨证论治法度，具备理、法、方、药之程序，不仅养生，更能治病。因膏方服用时间长，医者必须深思熟虑，立法力求平稳，不能小有偏差。偶有疏忽，与病情不合，不能竟剂而废，医生与病家皆遭损失。故开一般处方易，而膏方之制订难。膏方是一门学问，又属中华文化之遗泽，应当传承不息，发扬光大。

膏方运用得当，可使人精力充沛、精神愉快、延年益寿，有着奇特的功效。只要服用合理，就能使病虚损者早日痊愈，亦使无病者正气旺盛、身体健康、减少疾病。

本书从膏方的基本知识、不同人群与膏方、体质与膏方、亚健康与膏方、常见疾病的膏方治疗、养生调摄的膏方等多个方面进行论述，旨在调理人体脏腑、阴阳、气血各方面的不足，使机体恢复平衡，即所谓“阴平阳秘，精神乃治”；强调通过疏通、调节气血，使机体阴阳处于相对平衡状态，进而促使气血、经络、脏腑、组织恢复协调的生理功能，并提供实用方便的家庭自制小膏方，以助于广大人民群众的健康长寿。

编者

目 录 Contents



第一章 膏方与中医文化	1
膏方的中医学概念	2
膏方的特点	3
膏方的历史溯源	5
膏方蕴藏的中医药文化内涵	12
第二章 膏方的分类制作与服用	19
膏方的类型与组成	20
膏方的制作与保存	24
膏方的服用	26
第三章 膏方组方及常用的中药	29
膏方的主要用药	30
膏方的传统地道药材	32
膏方中常用的中药	33
第四章 膏方的适应群体与注意事项	49
膏方的适应证	50
服用膏方应注意的事项	55
膏方服用不适反应及处理	60
第五章 祛燥清热调理膏方	63
清脏腑热膏方	64
千金苇茎膏	64
泻白膏	65

枇杷清肺膏	66
菊花决明膏	67
导赤膏	68
清心莲子膏	69
牛黄清心膏	70
清心降火膏	71
清肺抑火膏	72
清肝退黄膏	73
栀子清肝膏	75
龙胆泻肝膏	75
化肝膏	77
左金膏	79
泻黄膏	80
清咽利膈膏	81
便血红痢膏	82
马齿苋膏	83
白头翁膏	84
芍药膏	85
驻车膏	86
二夏膏	87
清胃膏	89
玉女膏	90
清退虚热膏方	91
杜察膏	91
蜜膏	92
复方鳖甲膏	93
青蒿鳖甲膏	94
地骨皮膏	96
养阴退热膏	97
当归六黄膏	98
百合地黄膏	99

第六章 润燥养心膏方	101
清宣外燥膏方	102
杏苏膏	102
桑杏膏	103
清燥救肺膏	104
滋润内燥膏方	105
养肺阴膏	105
月华膏	106
滋肺膏	106
如神宁嗽膏	107
天门冬膏	108
玉液膏	109
沙参麦冬膏	111
玄霜膏	112
秋梨膏	113
二母膏	114
清金膏	114
生贝膏	115
黄白膏	116
新参膏	117
玉竹膏	118
六汁膏	119
坎离膏	120
桂心膏	121
百合固金膏	122
地黄玄参膏	123
地黄麦冬膏	124
泽肤膏	125
铁笛膏	125
橄榄膏	126
枸杞雪梨膏	126

琼玉膏 I 号	127
四根膏	128
复方甘桔膏	129
第七章 内外和解膏方	131
和解少阳膏方	132
加减小柴胡膏	132
蒿芩清胆膏	133
调和肝脾膏方	134
调和肝脾膏	134
柴胡疏肝膏 I 号	136
白参止泻膏	137
健脾理肝膏	137
调肝和胃膏	139
当归芍药膏 I 号	140
痛泻要方膏	141
调和肠胃膏方	142
甘草泻心膏	142
半夏泻心膏	143
生姜泻心膏	144
第八章 温里回阳膏方	145
温中祛寒膏方	146
温中膏	146
温胃膏	147
参附术姜膏	148
理中小建中膏	149
缓急调中膏	151
健脾阳和膏	152
吴茱萸膏	153
助胃膏	154
甘草干姜膏	155

温经散寒膏方	156
青龙膏	156
阳和膏	157
当归四逆膏	159
艾附暖宫膏	160
乌头膏	161
黄芪桂枝五物膏	162
回阳救逆膏方	162
附子膏滋	163
拯阳膏	164
桂附救心膏	165
心痛膏	166
暖心补阳膏	167
温阳通脉膏	168
温通活血膏	169
温阳升率膏	170
中阳补火膏	171
桂附益母膏	172
回阳救急膏	173
独参膏	174
第九章 醒神开窍膏方	175
牛黄七宝膏	176
牛黄膏	177
朱砂膏	177
紫雪膏	178
竹沥膏	179
菖蒲郁金膏	180
柴术口服液	181
癫狂膏	182
合欢膏	183

第十章 安神静心调理膏方	185
重镇安神膏方	186
珍珠母膏	186
朱砂安神膏	187
琥珀安神膏	187
平肝安神膏	188
九味安神膏	189
牛黄膏	190
养心安神膏方	191
养心安神膏	191
柏子养心膏	192
孔圣枕中膏	193
酸枣仁膏	193
甘麦大枣膏	195
养心膏Ⅱ号	196
高枕无忧膏	197
安神定志膏	198
宁志膏	199
七福膏	200
二阴煎膏	201
交泰膏	202
黄连阿胶膏	203
心安康膏	204
复方桑甚膏	205
颜德馨治失眠膏	206
天王补心膏	206
附录 名家名医膏方精选	209

第一章

膏方与中医文化

膏方的中医学概念

“膏”字从“肉”，本义指动物的脂肪，后泛指浓稠的膏状物。在中药制剂中，将中药材加工制成像动物的油脂一样细腻稠厚的半流体状物称为“膏剂”。膏剂与丸、散、丹、酒、露、汤、锭等其他剂型一样，属于中医传统八大剂型之一，分为外敷膏剂及内服膏剂。

外敷膏剂是中医外治法的一种，通称为“膏药”，是将药物施于患者体表的某部位，通过发挥药物活血化瘀、通经活络、祛风散寒、拔毒化腐等功能，从而达到治疗疾病或养生保健的目的，常用于治疗外科及皮肤疾患，对部分内科、妇科疾病亦有疗效。

本书主要介绍内服膏方，即“膏滋”，它是由医生根据患者体质与所患病症，辨证与辨病相结合，定制出不同的处方，进行全面整体调理的中医所独有的调补方式。

膏方历史悠久，其源头可追溯到《黄帝内经》和《五十二病方》。中医经典著作《黄帝内经》一书中载有2张膏方，《五十二病方》是我国现存最早的方书，书中记载膏剂30余方。《五十二病方》中有“以水一斗，煮胶一参、米一升，熟而啜之，夕毋食”方，虽未以“膏”名，却可视为文献中记载的最早的内服膏方。之后的《武威汉简》中有“治百病膏药方”和“治千金膏药方”等，也是可用于内服的膏方。

早期的内服膏剂又常称为“煎”，如《金匱要略》中的大乌头煎、猪膏发煎等。称为“煎”的方常把膏进一步加工成丸剂服用，如《金匱要略》中的鳖甲煎丸，《中藏经》的地黄煎、左慈真人千金地黄煎，孙思邈的《千金要方》中的众多煎方等均是。

早期称为“膏”或“煎”的内服方，主要用于治病而不是滋补。到了南北朝隋唐时期的《小品方》《外台秘要》等文献中才见到一些滋润补益类膏方。人们在临床上逐渐认识到滋补类方药制成膏剂服用具有一定的优越性，故用于滋补的膏剂方就逐渐多了起来。

宋朝时膏逐渐代替煎，基本沿袭唐代风格，用途日趋广泛，如南宋《洪氏集验方》收录的琼玉膏，沿用至今。同时，膏方中含有动物类药的习惯也流传下来，如《圣济总录》的瓜楼根膏，此时膏方兼有治病和滋养的作用。

膏方发展至明清时代已进入成熟阶段，表现为膏方的命名正规、制作规范，膏专指滋补类方剂，煎指水煎剂；数量大大增加，临床运用更加广泛。明朝膏方广为各类方书记载，组成多简单，流传至今的著名膏方有洪基《摄生总要》的“龟鹿二仙膏”、龚廷贤《寿世保元》的“茯苓膏”以及张景岳《景岳全书》的“两仪膏”等。

清代膏方不仅在民间流传，宫廷中亦广泛使用，如《慈禧光绪医方选议》有内服膏滋方近30首，包括慈禧、光绪用膏方，代表有延年益寿膏、菊花延龄膏、保元固本膏、资生健脾膏等。晚清时膏方组成渐复杂，如张聿青的《膏方》中，膏方用药往往已达二三十味，甚至更多，收膏时常选加阿胶、鹿角胶等，并强调辨证论治，对后世医家的影响较大。

新中国成立以来，膏方的研制及运用得到较大的发展，膏方的数量迅猛增加，膏方的临床运用范畴进一步扩大，广泛运用于内、外、妇、儿、五官各科。

膏方是一种具有高级营养滋补和治疗预防综合作用的药品。它是根据人的不同体质、不同疾病和不同临床表现而确立不同的处方，将中药饮片反复煎煮，去渣取汁，经蒸发浓缩后，加入某些辅料而制成的一种稠厚状半流质或冻状剂型。其中，处方中的药物尽可能选用道地药材，全部制作过程操作严格，只有经过精细加工的膏方最终才能成为上品。

由于膏方服用十分方便，效果明显，加之人们的健康需求日益强烈，越来越多的人选择了请中医专家为自己量身定制适合的膏滋药。膏方一直以来在苏、浙、沪等地区尤为盛行，在中医药养生保健浪潮的推动下，服用膏方养生治病也在我国其他地区日渐流行起来，已成为健康养生的新时尚。

膏方的特点

膏方，是在中医师悉心诊察并询问患者的详细情况，“望、闻、问、切”四诊合参后，在中医整体观念的指导下，进行辨证论治，全面考虑体内气血

阴阳的变化后制订的处方，具有针对性强、效用明显的特点。

膏方强调一人一方，量体用药。它根据患者不同的体质特点和不同的疾病及其症状、体征而组方，充分体现了辨证论治和因人、因地、因时制宜的个体化治疗原则，针对性强，非一般补品可比，以达到增强体质、祛病延年、美容养颜、益肾兴阳的目的。

膏方一般由20~40味中药组成，属复方大法范畴，服用时间较长，一般一料膏方可以服用两至三个月。膏方中多含补益气血阴阳的药物，其性黏腻难化，若不顾实际情况，一味纯补峻补，往往会妨碍气血，反而对健康无益，故合理配伍用药才是关键。

膏方制作极为复杂，一般要经过浸泡、煎煮、过滤、浓缩、收膏、储存等工序。千百年来，中医学在膏方的制备方面，积累了丰富的理论知识和加工经验。这些内容一部分记载在有关的中医药典籍里，一部分蕴藏在老药工的实际经验中，均有待于不断发掘继承和整理应用。

膏方服用经济、方便，口味怡人。膏方经提取浓缩后，由于充分利用了药物的功效，经济花费相对减少。对慢性疾病需长期服用中药的患者来说，不用再花相当多的时间和精力煎煮中药，服用时只需按时取出适量，用温开水冲服，有即冲即饮、易于吸收的特点。中药加工成膏方后体积缩小，有利于携带和储藏。定制膏方时因添加了矫味、收敛的糖类，使膏方带有甜味，口感较好，适用于不喜欢中药苦味的患者。

膏方偏于补益，所以服用膏方一般选择冬季。冬令进补是我国民间的习俗，有着悠久的历史。古人认为冬三月是“生机潜伏，阳气内藏”的季节，要讲究“养藏之道”。也就是说，冬天是一年四季中保养、积蓄的阶段。人体阳气、阴精均宜藏而不宜泄，服用补益之品可以使营养物质得到充分吸收、利用和储存，而此时进行膏方调补，能最大限度地发挥膏方的效用，这就是“冬令进补”的原因，所以民间有“冬令进补，上山打虎”的说法。冬天人们食欲大增，脾胃运化转旺，此时使用膏方滋补能更好地发挥补药的作用。一般来说，服用膏方多由冬至即“一九”开始，至“九九”结束。

但治疗为主的调治膏方则并非局限于冬季使用，只要有体质虚弱或其他病症所表现出气血不足、脏腑亏虚的临床证候，譬如外科手术、妇女产后虚弱等，一年四季都可以选择适宜的膏方内服。所以，进补膏方不必拘泥于冬

令时间，只要病情需要，其他季节也可服用。可视病情的需要，根据不同的时令特点随季节处方。

膏方品质的好坏并非以价格高低来衡量。膏方品质优劣的评判，有两条简单的标准：一是以胃喜为佳，二是以气血畅顺为优。

膏方调理特别重视运脾健胃之道。脾主运化，胃主受纳，脾胃为气血生化之源，后天之本。口服补品通过脾胃运化才能发挥作用。调理脾胃法是临床上最常用、最基本的法则之一，不仅可以用于脾胃疾病的治疗，还可以运用于其他系统疾病的治疗，这是脾胃所处的特殊地位及特殊功能所决定的。

清代名家叶天士曾说“食物自适者即胃喜为补”，这条原则是临床药物治疗及食物调养的重要法则，也同样适合于膏方的制订。口服膏方后，胃中舒服，能消化吸收，方可达到补益的目的，故制订膏方，总宜佐以运脾健胃之品。中医习惯在服用膏方进补前，服一些开路药，或祛除外邪，或消除宿滞，或运脾健胃，处处照顾脾胃的运化功能，确具至理。

中医认为，人的生命活动以脏腑阴阳气血为依据，脏腑阴阳气血条畅则能健康无恙，延年益寿，故《素问·生气通天论》曰：“阴平阳秘，精神乃治。”这是中医养生和治病的基本思想，也是制订膏方的主要原则，即以气血畅顺为优。

当然，临床上患者常呈现虚实夹杂的复杂病理状态，如果对此忽略不见，一味投补，补其有余，实其所实，往往会适得其反。所以膏方用药，既要考虑“形不足者，温之以气”“精不足者，补之以味”，又应根据病者的症状，针对病理产物，适当加以行气、活血之品，疏其血气，令其条达，而致阴阳平衡，气血条畅。

膏方的历史溯源

中医膏方作为中医学重要组成部分，在我国具有悠久历史。长期以来，伴随中医临床实践的不断发展完善，在历史长河中始终发挥着独特功效。膏方依据中医整体观念、辨证论治、治未病等防病治病思想，发挥着滋补强身、