

现代中医保健丛书

王坤根 总主编

柴中元 编 著

# 肾病



## 中医保健

前人说，**肾虚生百病。**

今人说，**健康从肾开始。**

肾病保健，**不可忽视。**

【人民卫生出版社】

现代中医保健丛书

总主编 王坤根

副总主编 陈勇毅 施仁潮 熊国治

# 肾病中医保健

编著 柴中元

人民卫生出版社

---

现代中医保健丛书  
肾病中医保健

---

编 著：柴中元

出版发行：人民卫生出版社（中继线 67616688）

地 址：（100078）北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

网 址：[http://www. pmph. com](http://www.pmph.com)

E - mail：[pmph @ pmph. com](mailto:pmph@pmph.com)

印 刷：三河市宏达印刷厂

经 销：新华书店

开 本：850×1168 1/32 印张：8.375

字 数：187千字

版 次：2000年1月第1版 2000年11月第1版第2次印刷

印 数：5 001—7 000

标准书号：ISBN 7-117-03651-6/R·3652

定 价：13.00元

著作权所有，请勿擅自用本书制作各类出版物，违者必究

（凡属质量问题请与本社发行部联系退换）

# 总

现 / 代 / 中 / 医 / 保 / 健 / 丛 / 书

# 序

世界卫生组织提出，2000年人人享受卫生保健，这也包括了中医保健。中医学颇有特色优势的防病治病经验很受群众欢迎。随着医疗卫生制度改革的深入发展，形势需要医疗面向社区，为基层群众开展卫生服务。这就需要中医工作者用通俗的语言、浅显的道理对精深的中医学作深入浅出的介绍，把传统中医学的防病治病知识传播到人民群众中去，增强他们的自我防治意识和能力，从而提高全民族的健康素质。

有鉴于此，我们在人民卫生出版社的指导下，组织全省有关单位对中医学学术与临床素有研究，并擅长、热心于科学知识普及的专业人员，编写了这套丛书。

本丛书含《小儿病中医保健》、《妇女病中医保健》、《男性病中医保健》、《老年常见病中医保健》、《胃肠病中医保健》、《肝胆病中医保健》、《肾病中医保健》、《高血压中医保健》、《失眠的中医保健》、《疲劳的中医保健》、《中风后遗症中医保健》、《癌症中医保健》、《头痛的中医保健》、《哮喘病中医保健》、《腰腿痛中医保健》15种，内容涉及儿科、妇科、内科、骨伤科等有关病症。

在编写中，我们本着面向广大群众，向人们介绍中医防病治病知识的精神，以病为纲，围绕发病、预防和调治，作通俗的讲述。体现家庭实用，重在对疾病的预防和自我调养。编写

中还注意吸收现代新知识、新成果，并侧重介绍广大群众易于掌握、家庭可以采用的单方验方、药膳食谱、气功按摩等调治方法。

本丛书从 1996 年底开始酝酿，到今日定稿，历时 3 年，人民卫生出版社对此十分重视，对写作方针的确定，内容的选取安排上，给予了具体的指导和帮助；浙江省中医管理局、浙江省中医药研究院在管理及人力上，给予了很大的支持；作者们在临床、科研、教学之余，挤时间，勤耕耘，投入了大量精力，盛增秀研究员、陆拯主任中医师对本丛书的编写给予了技术指导。在此一并致谢。

总主编 王坤根

1999 年 12 月 18 日



# 目

现 代 中 医 保 健 丛 书

# 录

什么是肾病.....	1
西医的肾不同于中医的肾.....	1
什么是西医的肾病.....	3
什么是急性肾小球肾炎.....	4
什么是慢性肾小球肾炎.....	7
什么是继发性肾小球肾炎 .....	10
红斑狼疮性肾炎 .....	11
过敏性紫癜性肾炎 .....	11
糖尿病肾病 .....	12
什么是肾盂肾炎 .....	12
什么是肾结石病 .....	14
什么是急性肾衰 .....	17
什么是慢性肾衰 .....	19
什么是多囊肾 .....	22
什么是隐匿性肾炎 .....	23
其他的（西医）肾病有哪些 .....	24
局灶性肾小球肾炎 .....	25
止痛药性肾脏病 .....	25
肾结核 .....	25
肾下垂 .....	26

肝肾综合征 .....	26
中医的肾病是怎样的 .....	27
什么是肾囊风 .....	29
什么是肾痈 .....	30
什么是肾泄 .....	30
什么是肾岩 .....	32
什么是肾劳 .....	33
什么是遗精 .....	33
什么是阳痿 .....	35
什么是腰痛 .....	36
什么是女劳疸 .....	38
什么是不育症 .....	40
其他的(中医)肾病(证)有哪些 .....	43
什么是肾痹 .....	43
什么是肾痿 .....	44
什么是肾咳 .....	44
什么是肾风 .....	45
什么是肾水 .....	45
什么是肾著 .....	46
什么是肾痞 .....	46
什么是肾消 .....	47
什么是肾积 .....	47
肾病是怎样发生的 .....	49
新婚蜜月中的苦恼和风波 .....	49
从汉武帝和隋炀帝的肾病谈起 .....	52
宋孝武帝问不育之原因 .....	54
小郎中抄用验方铸大错 .....	56

老中医诊余指迷话肾实 .....	59
人到中年防阳痿 .....	60
过分渲染色欲伤肾的不科学宣传应予纠正 .....	63
从神仙不绝欲的故事谈起 .....	65
不是肾病但从肾论治的故事 .....	68
感冒从肾论治的故事 .....	68
头痛从肾论治的故事 .....	70
呕吐从肾论治的故事 .....	72
痰喘从肾论治的故事 .....	74
黄疸从肾论治的故事 .....	76
是肾病但不从肾论治的故事 .....	77
西医的肾病不从肾论治的故事 .....	78
中医的肾病不从肾论治的故事 .....	81
急危病从肾论治的故事 .....	84
厥证从肾论治的故事 .....	84
血证从肾论治的故事 .....	85
急惊从肾论治的故事 .....	87
中风从肾论治的故事 .....	87
温病从肾论治的故事 .....	89
肾的生理解剖 .....	90
肾的病理特性 .....	93
肾病的调养与保健 .....	96
气管炎为何竟配肾气丸 .....	96
补肾的方法 .....	98
峻补法 .....	98
缓补法 .....	99
涩补法 .....	100



通补法	101
清补法	101
温补法	102
双补法	102
间补法	103
泻肾的方法	104
泻火法	104
破阴法	105
利水法	105
祛瘀法	106
清心法	106
补肾的成方	107
峻补方	107
缓补方	107
涩补方	108
通补方	108
清补方	108
温补方	109
双补方	109
肾病新成药	110
黄芪精口服液	110
百令胶囊	111
肾炎舒片	111
宁泌泰胶囊	112
肾炎四味片	112
排石冲剂	113
前列康片	113

八正合剂·····	114
肾复康胶囊·····	114
补肾康乐胶囊·····	115
杜仲胶囊·····	115
补肾的中药·····	116
地黄·····	116
枸杞·····	117
菟丝子·····	118
五味子·····	118
女贞子·····	119
山萸·····	119
补骨脂·····	120
鹿茸·····	121
肉苁蓉·····	122
淫羊藿·····	122
补肾的食品·····	123
胡桃肉·····	123
乌芝麻·····	124
淡菜·····	124
栗子·····	125
鱼鳔·····	126
海参·····	127
狗肉·····	127
鹌鹑·····	128
韭菜·····	128
补肾的药膳·····	129
药粥·····	129

药肴·····	134
药蛋·····	141
补肾的饮料·····	147
茶类·····	147
饮类·····	152
酒类·····	158
老寿星彭祖的补肾法·····	162
补肾大家族“地黄丸”的祖方肾气丸·····	164
肾病的外治法·····	165
水肿的外治法·····	166
“肾衰”的外治法·····	168
肾劳的外治法·····	169
阳痿的外治法·····	171
腰痛的外治法·····	171
肾结石的外治法·····	173
遗精的外治法·····	174
遗尿的外治法·····	175
肾病的饮食疗法·····	176
常见西医肾病的饮食疗法·····	177
急性肾炎的饮食疗法·····	177
慢性肾炎的饮食疗法·····	188
肾结石的饮食疗法·····	182
急性肾盂肾炎的饮食疗法·····	184
慢性“肾衰”的饮食疗法·····	185
常见中医肾病的饮食疗法·····	188
肾虚的饮食疗法·····	188
腰痛饮食疗法·····	191

遗尿的饮食疗法·····	193
阳痿的饮食疗法·····	197
其他肾病的饮食疗法·····	200
肾病的气功疗法·····	202
从朱元璋的儿子所传功法谈补肾气功之渊源·····	202
彭祖的意念攻病和冥思遐想·····	203
六字气诀和肾病用咽·····	205
附：肾病候养生方导引法·····	206
部分肾病的气功（导引）方·····	206
肾病的自我按摩·····	216
肾病自我按摩常用穴·····	216
部分肾病的按摩法·····	220
肾病的检验和尿常规检查值异常的参考用药·····	223
从一幅漫画谈肾病的必要检验·····	223
门诊中疑为肾病的必要检验·····	224
住院肾病患者的必要检验·····	229
尿常规检验值异常的参考用药·····	233
脓尿的参考用药·····	233
血尿的参考用药·····	238
蛋白尿的参考用药·····	244

# 什 么 是 肾 病

现 / 代 / 中 / 医 / 保 / 健 / 丛 / 书

## 西医的肾不同于中医的肾

上虞有个钱老板，虽说知识水平不高，但时来运转，做生意接连几年，都是一帆风顺，赚了不少的钱，真成了个名符其实的“钱”老板。

有一天，他宁波、杭州、上海，来来回回、奔波操劳，处理好一笔生意之后，感到腰痛背酸，接连几天，不见好转。他一想起前些天火车上碰到的一个肾癌病人，据说也是腰痛去医院检查，发现血尿，后来做了B超、CT，才知是患了肾癌。“我会不会也是肾癌”，这个念头在他脑海里一闪之后，心中有如十五个吊桶打水，七上八下。这天晚上，他连觉也没睡好。第二天一早就去了邻近的中医院看病检查。医生问了情况，在他腰上敲了敲，问他痛不痛，又叫他验了小便，检查正常，又问了些情况，就说没事，给他开了几帖中药，叫他吃完再来转一次方。他问医生：“我是什么病？会不会得肾炎或癌什么的？”医生说：“你是肾虚腰痛，不是肾炎。你如自己怀疑癌，做一下B超、CT马上就可消除你的顾虑，我看没这个必要。你先吃几帖药，不要太担心了。”回家后，钱老板一想不对，“我吃得不错，甲鱼、鳗鱼都吃厌了，怎会是肾虚？”又一想：“不怕一万，就怕万一，还是做个CT检查一下好。”所以，他

不忙煎药，马上又去了人民医院，做了CT等检查，结果全都正常。医生对他说：“你肾脏没病，吃点腰痛丸好了。”他配了瓶腰痛丸之后回来了。但对那个说他肾虚的老中医有点不满，“CT检查说我肾脏没病，这事明明白白。我营养也不错。说我肾虚，真乱扯。”他边这样想，边倒了杯开水，吞了腰痛丸，又忙碌他的生意去了。

可吃了几天腰痛丸之后，腰还是酸痛，这时他想起了中医院配来的几帖中药还没吃，“不妨试试看。”他这样一想之后，就日日煎中药，连着吃完了5帖。说也怪，吃中药之后，腰痛日渐减轻，5帖吃完，腰痛背酸，大为好转。因此，他又去中医院找那个老中医，说中药吃了效果的确不错，又问：“我做了CT，肾脏没毛病，平时吃得也不差，怎么会是肾虚呢？”老中医说：“中医的肾不同于西医的肾，西医的肾，是指解剖学上的肾。中医的肾，含义广。西医的肾，中医称为内肾，西医的睾丸，中医称为外肾，但解剖学意义上的内肾和外肾只是中医肾的一个组成部分，中医的肾还包括了肾上腺、脑垂体等内分泌方面的一些有关组织和功能。神经体液的某些失调和机能衰弱，常表现出中医所说的一些肾虚症状，有些肾虚症状的出现，与吃得好并无直接的联系。如有的年轻人，日里操劳，夜里寻欢，或房事过度、或强力举重、或曲运神机、或起居失节，这都可以导致腰背痠痛等某些肾虚症状的出现。按中医理论，腰为肾之府，你连日奔波操劳，做生意耗费神思，又刚新婚不久，所以我说你的腰背痠痛是肾虚，你吃了我开给的药腰痛好了，这不说明我说的是对的么？”听了老中医的这番话，钱老板觉得老中医的学问和经验真是不简单，也深感中医学理论的奥妙和实用。他这次又抓了老中医给他开的几帖药，回去吃了以后，腰痛也果然全好了。

## 什么是西医的肾病

“肾病”这个词，在西医来说，是指解剖学上的肾这个脏器的病变。肾脏疾病在急性的早期（如急性肾小球肾炎、急性肾盂肾炎、肾结石等），往往不显现中医辨证的“肾病”本质性（指“肾阴”、“肾阳”虚亏等）症状。例如急性肾炎的水肿初起，中医多称为风水，认为是外感风邪、肺气失宣所引起；或称为皮水，认为是土不制水，脾虚水泛所引起。又如急性肾盂肾炎，往往据其尿急尿频等症状，将其断为湿热下注，膀胱气化失司，常称其为淋病。而肾结石，也每据其尿出砂石、血尿等不同的症状，命其病名为石淋或血淋。由此可见，西医的肾病，中医在辨证时并不一定把它定位在肾。

从《难经》等古籍来看，古人也早就采用解剖方法来了解人身内的脏器了，王清任的《医林改错》则正是中医在这方面进行努力的一个范例。当然，古人的那种方法，从现代科学角度来看，是太粗糙浅薄了。而我们则从中知道，解剖学上的肾，虽不等同于中医藏象学说中的肾，但藏象学说中的肾，显然也包含了解剖学上的肾。此外还包含了肾上腺乃至睾丸、性器官等从西医解剖学角度来看，完全不属于肾的一些其他的组织器官。基于这个事实，西医的肾病只能隶属于中医的肾病中，可以看作是中医肾病的一个组成部分。中医对这个部分肾病的定位和论治，不落在肾脏本身面有时也能把它治好，这虽然是体现了中医辨证论治的特色，但也无可否认地显露出这样一个缺憾，即：从辨病定位来说，认识上有一定的缺憾。而这种认识上的缺憾，随着中医四诊的延伸，随着中医也借助B超、X光机、血、尿化验来作为辅助诊断，已经得到了弥补。因此，我们不能认为：一个肾绞痛病人，中医只能凭藉其症

状，作出腰痛或腹痛的诊断，不能凭藉B超检查，作出肾结石的诊断。认为后者的诊断只能永远属于西医而不是属于中医，这是抑制中医认识应有的发展，抑制中医四诊已有的延伸。从这个意义来说，本书所谈的一些肾病，虽文题标明说是“西医的”，但也不妨看作为是现代中医的。在现代中医的眼里，“肾病”这个词，包括了两个大类，一类是中医传统的肾病；一类是中医新识的肾病。本书则着重谈中医对这些新识肾病的防治等问题。

### 什么是急性肾小球肾炎

肾脏的解剖生理单位称为肾小单位，每个肾小单位有肾小球与肾小管两个部分。急性肾小球肾炎就是两侧肾脏弥漫性肾小球损害为主的疾病。这种疾病简称急性肾炎，一般认为与感染尤其是溶血性链球菌感染有关。但也不能除外肺炎双球菌、流行性感胃杆菌、葡萄球菌等其他细菌和水痘、麻疹、流行性腮腺炎等病毒感染引起的可能。

本病的诊断要点是：起病较急，尿检有蛋白、潜血、白细胞升高，或见有管型。起初眼胞浮肿或脸面浮肿，重者可全身水肿，水肿时尿量减少。常伴有中等度血压升高。多数病人在发病前有扁桃体炎等上呼吸道感染或有皮肤疮疡等链球菌感染史。儿童患病常伴发热，成人患病每有腰痠。由外感引起者仍可能遗留咳嗽、咽喉疼痛等症状。由疮毒引起者，仍可见有疮疡未愈等症状。

本病有水肿为主者与血尿为主者两种证型。以水肿为主者，中医以消肿为首务，消肿方法，不能泛用利尿，但也不能不用利尿。就常法来说，治要有三：

1. 如果病程短，头面眼胞浮肿为主，兼伴有咳嗽、咽痛、



发热、脉浮、扁桃体炎等上呼吸道症状，被认为是风遏水阻，习称风水。应该解表利水，可用麻黄连翘赤小豆汤合五皮饮加减。这种一方面用麻黄等解表利水，一方面用茯苓皮等渗湿利水的治法，对风水型水肿，常可使得尿量增多、表证解除而收较快地退肿之效。

2. 如果病程较长，没有上呼吸道感染症状，但有皮肤疮疡，水肿较重、波及四肢甚至全身，伴有纳食减少、腕腹胀闷、身体困重、舌胖脉沉等症状，被认为是土不制水，习称皮水。应该健脾利水，可用防己黄芪汤合防己茯苓汤加减。这种一方面用白术等健脾制水，一方面用防己等导水下行的治法，对皮水型水肿，也可促使脾气健运、水道通利而收肿消食增之功。

3. 如有发热，皮肤疮疡，扁桃体炎，小便赤黄，舌红苔黄等热象，则认为是湿热为患，也是阳水的一个证型。应该清热利水，可用五味消毒饮合五皮饮加减。这种一方面用银花等清热解毒，一方面用茯苓皮等渗湿利水的治法，对热毒型水肿，可通过清热解毒、淡渗利水而使热退肿消。

以血尿为主者，自然重在消除血尿，其法以凉血清利为首要，常用小蓟饮子加减。用本法治疗血尿，一方面当然要用小蓟、白茅根、侧柏叶等凉血止血，但不能纯用止血药，应同时配合益母草、马鞭草、牛膝等活血散瘀，这就是所谓的“止血而不留瘀”。如有湿热症状，则要配合滑石、白花蛇舌草、石韦等清热和湿药；如兼有蛋白尿，还应配合生芪、生山楂、土茯苓之类。类此加减方法，要因证活用，不是数言可以说清的。但以上已列举了本病中医治疗之大略。这都是从辨证论治角度来谈的。

前已说过，过去中医对本病的治疗，重在辨证，故定位常