




# 补益方剂

BUYI FANGJI CHUANTONG FANGJI DE JIATING YINGYONG

## 传统方剂的家庭应用

◎ 范晓清 / 主编

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

## BUYI FANGJI 补益方剂



千古名方，方方皆为医林宝藏。  
扶正祛病，日常应用皆能有验。

阴阳气血人之根本，  
补益方剂固本大法。

古今方剂汗牛充栋，  
本书所选补益精华。

现代人的健康特点：  
损之多途，补益不足。

君臣佐使，遵循法度皆有验。  
辨证施治，老弱妇孺皆可用。

一部针对现代人健康特点的  
中医补益方剂手册。

策划编辑 / 贝丽 于岚  
封面设计 / bp 柏平工作室

ISBN 978-7-5091-0900-7



9 787509 109007 >

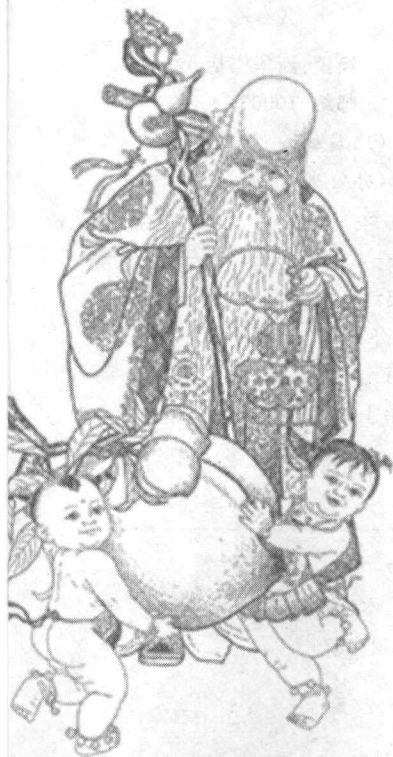
销售分类：生活保健

定价：18.00元

# 补益方剂

## 传统方剂的家庭应用

主 编 范晓清  
编 者 郭 雯 张 勇  
汪世英 范亚亚  
插 图 李 雪



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

---

图书在版编目(CIP)数据

补益方剂:传统方剂的家庭应用/范晓清主编. —北京:人民军医出版社,2007.7

ISBN 978-7-5091-0900-7

I. 补… II. 范… III. 方剂—汇编 IV. R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 075060 号

---

策划编辑: 贝丽  
于岚

文字编辑:秦伟萍

责任审读:张之生

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:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:5.625 字数:126千字

版、印次:2007年7月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:18.00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



## 内 容 提 要

随着人们生活水平的提高，中医补益方剂也超越了最初治疗疾病的用途，被越来越多的人以日常保健的形式所运用。

为了满足大众的需要，本书对补益方剂的相关知识进行了筛选与整理。全书共分为9章，第1章为大家介绍方剂的基本知识，包括中医学与方剂学的基本概念，方剂的组成原则，以及煎煮中药的要求和服药方法。后面的8章，作者精心挑选了100余首古方、名方，并且按照用途对其进行了分类。

虽然补益方剂最初只是分为补气、补血、补阴、补阳四种，但是作者结合了现代人的身体状况，将安神方剂、益胃方剂及固涩方剂也列入其中。并对每一个方剂中的每一味药，从中西医的角度分别进行了介绍。这样不仅可以方便读者进行合理用药，这也是本书的特点所在。

希望广大读者朋友在阅读本书后，能够对补益方剂有一个新的认识，并用之于生活当中以达到保健身体、延年益寿的目的。



# 前 言

喜入平字受紫晏添衣益体图中,中寒甲的...  
不始只心康衣其恩薛中板印入香颜景助,合照嫩...  
裁祖入平贵中疑缺开步,添衣益体的慈前因矣,采...  
。来平型直奇其大。和贵由士入最得各舍坏全怪免,精...  
丑否主,种工印入及以,高舞益日的平水否主印入香...  
印入否至基,添衣益体用跟缺开入冬夜,味...  
要直林一倍云,贵灯已了伏为添衣益体,中到科常...  
到影以巨对不印入。面鼠始“立鼎又三”出聚呈,静...  
。巷府代影村是故越演也如同,藏乘表能添衣益体用...  
补益方剂是中医方剂的重要组成部分,概括说  
来,补益方剂就是由补益药物组成的,能够滋养、补  
益人体气血、阴阳亏虚,可以治疗各种虚证的方剂。  
换言之,它是一种对人体脏腑具有补养作用,对机  
体健康有益的药物组合。人们通过服用此类药方,  
能够达到强壮身体、增强免疫力以及治疗疾病的  
目的。

随着我国经济水平的提高,曾经在一段时期  
内,中药方剂似乎已经被人们所淡忘,取而代之的  
则是名目繁多的西药。但是近些年来,传统的中药  
方剂又再次被众人所关注,这种现象并不是偶然,  
而是因为人们对中药方剂的了解在逐渐加深。

补益方剂的历史非常悠久,大约在秦汉时期,  
就有了方剂的雏形,那时的《五十二病方》中所记载  
的方剂,虽然药味很简单,用量也较为粗略,但是它  
却包含了古代医家对方剂的深刻认识,也是补益方  
剂的鼻祖,为中医方剂今后的发展,奠定了坚实的  
基础。随着社会生产力的发展,补益方剂经历了不  
断的更新、整合,变得越来越成熟。

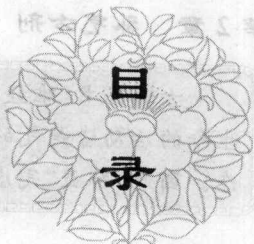


在许多人的印象中,中医补益方剂是深受老年人喜爱的药物组合,但是随着人们对中药及其方剂认识的不断加深,我国传统的补益方剂,也开始被中青年人所接纳,受到全社会各阶层人士的青睐。尤其在近些年来,随着人们生活水平的日益提高,以及人们工作、生活压力的逐渐增加,许多人开始服用补益方剂;甚至在人们的日常保健中,补益方剂成为了与饮食、运动一样重要的事情,呈现出“三足鼎立”的局面。人们不仅可以通过服用补益方剂治疗疾病,同时也能够对身体进行保养。

但值得注意的是,我们在服用补益方剂的过程中,要严格按照中医治病原则进行应用,不要盲目滥用,必要时应由医生指导,否则不仅达不到理想的效果,反而还会损伤机体。

本书不仅为读者系统地介绍了方剂的基本知识,还遴选了一些补益方剂的名方,以供大家进行选择使用。希望通过本书的介绍,能够使更多的人了解我国传统的中医文化、了解补益方剂,同时希望本书也能够成为读者朋友们保健、延年的良师益友。

编者



## 第1章 基本知识

方剂是在辨证论治的基础上,依照组成原则,配伍变化,合理选药而形成的。数千年来,历代中医师们创制了数不清的实用方剂。其中许多效验显著的“名方”,至今依然是中医临床治病的“法宝”。

- 一、中药方剂与方剂学 / 2
- 二、方剂与常用治法 / 3
- 三、方剂的分类 / 5
- 四、补益方剂的概念 / 6
- 五、方剂的组成原则 / 7
- 六、方剂的组成变化 / 9
- 七、常用剂型 / 10
- 八、煎药的要求 / 11
- 九、服药时间与服药方法 / 13







## 补益方剂

传统方剂的家庭应用

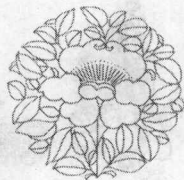
### 第2章 补气方剂

古典医书《难经》云：“气者，人之根本也”。人体的构成、生命的活动皆是气的作用。气的盛衰直接决定人体的健康状况。因此，补益“气虚”是恢复健康的“首要任务”。

- 一、四君子汤 / 16
- 二、六君子汤 / 17
- 三、香砂六君子汤 / 18
- 四、保元汤 / 19
- 五、异功散 / 20
- 六、参苓白术散 / 21
- 七、七味白术散 / 23
- 八、补中益气汤 / 24
- 九、举元煎 / 25
- 十、升陷汤 / 26
- 十一、生脉散 / 27
- 十二、人参蛤蚧散 / 28
- 十三、人参胡桃汤 / 30

### 第3章 养血方剂

同气一样，血也是人体生命活动的基本物质。其主要生理功能是营养和滋润机体。血虚可以造成人体的多种病变，如头晕、失眠、毛发干枯以及多种妇科病等。故补血也是治疗“虚证”必不可少的手段。



- 一、四物汤 / 33
- 二、桃红四物汤 / 34
- 三、圣愈汤 / 35
- 四、当归补血汤 / 37
- 五、归脾汤 / 38
- 六、炙甘草汤 / 40
- 七、加减复脉汤 / 41
- 八、当归散 / 43
- 九、补肝汤 / 44
- 十、通乳丹 / 45
- 十一、大营煎 / 47

#### 第 4 章 气血双补方剂

俗话说：一荣俱荣，一损俱损。人体气血的关系也是如此。中医讲：气为血之帅，血为气之母。气血是一种相互转化、相互促进的关系。短时间的气血一方亏损，还不至影响到对方；如果时间长了必然造成双方面的亏损。

- 一、八珍汤 / 50
- 二、十全大补汤 / 51
- 三、人参养荣汤 / 52
- 四、泰山磐石散 / 54
- 五、固本止崩汤 / 55
- 六、薯蓣丸 / 56
- 七、胎元饮 / 58
- 八、大补元煎 / 59





## 补益方剂

### 传统方剂的家庭应用

九、乌鸡白凤丸 / 61

## 第5章 壮阳方剂

阴阳者，万物之根本。中医根据阴阳理论，阐述人体的结构、功能及病理表现。所谓阳虚是指人体“正气”中阳气的不足，导致人体抵抗力减弱，机体生理功能下降，出现畏寒、怕冷等症状。

一、肾气丸 / 64

二、济生肾气丸 / 65

三、十补丸 / 67

四、右归丸 / 68

五、右归饮 / 70

六、五子衍宗丸 / 71

七、苁蓉菟丝子丸 / 72

八、青娥丸 / 74

九、斑龙丸 / 75

十、桂枝龙骨牡蛎汤 / 76

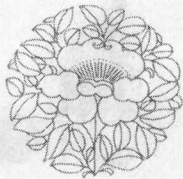
十一、龟龄集丹 / 77

十二、益寿地仙丹 / 79

## 第6章 滋阴方剂

中医认为，对人体而言“阴虚则热”。这是因为阴虚不能制约阳，则阳相对偏盛，导致出现热象。人体长期阴分不足，日久损及阳分，并最终出现阴阳俱虚的局面。





目 录

- 一、六味地黄丸 / 83
- 二、知柏地黄丸 / 84
- 三、麦味地黄丸 / 85
- 四、杞菊地黄丸 / 87
- 五、都气丸 / 88
- 六、左归丸 / 89
- 七、左归饮 / 91
- 八、大补阴丸 / 92
- 九、虎潜丸 / 93
- 十、二冬汤 / 94
- 十一、桑麻丸 / 95
- 十二、一贯煎 / 96
- 十三、石斛夜光丸 / 97
- 十四、补肺阿胶汤 / 100
- 十五、月华丸 / 101
- 十六、龟鹿二仙胶 / 103
- 十七、七宝美髯丹 / 104

- 101 \ 武甜养人真,三
- 110 \ 武料四,四
- 111 \ 武料五,五
- 111 \ 武料六,六
- 112 \ 武料七,七
- 112 \ 武料八,八
- 112 \ 武料九,九
- 112 \ 武料十,十
- 112 \ 武料十一,十一
- 112 \ 武料十二,十二
- 112 \ 武料十三,十三
- 112 \ 武料十四,十四
- 112 \ 武料十五,十五
- 112 \ 武料十六,十六

第 7 章 固涩方剂

第 7 章 固涩方剂

固涩剂的作用在于治疗气血精津的“丢失”。而所谓气血精津的“丢失”，从根本上讲，是因为“正气”不足所造成的。故此类方剂中多采用固涩药和补虚药联合应用，以达到标本兼治的目的。

- 一、玉屏风散 / 107
- 二、牡蛎散 / 108

- 112 \ 武料十七,十七
- 112 \ 武料十八,十八
- 112 \ 武料十九,十九
- 112 \ 武料二十,二十
- 112 \ 武料二十一,二十一
- 112 \ 武料二十二,二十二
- 112 \ 武料二十三,二十三
- 112 \ 武料二十四,二十四
- 112 \ 武料二十五,二十五
- 112 \ 武料二十六,二十六
- 112 \ 武料二十七,二十七
- 112 \ 武料二十八,二十八
- 112 \ 武料二十九,二十九
- 112 \ 武料三十,三十
- 112 \ 武料三十一,三十一
- 112 \ 武料三十二,三十二
- 112 \ 武料三十三,三十三
- 112 \ 武料三十四,三十四
- 112 \ 武料三十五,三十五
- 112 \ 武料三十六,三十六
- 112 \ 武料三十七,三十七
- 112 \ 武料三十八,三十八
- 112 \ 武料三十九,三十九
- 112 \ 武料四十,四十
- 112 \ 武料四十一,四十一
- 112 \ 武料四十二,四十二
- 112 \ 武料四十三,四十三
- 112 \ 武料四十四,四十四
- 112 \ 武料四十五,四十五
- 112 \ 武料四十六,四十六
- 112 \ 武料四十七,四十七
- 112 \ 武料四十八,四十八
- 112 \ 武料四十九,四十九
- 112 \ 武料五十,五十
- 112 \ 武料五十一,五十一
- 112 \ 武料五十二,五十二
- 112 \ 武料五十三,五十三
- 112 \ 武料五十四,五十四
- 112 \ 武料五十五,五十五
- 112 \ 武料五十六,五十六
- 112 \ 武料五十七,五十七
- 112 \ 武料五十八,五十八
- 112 \ 武料五十九,五十九
- 112 \ 武料六十,六十





## 补益方剂

### 传统方剂的家庭应用

- 三、真人养脏丸 / 109
- 四、四神丸 / 110
- 五、桃花汤 / 111
- 六、赤石脂禹余粮汤 / 112
- 七、金锁固精丸 / 113
- 八、水陆二仙丹 / 114
- 九、桑螵蛸散 / 115
- 十、缩泉丸 / 117
- 十一、固经丸 / 117
- 十二、固冲汤 / 119
- 十三、震灵丹 / 121
- 十四、完带汤 / 122
- 十五、易黄汤 / 124
- 十六、清带汤 / 125

- 88 \ 芪黄煎和六, 一
- 18 \ 芪黄煎和六, 二
- 28 \ 芪黄煎和六, 三
- 78 \ 芪黄煎和六, 四
- 88 \ 芪黄煎和六, 五
- 98 \ 芪黄煎和六, 六
- 10 \ 芪黄煎和六, 七
- 20 \ 芪黄煎和六, 八
- 30 \ 芪黄煎和六, 九
- 40 \ 芪黄煎和六, 十
- 50 \ 芪黄煎和六, 十一
- 60 \ 芪黄煎和六, 十二
- 70 \ 芪黄煎和六, 十三
- 80 \ 芪黄煎和六, 十四
- 90 \ 芪黄煎和六, 十五
- 100 \ 芪黄煎和六, 十六
- 110 \ 芪黄煎和六, 十七
- 120 \ 芪黄煎和六, 十八

## 第8章 安神方剂

安神剂,顾名思义是一类具有安神作用,可以治疗神志不安的方剂。现代社会因各种压力的增大,患有神志不安(大多数为心理疾病)的人为数不少。此类方剂应用范围甚广,无论实证、虚证皆可对症选用。

一、朱砂安神丸 / 128

二、珍珠母丸 / 129

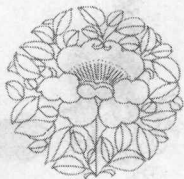
三、磁朱丸 / 131

四、酸枣仁汤 / 132

五、定志丸 / 133

101 \ 定志丸, 一

101 \ 定志丸, 二



- 六、天王补心丹 / 134
- 七、柏子养心丸 / 136
- 八、枕中丹 / 138
- 九、甘麦大枣汤 / 139
- 十、安神定志丸 / 140
- 十一、黄连阿胶汤 / 141
- 十二、妙香散 / 142
- 十三、交泰丸 / 143
- 十四、茯神汤 / 144
- 十五、安神补心汤 / 145

031 \ 决煎甲壹, 决  
 831 \ 决煎甲壹, 十  
 831 \ 决煎甲壹, 一十

### 第9章 益胃方剂

中医讲“脾胃为后天之本”，保养胃气是补益的出发点。在前面补气方剂一章中，已经介绍了健脾益气的方剂。本章重点选取具有消食导滞、消痞化积作用的方剂11首，不但可以消食养胃，亦有活血行气、化痰软坚的功效。

- 一、保和丸 / 149
- 二、大安丸 / 150
- 三、枳实导滞丸 / 152
- 四、木香槟榔丸 / 153
- 五、枳术丸 / 154
- 六、健脾丸 / 155
- 七、资生丸 / 157
- 八、枳实消痞丸 / 159







## 补益方剂

### 传统方剂的家庭应用

九、鳖甲煎丸 / 160

十、葛花解醒汤 / 162

十一、酒积丸 / 163

131 \ 归心林王天,六

132 \ 归心林王天,七

133 \ 归中林,八

134 \ 归心林王天,九

135 \ 归心林王天,十

136 \ 归心林王天,十一

137 \ 归心林王天,十二

138 \ 归心林王天,十三

139 \ 归心林王天,十四

140 \ 归心林王天,十五

### 补益方剂 第九卷

此方出自《本草纲目》卷之九，为补益方剂之代表。其功效能补虚损、益精气、强筋骨、健脾胃、助消化、增食欲、除疲乏、延年益寿。凡体弱多病、气虚血亏、精神不振、食欲不振、消化不良、大便溏薄、腰酸背痛、四肢无力、失眠健忘、心悸怔忡、自汗盗汗、遗精早泄、月事不调、赤白带下、胎前产后诸症，服之皆效。此方为家庭常备之良方，男女老幼皆可服用。

141 \ 归心林王天,一

142 \ 归心林王天,二

143 \ 归心林王天,三

144 \ 归心林王天,四

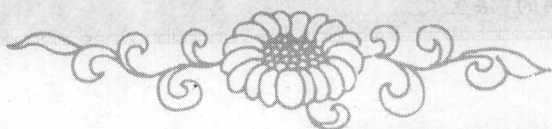
145 \ 归心林王天,五

146 \ 归心林王天,六

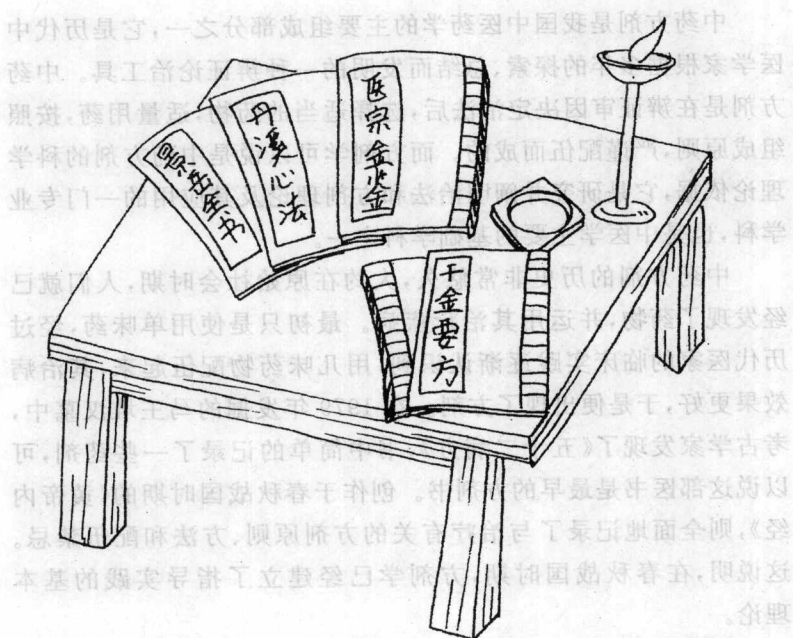
147 \ 归心林王天,七

148 \ 归心林王天,八

# 第1章 基本知识



学既式已既式蔭中，一



来致由斯大油既式仗口入，甄笑闭代气主麻走批由会并春圆。  
息谷金干》降，《式卒肄司祖》从，夜不出原汗才既式冬渐，面全独  
，《泉总齐圣》怡谷善升宋庵再，《式嘉圣平太》，《要录合代》，《式蔭  
黄益燕燕，合登麻薄盼计批梓赞既式仗服次一又次一什式升田



## 补益方剂

### 传统方剂的家庭应用

方剂是在辨证论治的基础上,依照组成原则,配伍变化,合理选药而形成的。数千年来,历代中医师们创制了数不清的实用方剂。其中许多效验显著的“名方”,至今依然是中医临床治病的“法宝”。

## 一、中药方剂与方剂学

中药方剂是我国中医学的主要组成部分之一,它是历代中医学根据多年的探索、总结而发明的一种辨证论治工具。中药方剂是在辨证审因决定治法后,选择适当的药物,适量用药,按照组成原则,严谨配伍而成的。而方剂学可以说是中药方剂的科学理论依据,它是研究并阐明治法和方剂理论及其应用的一门专业学科,也是中医学主要的基础学科之一。

中药方剂的历史非常悠久,大约在原始社会时期,人们就已经发现了药物,并运用其治疗疾病。最初只是使用单味药,经过历代医家的临床实践逐渐认识到,用几味药物配伍起来,其治病效果更好,于是便出现了方剂。在1979年发掘的马王堆汉墓中,考古学家发现了《五十二病方》,书中简单的记录了一些药剂,可以说这部医书是最早的方剂书。创作于春秋战国时期的《黄帝内经》,则全面地记录了与治疗有关的方剂原则、方法和配伍禁忌。这说明,在春秋战国时期,方剂学已经建立了指导实践的基本理论。

随着社会的进步和生产力的发展,人们对方剂的认识也越来越全面,诸多方剂专书层出不穷,从《肘后救卒方》,到《千金备急药方》、《外台秘要》、《太平圣惠方》,再到宋代著名的《圣济总录》,历代方书一次又一次地对方剂资料进行创新和整合。这些珍贵