

董汉良 编著

方剂记忆法



方剂记忆法

董汉良 编 著

江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

方剂记忆法/董汉良编著. —南京:江苏科学技术出版社,1995.2(1999重印)

ISBN 7-5345-1806-7

I.方… II.董… III.方剂-记忆术 IV.
R289.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 38352 号

方剂记忆法

编 著 董汉良
责任编辑 郑大坤

出版发行 江苏科学技术出版社
经 销 江苏省新华书店
印 刷 江苏扬中市印刷厂

开 本 787mm × 1092mm 1/32
印 张 5.375
字 数 120 000
版 次 1995年2月第1版
印 次 2001年2月第7次印刷
印 数 38 001 - 43 000 册

标准书号 ISBN 7—5345—1806—7/R·299
定 价 5.80 元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

前 言

岳美中说：“学习中医，我意当从方剂入手。”方剂是辨证论治的论治部分，是祖国医学中前人治疗经验的结晶，因为一个方剂的产生，不是凭空杜撰的，而是在长期、无数次临床实践中总结、筛选出来的，尤其对历经几千年而应用不衰的名方更是如此，因此要珍惜、要重视、要研究、要运用。但方剂之多、组方之繁，这是初涉中医者感到记忆困难的症结，尤其是刚入学的学生，或新拜师的学徒，常苦于缺乏较好的学习方法，感到手足无措。从这个实际出发，回首往迹，本人将如何记忆方剂的问题，作粗浅的归纳，编撰成本书，旨在介绍方剂的记忆方法，目的是为了临床应用。

《方剂记忆法》按五章分述。第一章就如何提高记忆力的问题，扼要地辑录了目前国内外关于如何减少遗忘、提高记忆效果的具体方法，使初学者能掌握一些记忆技巧。第二章根据记忆法的原理，阐述了方剂记忆法产生缘由，使读者明白方剂记忆法的科学性、实践性。第三章是本书重点，具体介绍了方剂记忆六法，其中第一至第三法中，又详细列述了编诀七法、组方四法及命名八法，都可供学习参考。第四章其实是以类归从法的具体内容，因内容多而实用，又具有独立性，故立“方剂归类五法”一章。第五章从实用的角度出发，将上述方剂记忆法与目前大中专医药院校《方剂学》的

内容和临床实际相结合，以介绍方剂的形式介绍了类方 41 类，数字归类方 10 类，趣记方剂 109 首。这些方剂是诸多方剂专著中遴选出来的，如能配合高等医药院校中医专业的《方剂学》讲义进行理解记忆，将起到事半功倍的作用。

本书在撰写过程中，受到医教界前辈朱良春教授、姜春华教授等热情指导，在此一并致谢。由于笔者教学、临床水准有限，不当之处，敬请读者教正。

董汉良

于浙江绍兴市中医院

目 录

第一章 提高记忆力的要素

- 一、减少遗忘、促进记忆的方法 (2)
- 二、提高记忆力的方法 (3)

第二章 方剂记忆法的由来

第三章 方剂记忆六法

- 一、自编背诀法 (10)
 - (一) 一条鞭 (12)
 - (二) 三字经 (13)
 - (三) 四言体 (14)
 - (四) 五言体 (15)
 - (五) 七言体 (16)
 - (六) 对联式 (16)
 - (七) 填词式 (17)
- 二、组方分析法 (17)
 - (一) 君臣佐使组方法 (19)
 - (二) 秦氏组方法 (20)
 - (三) 药对(组)组方法 (22)
 - (四) 变通组方法 (23)
- 三、方名记忆法 (24)
 - (一) 按主药命名法 (26)
 - (二) 按组方药物命名法 (26)

(三) 按主要功效命名法	(27)
(四) 按属性比类取象命名法	(27)
(五) 按色泽命名法	(28)
(六) 按气味命名法	(28)
(七) 按药物味数命名法	(28)
(八) 联合命名法	(29)
四、以类归从法	(29)
五、技巧记忆法	(31)
六、趣味记忆法	(33)

第四章 方剂归类五法

一、阴阳归类法	(38)
二、五行归类法	(40)
三、功效归类法	(41)
四、治法归类法	(43)
五、数字归类法	(44)

第五章 方剂记忆法运用

一、常用类方(41类)	(49)
(一) 汗剂(解表剂)	(49)
1. 麻黄汤类	(49)
2. 桂枝汤类	(50)
3. 香苏散类	(52)
4. 小青龙汤类	(52)
5. 葱豉汤类	(53)
6. 葛根汤类	(54)
7. 越婢汤类	(54)
8. 败毒散类	(55)
(二) 下剂(泻下剂、利水剂)	(56)
1. 承气汤类	(56)
2. 十枣汤类	(57)
3. 三物备急丸类	(58)

4. 五苓散类	(58)
5. 防己汤类	(59)
(三) 和剂 (和解剂)	(60)
1. 柴胡汤类	(60)
2. 四逆散类	(61)
3. 逍遥散类	(62)
4. 栀子豉汤类	(63)
5. 泻心汤类	(64)
6. 栝蒌薤白汤类	(65)
7. 温胆汤类	(65)
(四) 温剂 (温里剂)	(66)
1. 理中丸类	(66)
2. 四逆汤类	(67)
3. 当归四逆汤类	(68)
(五) 清剂 (清热剂)	(68)
1. 白虎汤类	(68)
2. 六一散类	(69)
3. 左金丸类	(70)
(六) 消剂 (消导剂)	(71)
1. 保和丸类	(71)
2. 枳术丸类	(71)
(七) 补剂 (补益剂)	(72)
1. 四君子汤类	(72)
2. 四物汤类	(73)
3. 八珍汤类	(74)
4. 六味地黄丸类	(75)
5. 补中益气汤类	(76)
(八) 燥剂 (燥湿剂)	(77)
1. 二陈汤类	(77)
2. 平胃散类	(79)
3. 二妙散类	(80)

(九) 润剂 (润燥剂)	(80)
1. 百合汤类	(80)
2. 黄连阿胶汤类	(81)
(十) 其他类	(82)
1. 瓜蒂散类	(82)
2. 透脓散类	(82)
3. 薏苡仁汤类	(83)
二、数字归类方 (10 类、120 方)	(83)
(一) 一字类方 (10 方)	(83)
(二) 二字类方 (15 方)	(85)
(三) 三字类方 (20 方)	(88)
(四) 四字类方 (15 方)	(91)
(五) 五字类方 (10 方)	(94)
(六) 六字类方 (10 方)	(96)
(七) 七字类方 (10 方)	(98)
(八) 八字类方 (11 方)	(100)
(九) 九字类方 (10 方)	(102)
(十) 十字类方 (11 方)	(104)
三、趣记方剂 (附: 巧记方剂)	(107)
(一) 汗解剂 (11 首)	(107)
1. 九味羌活汤	(107)
2. 小青龙汤	(108)
3. 柴葛解肌汤	(108)
4. 再造散	(108)
5. 葱白七味饮	(108)
6. 加减葳蕤汤	(109)
7. 香苏散	(109)
8. 牛蒡解肌汤	(109)
9. 川芎茶调散	(109)
10. 玉真散	(110)
11. 升麻葛根汤	(110)

(二) 泻利剂 (8 首)	(110)
1. 宣白承气汤	(110)
2. 大陷胸汤	(110)
3. 济川煎	(111)
4. 舟车丸	(111)
5. 五苓散	(111)
6. 鲤鱼汤	(111)
7. 导赤散	(112)
8. 八正散	(112)
(三) 和解剂 (6 首)	(112)
1. 四逆散	(112)
2. 蒿芩清胆汤	(112)
3. 痛泻要方	(113)
4. 凉膈散	(113)
5. 救绝神丹	(113)
6. 芍药汤	(114)
(四) 温阳剂 (7 首)	(114)
1. 理中丸	(114)
2. 实脾饮	(114)
3. 大建中汤	(115)
4. 真武汤	(115)
5. 温经汤	(115)
6. 阳和汤	(116)
7. 回阳救急汤	(116)
(五) 清解剂 (11 首)	(116)
1. 清瘟败毒饮	(116)
2. 清胃散	(117)
3. 玉女煎	(117)
4. 龙胆泻肝汤	(117)
5. 清络饮	(118)
6. 五味消毒饮	(118)
7. 仙方活命饮	(118)

8. 白头翁汤	(119)
9. 石膏汤	(119)
10. 竹叶石膏汤	(119)
11. 当归六黄汤	(119)
(六) 消导剂 (4 首)	(119)
1. 保和丸	(119)
2. 健脾丸	(120)
3. 枳实消痞丸	(120)
4. 鳖甲煎丸	(120)
(七) 补益剂 (19 首)	(121)
1. 四君子汤	(121)
2. 四物汤	(121)
3. 当归补血汤	(121)
4. 玉屏风散	(121)
5. 左归丸	(122)
6. 左归饮	(122)
7. 右归丸	(122)
8. 右归饮	(122)
9. 大补阴丸	(123)
10. 四神丸	(123)
11. 虎潜丸	(123)
12. 五子衍宗丸	(123)
13. 麦门冬汤	(124)
14. 益胃汤	(124)
15. 归脾汤	(124)
16. 天王补心丹	(125)
17. 生脉散	(125)
18. 内补黄芪汤	(125)
19. 水陆二仙丹	(125)
(八) 润燥剂 (4 首)	(125)
1. 琼玉膏	(126)
2. 百合固金汤	(126)

3. 养阴清肺汤	(126)
4. 贝母瓜蒌散	(126)
(九) 燥湿剂 (10 首)	(127)
1. 甘露消毒丹	(127)
2. 三仁汤	(127)
3. 藿朴夏苓汤	(127)
4. 鸡鸣散	(128)
5. 蚕矢汤	(128)
6. 小陷胸汤	(128)
7. 导痰汤	(128)
8. 苏子降气汤	(128)
9. 止嗽散	(129)
10. 半夏白术天麻汤	(129)
(十) 理气剂 (5 首)	(129)
1. 天台乌药散	(129)
2. 木香槟榔丸	(130)
3. 四磨汤	(130)
4. 半夏厚朴汤	(130)
5. 丁香柿蒂汤	(130)
(十一) 治血剂 (14 首)	(131)
1. 抵挡汤	(131)
2. 下瘀血汤	(131)
3. 血府逐瘀汤	(131)
4. 少腹逐瘀汤	(131)
5. 补阳还五汤	(132)
6. 复元活血汤	(132)
7. 小活络丹	(133)
8. 大黄蛰虫丸	(133)
9. 丹参饮	(133)
10. 小蓟饮子	(133)
11. 黄土汤	(134)
12. 固本止崩汤	(134)

13. 生化汤	(134)
14. 失笑散	(134)
(十二) 其他类 (10 首)	(135)
1. 大秦芩汤	(135)
2. 独活寄生汤	(135)
3. 天麻钩藤饮	(135)
4. 解语丹	(136)
5. 大定风珠	(136)
6. 朱砂安神丸	(136)
7. 布袋丸	(137)
8. 乌梅丸	(137)
9. 化虫丸	(137)
10. 牡蛎散	(137)
方剂索引	(139)

第一章 提高记忆力的要素

记忆随着人体衰退而减弱。少儿时期机械记忆（死记硬背）较好，十二三岁可达高峰，到十五六岁以后逻辑记忆能力就较强了，一般青年时期记忆力最好，直到二十五岁左右才有所下降，因此当今在校的大中专院校的学生，正是记忆力最好的时期。人类的记忆无法用任何工具（如计算机、照相机、录音机、电视机等）所替代，因而如何提高记忆力的问题，国内外诸多学者一直在探索和研究之中。

脑的记忆容量是无限的。记忆力不是才能，更不是天生的。大脑的活动状态随着时间的不同而变化，有明显的节律性，已发现的有月节律和日节律。月节律即为智力周期，每个周期为 33 天，一个周期分为前期、后期及两期互相过渡的临界期，前、后期各为 15.5 天，临界期为 2 天。前期，头脑清楚，逻辑性强，记忆力好，学习效率高；后期，大脑反应迟缓；临界期则处于不稳定状态，记忆力和理解力都差。日节律，在 24 小时以内，上午 8 时大脑具有严谨、周密的思考能力，下午 2 时思考能力最敏捷，晚上 8 时是记忆力最强时刻。大脑的活动节律因人而异，同时又受人体的体力周期、情绪周期等综合性影响。

大脑无论在任何时候都能把过去记忆的事情回忆出来，这就是记忆法的根本。记忆不好，只是脑子里记忆的东西不

能输送出来；即使遗忘，潜意识记忆仍然存在，进入潜意识层的记忆，尽管意识上遗忘了，仍然能发生作用。为了提高记忆能力，根据近几年国内外研究记忆的有关资料，结合自己认识分述如下。

一、减少遗忘、促进记忆的方法

记忆有三个阶段，即识记、保持、再现。识记是通过感觉器官将信息保留在脑中，为第一阶段。保持是把保留在脑中的信息加以记忆保存，为第二阶段。再现是当需要时，把所需的信息回忆出来，为第三阶段。“再现”可分三种情况：大脑中虽有信息存在，但忘得一干二净，这称为“遗忘”。不经暗示就回忆不出来，但能从诸多事物中辨识出自己的识记内容，这称为“再认”。不借助任何暗示即可回忆出来，这称为“再现”。因此要减少遗忘、促进记忆，就应重视“识记、保持、再认、再现”的过程，以提高记忆力。

1. 反复记忆促进短时记忆，延长记忆时间

在记忆信息消失之前，必须把记忆内容反复出声背诵。根据德国心理学家艾宾浩斯提出的遗忘曲线：遗忘最快的时期是在学习完之后不久的一段时间。因此防止遗忘要尽早复习。充分地理解短时记忆的性质，集中精力，反复练习，能使短时记忆变为长时记忆，以达到终生不忘。

2. 有兴趣能促进记忆，充分理解能帮助记忆

无论任何人，都能对自己感兴趣的事情表现出非凡的记忆力。因此要记住它，首先对它有兴趣。对事物原理、本质

要充分理解，使许多无意义的事物转变成有意义的事物，抽象的概念变成具体形象，因此充分理解能帮助记忆。

3. 接触实际能深刻记忆，有目的、有压力能加强记忆

接触实际就富有真实感，印象深刻，因此有“百闻不如一见”，“百见不如一做”之说。凡是接触实际就一定要亲自动手，亲口尝一尝。目的给你希望，压力给你力量。如考大学，升高一级学校，临考前能认识到自己考试的目的和今后前途，并想到万一不能录取的种种窘境，自然产生一种压力，你就会用功地去学习，记忆效果就更显著了。

二、提高记忆力的方法

提高记忆力有一定原则，主要有三条：一是在开始时就要完整地记忆，如记十件事，就必须件件记住；二是对记忆事物要仔细观察，因为只有仔细观察，才能想出事物形象，才可以联想；三是联想内容不能改变，因为只有一开始不改变联想内容，才能使回忆时不紊乱。注意了以上三条之后，对诸多提高记忆力的科学方法就有一定规范和准则了。

1. 重要事情的始终记忆法

重要事情在开始和结束前十分钟内记忆效果最佳。在听课或听学术报告时，开始或结束的精力集中；在学习时要把重要内容放在开始或结束时记忆，这样可以提高有效记忆时间和记忆效果。

2. 联想记忆链记忆法

将要记忆的事情通过联想把他们联系起来，然后进行联

想记忆链式的记忆。如记忆 A、B、C、D、E、F 这几件事，首先 A 与 B 联想，然后 B 与 C 联想，依次下去，如果联系得好，只要想起 A，就会像连锁反应一样把应记忆事情记忆出来，这种又称记忆链记忆法。

3. 编码记忆法

编码记忆法，是将要记忆的事情进行数字编码，然后通过反复记忆，只要提示所编号码，就能记忆某一事物。如常用电话号码、邮政编码，只要一见此号码就能记忆出某单位、某地方。

4. 字头记忆法

字头记忆法，是抓住每一件事物的第一个字或字母进行记忆的方法。在中药学、方剂学中广泛应用，如白术、茯苓、党参、甘草四味药，即可记忆为“术、苓、参、甘”；白虎汤、八珍汤、六味地黄丸，大青龙汤四方，即可记忆为“白虎、八珍、六味、青龙。”

5. 整体记忆法

整体记忆法，是对内容简单、记忆量不多的事情一口气记忆的方法。如六味地黄丸原方的组成：熟地八两、淮山药四两、萸肉四两、丹皮三两、茯苓三两、泽泻三两。用字头记忆法配合整体记忆法为：地八淮萸四、丹苓泽泻三。

6. 分组记忆法

分组记忆法，是对内容复杂、记忆量大的事物，分段分组进行记忆的方法。如解表剂中，有辛温、辛凉、益气、滋阴、温阳、解表之分，即可以此分组记忆。

7. 形象记忆法

形象记忆法，是利用图表、照片、模式等将抽象概念形象化后进行记忆的方法。这种方法简单明了，一览无余，一