

华浩明
编著

冬令滋补进膏方

山西科学技术出版社



(晋)新登字 5 号

责 编 赵志春

总 编 郭博信

社 长 王 慷

“冬令滋补进膏方”

· 华浩明 编著

山西科学技术出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 太原兴晋科技印刷厂印刷

*

开本: 787×1092 1/32 印张: 5.75 字数: 114 千字

1995 年 1 月第 1 版 1995 年 1 月太原第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

*

ISBN 7-5377-1052-x

R·412 定价: 4.5 元

前 言

谚语说：“冬令滋补，开春打虎”，反应了我国劳动人民在长期生活实践中积累的宝贵经验，是人民群众养生智慧的集中体现。中医学的伟大典籍《黄帝内经》记载，一年中春、夏、秋、冬，与人体生理活动的年节律相配是生、长、收、藏，故冬季主人体之封藏。冬令进补，人体易于吸收与藏蓄，精、气、神三宝，可因冬季的滋补而“事半功倍”地得到养益。这说明劳动人民的生活经验与中医学的理论学说是完全一致的，也是冬令进补主要的理论依据。

然而，如何冬令滋补？跟着电视、电台、报纸的广告走，服用这种口服液、那种营养精？一些企业用几十万、几百万甚至几千万元金钱，进行“广告轰炸”而造成的现实，即所谓“进补跟着广告走”。我无意于贬低这些。是好是孬，服用者自会作出评价，如人饮水，冷暖自知。我在此要告诉广大读者的是，冬令服用膏方进补是一种古老而神奇的养生方法，对大多数中青年朋友来说，也许不太了解，但对于有中医常识的老年人来说，并不生疏。现代医学科学与制药技术虽然取得了巨大的发展与成就，但要打开中医药学这一古老而神秘的“黑匣子”，尚力不从心。传媒中所谓某某人经过研究，既是取得了什么重大突破，又是提取出中药的什么成分云云，可谓是真正的“广告”词。我虽见闻不广，但因研究中医学术之需，长期来国内权威的数种中医药学术期刊是每期必看的，但从未读过有关这个

口服液与那个营养精的科学研究论文。

有感于此,为了指导大众更好地冬令进补,同时也鉴于目前尚无膏方的专门之作,我在长期中医药学术研究与临床实践的基础上,写了《冬令滋补话膏方》这本小册子。广采而精选,收载各种补益膏方 280 首,按补益气血、补益阴阳、气血阴阳并补与补消兼顾四类编写。每一膏方又分方名、处方、用法、说明及来源五个项目排列,其中说明项是每一方的重点,包括介绍该方的功效、治疗病证、使用注意等;书首冠以绪论,对于膏方的历史源流、适应范围、作用机理、使用要点与制剂方法等,作了阐述。书末殿以附录,一是秦伯末先生膏方选介,二是病症索引;既备读者探奇览胜,又可按病检方以利使用。总之,我作此书是希望一般中医药爱好者读了能开卷有益,医药专业人员得之可资工作参考。至于这个目标能否过到?只有留给广大读者评判了。

本书收载的膏方,有取自古人者,亦有采系今人的,也可以说,本书是在他人成果的基础写就的。所以,对于我从现代的著作与论文中吸取养料和启发的作者们,在此深表谢意!

华浩明

1994 年 12 月于南京中医学院

《实用偏方》系列丛书目录

书 名		定价
中国民族民间秘方大全(精)	大 32	30.00
中国民族药食大全(精)	大 32	45.00
中国民族药食大全(平)		35.00
中国传统医疗绝技大全(精)	大 32	42.00
中国传统医疗绝技大全(平)	大 32	35.00
中国历代名医验方析要(精)	大 32	30.00
中华医学望诊大全(精)	大 32	35.00
中国兽医秘方大全(精)	大 32	27.00
中华效方汇海(精)	大 32	42.00
中华效方汇海(平)	大 32	35.00
中医名方异用指南		7.50
中医方剂病证图解		6.00
经效验方四百八		3.90
偏方奇效闻见录		2.35
风湿药酒方		2.10
偏方妙用		2.50
偏方治大病		1.50
家用偏方二百三		0.75
400 种病症民间验方		2.30
古今止痛验方大全		13.00
男女百病验方		9.30
古今名医奇病治法三百种		3.60
中药组合图解		2.50
方剂学指南		5.40

目 录

绪论

- (一)膏方的历史源流..... (1)
- (二)膏方的适应范围与作用机理..... (9)
- (三)使用膏方的要点与注意事项 (12)
- (四)膏方的制备方法 (15)

一、补益气血膏方

- 参术膏 (17)
- 白术膏 (18)
- 山萸膏 (18)
- 代参膏 (19)
- 代参膏 (19)
- 黄精膏 (20)
- 补中益气膏 (20)
- 参芪膏 (21)
- 绵上黄芪膏 (21)
- 参维补膏 (21)
- 东北双参补膏 (22)
- 蛤蚧党参膏 (22)
- 升气实脏膏 (23)

参苓白术膏	(23)
资生健脾膏	(24)
理脾养胃除湿膏	(24)
健儿膏	(25)
益儿康	(25)
维他肥儿膏	(26)
稚儿灵	(26)
续髓全阳膏	(27)
补髓膏	(27)
补精膏	(28)
黄芪健胃膏	(28)
凤髓膏	(29)
玉华膏	(29)
养阴益胃膏	(30)
当归膏	(30)
安胎膏	(31)
四物坎离膏	(31)
当归黄精膏	(31)
枸杞膏	(32)
桑椹子膏	(32)
活血润燥膏	(33)
酸枣仁流膏	(33)
阿胶远志膏	(33)
玄极膏	(34)
首乌二仁膏	(34)
人参固本膏	(35)

两仪膏	(35)
清宫补膏	(36)
五益膏	(36)
山东阿胶膏	(37)
阿胶三补膏	(37)
人参阿胶益寿膏	(37)
人参膏	(38)
十珍膏	(38)
当归膏	(39)
人参膏	(40)
大补心膏	(40)
水火既济膏	(41)
状元膏	(41)
养血归脾膏	(41)
先天归一膏	(42)
卫生膏	(43)
加味枇杷膏	(43)
复脉膏	(44)
十全大补膏	(45)
当归补血膏	(45)
人参滋补膏	(46)
人参大补膏	(46)
抗衰灵膏	(47)
康福补	(47)
福尔康补膏	(48)
健身长春膏	(48)

洞天长春膏	(49)
八珍益母膏	(49)
产后康膏	(50)
养血当归膏	(50)
调元百补膏	(51)

二、补益阴阳膏方

琼玉膏	(52)
琼玉膏	(53)
加味琼玉膏	(54)
百花膏	(54)
琼脂膏	(55)
六味地黄膏	(55)
龟鳖地黄膏	(56)
健步虎潜膏	(56)
二冬膏	(57)
知柏天地膏	(57)
坎离膏	(58)
地黄膏	(58)
青蒿膏	(59)
藕蜜膏	(59)
羊蜜膏	(60)
清化膏	(60)
加竹沥梨膏	(60)
养肺膏	(61)
秋梨膏	(61)

玄霜紫雪膏	(62)
天池膏	(62)
补肾止渴膏	(63)
滋水清金泽土膏	(63)
治下消膏方	(64)
栝蒌膏	(65)
金樱膏	(65)
芡实膏	(66)
金樱子膏	(66)
金樱芡实膏	(67)
覆盆子膏	(67)
滋阴利水膏	(67)
汤氏肾痹膏	(68)
人乳膏	(69)
集灵膏	(69)
秘传噎膈膏	(70)
二地膏	(70)
一贯煎膏	(71)
地黄膏	(71)
还童膏	(71)
延寿膏	(72)
乌发补膏	(72)
二至膏	(73)
地黄膏	(73)
滋水抑木膏	(74)
肝肾膏	(74)

玉竹膏	(75)
金钗石斛膏	(75)
三一肾气膏	(75)
天王补心膏	(76)
百补膏	(77)
首乌延寿膏	(77)
长生益寿膏	(78)
育阴补天膏	(78)
地黄膏	(79)
虫草参芪膏	(79)
雪哈参蜜	(80)
十补膏	(80)
八味膏	(80)
天雄膏	(81)
延生护宝膏	(82)
五子衍宗膏	(82)
长春膏	(83)
延寿膏	(83)
地黄膏	(84)
五味膏	(84)
补精膏	(85)
鹿角胶膏	(85)
寿胎膏	(86)
二仙四物膏	(86)
鹿茸膏	(86)
海龙膏	(87)

二仙膏	(87)
-----------	------

三、气血阴阳并补膏方

补真膏	(88)
苍术膏	(89)
填补下元膏	(90)
三参膏	(90)
葆春膏	(91)
参鹿补膏	(91)
龟鹿参杞膏	(92)
鹿胎膏	(92)
鹿胎膏	(93)
龟鹿人参膏	(93)
参茸八仙长寿膏	(94)
添精补肾膏	(94)
参鳖补膏	(95)
双龙补膏	(95)
凤阳大补膏	(96)
补肾健身膏	(96)
人参滋补膏	(97)
补气养血膏	(97)
十四味建中膏	(98)
二至膏	(98)
五福延寿膏	(99)
巨胜子膏	(100)
夺天膏	(100)

延龄育子膏.....	(101)
固本健阳膏.....	(101)
种子大补膏.....	(102)
济阳膏.....	(102)
补肾膏.....	(103)

四、补消兼顾膏方

地黄膏.....	(105)
蛤蚧膏.....	(105)
归芍天地膏.....	(106)
阿胶膏.....	(106)
宁嗽膏.....	(107)
久嗽神膏.....	(107)
清宁膏.....	(107)
杏仁膏.....	(108)
清金养血膏.....	(108)
元霜膏.....	(109)
久咳膏.....	(109)
润肺和肝膏.....	(110)
清金滋水潜阳膏.....	(110)
养阴敛肺膏.....	(111)
肺结核流浸膏.....	(111)
支扩膏.....	(112)
安金膏.....	(113)
百花枇杷膏.....	(113)
梨膏.....	(114)

润肺百花膏.....	(114)
养阴清肺膏.....	(114)
清金止嗽膏.....	(115)
润肺膏.....	(115)
贝母二冬膏.....	(116)
西瓜膏.....	(116)
清火贵金膏.....	(117)
桂元大补膏.....	(117)
通声膏.....	(118)
清宁膏.....	(118)
雪梨膏.....	(118)
青果膏.....	(119)
苍术膏.....	(119)
大健脾膏.....	(120)
通幽膏.....	(120)
神奇膏.....	(121)
九味资生膏.....	(121)
扶元和中膏.....	(122)
调气化饮膏.....	(122)
理脾调中化湿膏.....	(123)
加减健脾阳和膏.....	(123)
调中清热化湿膏.....	(124)
养阴调中化饮膏.....	(124)
理脾和肝化湿膏.....	(125)
调肝和胃膏.....	(125)
扶元益阴膏.....	(126)

升降膏·····	(126)
益肝膏·····	(127)
胃肠复元膏·····	(127)
通幽灵·····	(127)
理脾养胃除湿膏·····	(128)
清热理脾除湿膏·····	(128)
健儿消食蜜膏·····	(129)
白术膏·····	(129)
菊花延龄膏·····	(129)
明目延龄膏·····	(130)
清热养肝活络膏·····	(130)
清热养肝和络膏·····	(131)
降压膏·····	(131)
秘方补心膏·····	(132)
养血胜风膏·····	(132)
上池膏·····	(133)
复寿延春膏·····	(133)
补阳还五膏·····	(134)
琥珀茯苓膏·····	(134)
鸡蜂白花蛇膏·····	(135)
稀荳蔻膏·····	(135)
牛膝膏·····	(136)
老鹳草膏·····	(136)
桑枝膏·····	(136)
鸡血藤膏·····	(137)
鸡血藤膏·····	(137)

壮筋续骨膏·····	(138)
清热凉血膏·····	(138)
夏枯草膏·····	(138)
四妙勇安膏·····	(139)
顾步膏·····	(139)
龟苓膏·····	(140)
补冲固带膏·····	(140)
十珍益母膏·····	(141)
鹿胎膏·····	(142)
坤灵膏·····	(143)
子鹿膏·····	(143)
女经膏·····	(144)
妇科白带膏·····	(144)
益母膏·····	(145)
保元膏·····	(145)
温经膏·····	(145)
大薯蓣膏·····	(146)
正元膏·····	(147)
十全济阴膏·····	(147)
宁坤至宝膏·····	(148)
二仙膏·····	(148)
生化膏·····	(149)
下乳膏·····	(149)
下乳涌泉膏·····	(150)
化岩膏·····	(150)
苡蓉膏·····	(150)

男化育膏·····	(151)
-----------	-------

附一：秦伯未先生膏方选介

治癌症膏方·····	(152)
治咳喘膏方·····	(153)
治水肿膏方·····	(154)
治阳痿早泄膏方·····	(154)
治中风偏枯膏方·····	(155)
治形瘦乏力膏方·····	(156)
治眩晕膏方·····	(157)
治胸痛心慌膏方·····	(158)
治失眠多梦膏方·····	(159)
治尿频自遗膏方·····	(160)
治月经淋漓膏方·····	(161)
治痛经带下膏方·····	(161)

附二：病症索引 ·····	(163)
----------------------	-------