

经方
实战
书系



温化发微

赵亮
『著』

创新性提出「药证是方证的尖端」的学术观点，
系统阐释温化寒湿的必要性和重要性，
并通过经方临证实录进行验证。



微信扫描二维码
加入悦读·中医圈
名医答疑、有声书、直播互动

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

· 经方实战书系 ·

经方温化发微



赵亮/著

余著此书概以《伤寒杂病论》之经方为主，书中案例皆取
效于纯中药，欢迎大家验之临床。

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

经方温化发微 / 赵亮著. —北京: 中国中医药出版社, 2019.5

ISBN 978-7-5132-5513-4

I. ①经… II. ①赵… III. ①方剂学 IV. ①R289

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 051405 号

中国中医药出版社出版

北京经济技术开发区科创十三街 31 号院二区 8 号楼

邮政编码 100176

传真 010-64405721

保定市中画美凯印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 12 字数 189 千字

2019 年 5 月第 1 版 2019 年 5 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-5513-4

定价 49.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

内
容
简
介

《经方温化发微》创新性提出“药证是方证的尖端”的学术观点，系统阐释温化寒湿的必要性和重要性，并通过经方临证实录进行验证。本书分为上中下三篇，上篇论述经方温化理论，包括温化溯源、温化立法、寒温之辨、温化治法；中篇为经方温化临床，分上焦、中焦、下焦进行论述，涉及32种病证，并附有精彩医案；下篇为医话，主要为作者临床经验的总结，其中不乏一些独到见解。本书内容翔实，语言清晰明了，对经方临床具有较高的研究和参考价值。

我和赵亮先生虽未谋面，却常常在微信朋友圈里读到他辗转全国各地讲解临床经方用药体会的信息。《经方温化发微》融经方治疗和养生科普于一体，诚为难得之中医防治佳作！

——中国中医科学院博士后导师 申春悌教授

《经方温化发微》一书展现了中医学的精髓，把仲景方剂与疾病诊疗紧密结合，从临床的辨证、药物的组方、剂量的运用、疑难病的剖析等方面，发先贤之古训，予后学以启迪，尤值得中医同道分享。

——国家级名中医 郭淑云教授

《经方温化发微》以问题为纲，以病例为目，介绍经方诊病思路，是一本优秀的中医实践录。作为一路见证赵亮成长的老师，深感欣慰，真诚推荐！

——河南中医药大学 赵文霞教授

《经方温化发微》将经方辨治理法与中医养生理念相结合，有

伤寒六经之临证底蕴而灵活应用经方，有内经养生之实践智慧而圆融保身长全，实乃知行合一、格物致知之好书，特推荐给愿做铁杆中医之同仁读之。

——国内实力派经方临床家 毛进军教授

《经方温化发微》从医话到医案，从治疗到养生，逻辑严密，实事求是，是当今青年中医研学经典经方的范本。

——中国中医药报社 海霞编审

《经方温化发微》以病例为线索，以问题为导向，如同教学查房一样，将疾病的特点及诊疗思路娓娓道来，是一本符合临床实际需要的优秀的中医“工具书”！

——广东医科大学附属第二医院大外科主任 李碧君教授

《经方温化发微》用自己真实的临床案例剖析经方如何运用于临床，用确切的临床疗效让患者真实地感受到经方治疗的有效和惊喜。

——湛江中心人民医院重症监护室主任 莫俊德教授

余自研读中医以来，从经典著作到各家学说，从中医教材到名医经验，常感叹中医之博大，医海之浩渺，纵然穷极一生，恐不能知其一二。此种感受，相信各位中医同仁亦常有之。

余自幼素爱国学，故常研读《易经》《孙子兵法》《三国演义》等著作，甚为感慨古人智慧之高深。中医学原本就是国学经典的一部分，其理自当是相通的。

比如《易经》，国学经典之源头，看似简单，实则深奥；看似复杂，实则至简。它以太极统天下，以阴阳阐万物，于变化之中探寻不变之理，让你慧眼识珠，学会透过纷繁复杂的现象找出事物的本质规律。“太极”就是中医的“整体观念”，“阴阳变化”就是中医“辨证论治”的根基，中医要做的就是透过复杂的临床症状辨清疾病背后的病机（即证的本质）。

比如《孙子兵法》，乃历代兵家必读之经典，其内容博大精深，其逻辑缜密严谨，深刻揭示出兵法之思想精髓乃“知己知彼，百战不殆”，兵家之至高境界乃“不战而屈人之兵”。这和中医又是不谋而合，“知己知彼”就是要我们既弄清疾病机理和患者体质，又要熟识方证、药证，而“不战而屈人之兵”乃是中医真正的目的——“上工治未病”。

再比如《三国演义》，孔明论将帅之道，认为高明之统帅不仅要知己知彼，善用兵将，还要观天时，明地利，懂人生。孔明所谓的将帅之道又何尝不是我们的“医道”，中医理论的产生就是通过古人仰观天文，俯察地理，中晓人事，远取诸物，近取诸身，并加以研究总结出来的。我们常说中医讲究“三因制宜”，即因人制宜、因地制宜和因时制宜，这恰与孔明所论述之“兵道”不谋而合。

随着对国学经典研读的加深，我渐渐发现，世间大道“莫不至简，而非至繁”。然纵观中医之发展，却日渐烦琐不堪，经典不彰，学说泛滥，莫衷一是。尤其是不少医生唯古人是从，认为凡是古代医生的言论都是对的，纵然与临床不符亦不敢怀疑、不敢反对，更有甚者临证教学和撰写论文不假思索地大肆引用，殊不知古代医生亦有为流芳千古而不惜欺世盗名者，今之医者不可不察。

而谈起中医脉诊，恐当今多数医生穷其一生而不得其要领，究其原因，一则脉象繁多，难以掌握，二则师者不明，看似了然，实则心虚，以假乱真传于后人。那么，中医的脉象真有这么复杂吗？真有必要这么复杂吗？既然大道至简，缘何脉诊不可以简化？所以，我在后文设专章以论“脉学至简”。

余之门诊临证，所取之效皆中药经方之功，来诊之人络绎不绝，常是门庭若市，来诊之疾亦是内外妇儿皆有，常是病痛而来，满意而归。

临证日久，愈发感觉责任重大，余著此书，实乃初衷所在，使命使然。余在临床教学和全国论坛讲座中常常呼吁，中医唯有实事求是，才有真正发展。愿此书能够抛砖引玉，力邀到更多中医临床大家和实力派高手广播真经，振兴中医，造福黎民。

赵 亮

广东省首批名中医传承工作室负责人

2018年10月1日于湛江

1. 本书中所有医案处方所采用的煎煮法均为**药物同煎**，不分**先后下**，皆**武火煮开改文火超过1个小时**。关于“中药煎煮法的思考”，书中设有专篇详细讨论。

2. 书中所用制附子皆为“**黑顺片**”，关于附子的炮制本书设有专篇论述，书中医案制附子用量最高未超过**30g**，加上煎煮时间均已超过1个小时，故无毒性反应。

3. 关于“细辛不过钱”之说，源于宋代陈承所著的《本草别说》，其所指乃细辛研末用不能过钱。观仲景方用细辛，多用二至三两，但须注意是入**汤剂**。书中医案所用细辛为常用量**5g**，且入汤剂同煎超过1个小时，故无毒性反应。

- 寒湿为诸病之源
- 病多寒湿，法当温化
- 舌诊辨寒热，脉诊定虚实
- 方证是辨证的尖端，药证是方证的尖端
- 阳虚生寒，失运成湿，寒湿易凝，凝致痰瘀，痰瘀结瘤。



微信扫描二维码
加入悦读·中医圈
名医答疑、有声书、直播互动



上篇 经方温化理论

001

第一节 温化溯源	002
第二节 温化立论	003
第三节 寒湿之辨	006
第四节 温化治法	010

中篇 经方温化临床

013

第一节 上焦温化	014
一、干咳未必是阴虚，温肺化饮是关键	014
二、鼻炎宣通一时效，标本兼治可除根	018
三、眩晕并非皆木旺，温化寒饮功效良	020

001

四、莫见咽痛就清热，温化伏火取效捷	024
五、莫见失眠就安神，助眠亦可温化饮	028
六、产后头痛莫要怕，营卫不足用新加	032
七、脱发未必是血燥，温阳化饮养血好	034
八、心下停水易短气，严重患者可心悸	037
九、心下停饮背恶寒，口干养阴未必痊	040
十、高热未必是阳明，大汗大渴无大热	043
十一、苦寒虽可降血糖，阳虚宜温且莫忘	048
十二、颈椎按摩虽有效，手麻落枕经方好	053
十三、瘀血日久易健忘，瘀血暴来人发狂	055
十四、盗汗莫要阴中求，调和营卫方可救	058
十五、身痒不全是表证，温阳化饮亦有功	061
十六、口腔溃疡多由火，阳虚潜阳不可缺	064
第二节 中焦温化	067
一、诸呕胃反用半夏，水入即吐五苓散	067
二、腹泻虽多是炎症，清热未必建奇功	069
三、便血分清远和近，温阳也能建奇功	072
四、暖气不除用旋覆，橘皮专治暖后舒	075
五、虚寒腹痛用建中，大小黄芪要分清	078
第三节 下焦温化	081
一、咳而遗尿膀胱咳，若兼气虚化春泽	081
二、尿频并非皆湿热，气化失司要明确	084
三、腰痛肾虚常为本，寒湿瘀血是为标	088
四、抽筋莫要忙补钙，芍药甘草附子快	091
五、水肿要在肺脾肾，麻黄茯苓防己神	094
六、长期低热莫过清，温阳常可建奇功	101
七、阳痿并非纯肾虚，桂枝龙牡乌梅奇	106
八、带状疱疹神经痛，附子瓜蒌建奇功	109

九、血压升高机理明，活血利水行气宁	113
十、痛风虽是尿酸高，桂枝芍药知母效	118
十一、精少不育补肾气，痛经可用归四逆	121

下篇 静心斋医话

第一节 诠释伤寒六经辨证	128
第二节 伤寒定法与读书笔记	132
第三节 关于经方中药物剂量的换算	135
第四节 流行性感冒的六经辨治规律	137
第五节 登革热的六经辨治规律	139
第六节 临证如何辨析寒热错杂	140
第七节 浅谈附子的用法和用量	142
第八节 关于中药的煎服法	144
第九节 浅谈“用药如用兵”	151
第十节 关于“君臣佐使”的再认识	153
第十一节 今人为何生病多	154
第十二节 阳气的重要性	157
第十三节 如何固护人体的阳气	158
第十四节 今人为何“虚不受补”	159
第十五节 关于乙肝的思考	159
第十六节 关于肿瘤的思考	162
第十七节 学中医的四重境界	165
第十八节 中医五字真言	165
第十九节 试论西医与中医的区别	167
第二十节 谈中医分科之弊端	169

第二十一节	尽信书不如无书	170
第二十二节	可怕的中医自圆其说	171
第二十三节	需要重新解读的“膏方”	172
第二十四节	健康问答	173

上篇

经方温化理论



病多寒湿

法当温化

第一节 温化溯源

1. 何谓“温化” “温”即温补，包括温阳和祛寒，即用温热药治疗虚寒证的方法，主要针对寒邪或阳虚。阳气对于人体非常重要，正如《素问·生气通天论》所说：“阳气者，若天与日，失其所，则折寿而不彰。”寒邪作为病邪，最容易伤人体阳气。所以，阳虚或寒邪伤阳者均应施以温补之法，使寒邪祛而阳气复，此即“虚者补之”“寒者热之”之理。

“化”即变化。《荀子·正名》曰：“物有同状而异所者，有异状而同所者，可别也。状同而为异所者，虽可合，谓之二实。状变而实无别而为异者，谓之化。有化而无别，谓之一实。”由此可见，“化”乃是变化之意，即从一种状态向另一种状态改变。

2. 温化之起源 “温化”思想最早起源于《黄帝内经》，如《素问·生气通天论》曰：“阳气者，若天与日，失其所，则折寿而不彰，故天运当以日光明。”《素问·阴阳应象大论》曰：“阳化气，阴成形。”张介宾注：“阳动而散，故化气，阴静而凝，故成形。”《素问·至真要大论》曰：“湿淫于内，治以苦热，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之。”

张仲景的《伤寒杂病论》将“温化”思想充分运用于临床。比如，小青龙汤、射干麻黄汤温肺化饮以治咳喘，理中汤、甘姜苓术汤温中燥湿以治泄泻和寒湿腰痛，真武汤温阳化饮以治水肿等。

张景岳在诊治疾病中重视阴阳，认为元阴、元阳是人体生命的根本，养生论治应立足于阳气，重视温补元阳。他擅用熟地黄，认为熟地黄味甘、微苦，味厚气薄，沉也，阴中有阳，常以熟地黄配伍半夏，治疗肺肾虚寒，水泛为痰。

第二节 温化立论

1. 寒湿之因

(1) 地域气候和文化特征:《素问·异法方宜论》云:“黄帝问曰:医之治病也,一病而治各不同,皆愈何也?岐伯对曰:地势使然也。”清代广东名医何梦瑶通过仔细观察、研究岭南气候条件下人体病变的规律,在《医碥·中湿》中说:“岭南地卑土薄,土薄则阳气易泄,人居其地,腠疏汗出,气多上壅。地卑则潮湿特盛,晨夕昏雾,春夏淫雨,人多中湿,肢体重倦,病多上脘郁闷,胸中虚烦,腰膝疼痛,腿足寒厥。”并认为湿邪“上中下外,无处不到”,他指出岭南人“冒雨卧湿,岚瘴薰蒸,外感湿气”“饮食之湿,脾土所生之湿本乎人,皆自内出”。由此可见,岭南地区“人多中湿”。

余临证于岭南沿海之地,查病确以寒湿居多,究其原因有四。

其一,东南沿海属海洋气候,雨季频繁,台风颇多,且地下水位较高,红土固含大量水分,导致空气相对潮湿,故其民患病多湿。

其二,岭南全年日照较长,平均气温偏高,终年以炎热气候为主,少有严寒。根据阳气四季规律,春生夏长、秋收冬藏,岭南地区一年四季阳气耗散太过而收藏不及,故其民多阳虚寒湿。

其三,岭南居民尤其是沿海地区居民,进食海鲜较多,海鲜多性寒,久食易伤阳蕴湿。

其四,岭南地区凉茶文化盛行,其民误以为气候湿热则人体内亦多湿热,于是常饮清热泻火祛湿之凉茶或以薏苡仁、土茯苓煲汤,殊不知外热则内寒乃阴阳之规律,正如盛夏炎热而地水偏凉,冬季寒冷而地水偏温是也,薏苡仁、土茯苓虽可祛湿,然亦可清热,阳气受伤则寒湿内生。

(2) 现代人生活方式特征:除开岭南之外,余至全国各地会诊发现,其他地区人们体质亦多寒湿。详究其因有六。

其一,长期熬夜。今之人多长期熬夜,上至七八十老者,下至三五岁孩童,或因手机娱乐,或因工作繁忙,均少有休息,故人体阳气耗散太过而又得不到涵养补充,以致阳虚而寒湿内生。