

宫廷养生

疗病秘验方

Palace Yang Sheng
Liao Bing Mi Yan Fang

5
0

华龄出版社

宫廷养生疗病秘验方

主 编	韩文领	穆成宗	
	陈中和	韩文振	
副主编	郭 明	孙玉中	
	张建中	周玉奎	
编 委	韩文治	张淑清	韩 良
	韩 政	郑凤英	韩 斌
	赵文生	李瑞云	韩爱芳
	李保德		

华 龄 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

宫廷养生疗病秘验方/韩文领等主编. —北京:华龄出版社, 1997. 6

ISBN 7-80082-748-8

I. 宫… I. 韩… III. 养生(中医)—验方 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 12333 号

宫廷养生疗病秘验方

韩文领等 主编

出版发行 华龄出版社

(北京市西城区大红罗厂街乙3号)

邮编:(100034)

经 销 新华书店

印 刷 北京密云红光印刷厂

787×1092 毫米 32 开 6.125 印张 130 千字

1997 年 8 月第 1 版 1997 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—5000 册

ISBN 7-80082-748-8/R·73

定价:6.80 元

前 言

中医养生疗病历史悠久，博大精深，而宫廷医学，由于其形成于特定的历史环境之中，从而使它成为中医药宝库中的瑰宝、中医养生疗病经验的精华。从某种意义上讲，宫廷养生疗病秘验方往往代表当时最高的医疗水平。

皇宫中的御医们大都是医术精湛或有一技之长的医界高手，并有机会使用宫廷秘方，加上被施者特殊的社会地位，使宫廷医学及宫廷秘验方具有疗效显著、见效迅速、服用方便、药食并用、内外兼治、安全可靠等特色，有的还蒙上了神秘色彩。

由于时代的进步，皇权的消亡，许多宫廷秘方也展现在世人面前。笔者经过多年的收集、应用、验证表明，大多数宫廷秘验方均组方科学合理，安全可靠，效果显著，还有一些秘方疗效奇特，不同凡响。与此同时，笔者还摸索出一套鉴别宫廷秘验方真伪的方法，验证并发掘出百余首高效实用的宫廷秘验方，提高了临床治愈率，充实了医学著作，得到了广大读者及患者的好评。为了让宫廷养生疗病秘验方能为更多

的人服务造福，特将自己多年收集、发掘、整理及验证过的部分宫廷秘验方汇集成册，定名为《宫廷养生疗病秘验方》。

此书先介绍宫廷医学、宫廷秘验方的特点，接着按药方的功效分类予以详述。此书通俗易懂、简明实用，并具有知识性、趣味性、科学性，可供临床医生、药物开发科技人员、医药史料研究者及广大养生爱好者参考。

在编写过程中，承蒙著名中医专家崔玉衡、张春生、田春元、徐爱荣、韩鸿发等医师指导帮助。此外，《开封日报》的金聚泰老师、赵西红及李岷等老师也给予了大力支持和指导，在此一并致以谢意。

韩文领

目 录

第一节	宫廷养生疗病秘验方的特点·····	(1)
第二节	宫廷延年益寿秘方·····	(10)
第三节	宫廷益智安神秘方·····	(18)
第四节	宫廷强身提神秘方·····	(23)
第五节	宫廷乌发固齿秘方·····	(29)
第六节	调节情志养生疗病验方·····	(36)
第七节	宫廷房中养生秘方·····	(39)
第八节	宫廷解酒醒酒秘方·····	(42)
第九节	宫廷明目聪耳秘方·····	(46)
第十节	宫廷美容减肥秘方·····	(49)
第十一节	宫廷芳香养生疗病秘方·····	(57)
第十二节	宫廷补气秘验方·····	(62)
第十三节	宫廷补血秘验方·····	(67)
第十四节	春季养生秘验方·····	(71)
第十五节	夏季养生秘验方·····	(74)
第十六节	秋季养生秘验方·····	(78)
第十七节	冬季养生秘验方·····	(81)
第十八节	内科疾病秘验方·····	(84)
	慢性支气管炎 (84)	
	咳嗽 (86)	

感冒 (90)	遗精 (114)
胃痛 (93)	泌尿系感染 (118)
饮食积滞 (96)	头痛 (120)
食欲不振 (100)	健忘 (123)
腹 泻、肠 炎、痢 疾 (102)	神经衰弱 (124)
便秘 (105)	失眠 (126)
阳痿 (107)	腰腿痛 (128)
第十九节 妇科疾病秘验方..... (131)	
月经不调 (131)	产后乳少 (140)
妇女不孕 (133)	产后养生疗病方 (141)
崩漏 (138)	
第二十节 宫廷儿科秘验方..... (145)	
第二十一节 五官科疾病秘验方..... (154)	
咽炎 (154)	鼻炎、鼻窦炎 (162)
咽喉肿痛 (155)	宫廷口腔病秘验方
梅核气 (157)	(165)
宫廷目病秘验方 (159)	
第二十二节 外科和皮肤科秘验方..... (169)	
痈疽疮疖 (169)	跌打损伤 (180)
疥癣痒疹 (175)	疝气 (185)
痔疮 (178)	

第一节 宫廷养生疗病秘验方的特点

中医养生疗病科学历史悠久，内容丰富，博大精深，实用有效。而宫廷养生疗病秘验方由于其形成于独特的历史条件，医者具有较高的医疗水平，医疗对象则有显赫的社会地位及至高无上的权力，使其具有疗效显著、见效迅速、服用方便、安全可靠、神秘奇特及侧重养生保健、延年益寿、美容强身、预防疾病、房中摄生等特色。

一、宫廷养生疗病秘验方疗效显著

帝王将相，皇后嫔妃，养尊处优，有权有势，而且有雄厚的物质及金钱供其享受使用。纵观史料表明，帝王的御医大都是当时的医界高手。试想，皇帝为了自己的健康长寿及生命安危，在选拔太医时必定非常慎重认真。从历代宫廷太医的资历看，不管是帝王君临天下，明令诏任名医，或是文武官员为效忠皇帝而举荐当地名医，基本上都是高水平的医家，如三国时期的华佗、周澹、李修、徐之才、王显，隋唐有李洞元、王冰、秦鸣鹤、许胤宗、李勣等，宋代有钱乙、王惟一，王怀隐、许希、冯文智、赵自化等，元代有忽思慧、许国祯、贾鲁、李邦宁、王安仁、刘岳等，明代有戴思恭、李时珍、许绅、吴杰等，清代有吴谦、李鸿藻、李德昌、姚宝生、赵文魁等。从中医药发展史上看，从某种角度上讲，御医的医疗水平往往代表了当时的最高医疗水平。

历代御医在为帝王将相、皇亲国戚诊治疾病过程中，不仅积累了独特宝贵的经验，也创造了大量专供帝王使用的有效方药。从而形成疗效显著而又神秘的宫廷养生疗病秘验方。

再者，帝王也常根据需求和爱好而召来众多民间名医为其疗病养生，为宫廷医学增添了风采，如扁鹊、华佗、文挚、孙思邈、杨吉老、龚延贤、费伯雄、马培之等，都曾为皇帝、太子、皇后、公主、王公大臣诊病疗疾，并取得了惊奇的疗效。很显然，这些验方是非常宝贵的。

另外，由于宫廷御医所治的患者大多是帝王将相、王公大臣、皇亲国戚、王后嫔妃，位尊权重，时常强行下令，限制治愈时间，不然则严加惩治。一般情况下，御医为帝王治病，在保证疗效的同时，还必须做到速效。如宋代张杲在其《医说》中记载了宋朝御医治嗽的故事。李绶带为宋徽宗宫中的御医，李绶带在宫中值班，恰好此时有一位贵妃患了咳嗽症，喉中痰声辘辘，面目浮肿，彻夜难眠。当时，这位贵妃深得皇帝宠幸。宋徽宗临幸此宫，见到此情，心里又急又疼，得知是李绶带诊治无效，徽宗大怒，旨定李医官精心医治，若三天之内治疗仍然无效，将斩首示众。李医官对贵妃之病认真分析，百计用尽，可谓使出浑身解数，无奈贵妃的病情依然不见好转，彷徨无计，归家与妻抱头痛哭，以为大祸难逃。正在这时，忽然听到门外传来一阵叫卖声：“卖专治咳嗽的药啊！一文钱一副药，吃了保你当晚睡个好觉”。李医官马上让人买了十副药。他怕药性猛烈，吃坏了贵妃更是罪不可恕。于是先将三副药合在一处，自己一次服下，看有无副作用。服后没发现什么不适反应，才敢进献上去。贵妃服了此药，当天晚上咳嗽果然停止，到次日早晨，面肿亦消。李医官侥幸

治愈贵妃之病，但一想到皇帝必定会追问来自什么方书，用的是什药。若回答不出来，又是死罪。于是急忙派仆人寻找卖药老人，邀其饮酒相谢，并出重金购得药方，即煅蛤壳180克，青黛18克。共研细粉，每次9~15克，用布包，水煎服。次日，宋徽宗见爱妃病愈，心中大喜，重赏李医官。鉴于御医所处的特殊环境，独特的临床实践和患者的特权要求，御医的不少验方都具有疗效好、见效快的特点。

帝王为了自己的身体强健和生命安全，他既重视医药，又重视御医的医疗水平，而且对御医要求非常严格。《周礼·天官冢宰下》：“医师掌医之政令，聚毒药以供医事。岁终，则稽其医事，以制其食。十全为上，十失一次之，十失二次之，十失三次之，十失四为下。”史料中多次提到，御医因医疗失误或帝王因病去世，有关医生大都受到重罚，直至杀头，甚至祸及全家。

试想，医术高明的御医，在严格要求的临床条件下，加上尽心尽力地精心诊治，疗效大都较好。鉴于以上诸多因素，能被帝王赏识的验方及宫廷秘藏的药方，大多是疗效显著或对某病有一定疗效。如宋朝神宗皇帝诏令全国医界名家向国家进献奇效秘方，由太医局试验，然后依方制药出售，并摹本传世的《和剂局方》，后又经宋朝太医局几次修订增删，定名为《太平惠民和剂局方》，颁布全国，成为医界奉行之宝典。其中的四物汤、四君子汤、至宝丹、二陈汤、十全大补汤、清心丸、苏合香丸等等，效果良好，一直被历代医家沿用，历代医籍引用，至今依然被临床医生广泛应用，有不少处方还被一些药厂批量生产为成药，流通于医药市场。

二、宫廷养生疗病秘验方大部分安全可靠，用药合理

宫廷御医为皇帝、皇后、嫔妃、王公大臣、太子公主治病。治之无效、或用药不当或使病情加重，往往受到训斥、责难、问罪、杀头，甚至危及九族。故御医诊病、处方用药皆谨慎认真，其治法多平稳，所用之药多平和。而且所用方剂理法井然，方药平稳，安全可靠。

三、宫廷秘验方积累了丰富的延年益寿的经验

健康、快乐、长寿是人们从古至今都向往的目标，而历代帝王身居至尊之位，锦衣玉食，荣华富贵，花天酒地，他们为了永坐王位，永享欢乐，所以，特别重视健康长寿，有些皇帝还幻想长生不老，福寿齐天。秦始皇统一中国之后，自称始皇帝，为使自已长生不老，多年热衷于寻觅长生仙丹，汉武帝也多次诏令全国各地寻找长生不老药。从史料上可以看出，历代皇帝为了永坐皇位，永享荣华，欲长生不老者比比皆是。因此，宫廷医学蕴含丰富的延年益寿经验及验方。值得发掘整理。

四、宫廷医学蕴含养生经验特丰

帝王享有无与伦比的优厚的物质生活条件，他们为了健

康、长寿、快乐，也常在御医的指导下时常进行养生活动，尤其是趣味性、娱乐性的养生更受欢迎。如围猎、拳术、棋类、音乐、戏曲、歌舞、花鸟、沐浴、书画、香气等养生法。如乾隆皇帝喜书画、骑马射箭、围猎等养生法，成为长寿帝王。慈禧太后权倾一代，宫内外均呼为老佛爷，可见当时人对其敬畏之程度远远超过皇帝。由于她既是一国大权的掌握者，又是一个女性，因此，在养生、美容方面留下了不少典故。如清朝德龄郡主的《清宫二年纪》回忆录中记载：“慈禧太后每年秋天，用含苞初放、色泽鲜明、朵大丰满的菊花，晾干后装入枕中，其枕中部开有一云朵状的孔，香味由孔溢出。慈禧极爱此枕，认为它既可明目清心，又能保健防病，一物而两用。”从清代宫廷医药档案资料可知，御医及太医院为了讨好慈禧太后，曾为其拟制“令发不落方”、“令发易长方”、“生津代茶饮”、“加味三仙饮”、“二冬膏”、“梨膏”、“香发散”、“菊花延龄膏”、“益寿膏”、“长春益寿丹”、“明目延龄膏”、“加减玉容散”、“正容膏”等养生美容验方。在养生美容方面，历代帝王、王后、嫔妃虽然没有象慈禧太后那样突出，但是也都非常关注养生的价值，在某些方面的养生保养，甚至有过之而无不及。所以说，历代宫廷养生保健均丰富多采，各有千秋。

五、养生美容是宫廷医学的另一特色

皇宫内院中的王后、嫔妃、宫女等人，为了讨得皇帝的恩宠，虽有诸多因素，但年轻貌美、姿色魅力至为重要，因此，许多美人多有美容养生秘方妙术，如杨太真红玉膏、武

则天留颜方、皇后洗面药等。宫廷御医顺应宫廷医学的特色，不断研究，应用和研制美容养生验方，因此，宫廷养生方中蕴含大量的美容验方，经现代试用表明，至今仍有一定的实用价值。

六、宫廷医学是房室养生的宝库

封建帝王拥有三宫六院、七十二妃、上千佳丽。帝王由于嫔妃美人众多，极易让帝王沉溺于色情之海，时常有心有余而力不足之感。为了满足于淫欲，便求助于强身壮阳之秘方奇术，因此，历代帝王均珍视房中养生及强身壮阳秘方。宫廷御医为顺从帝王之意而制壮阳奇药，太医院上下皆“潜心”研制强身壮阳灵药，他们都盼望博得君王欢心而升官晋爵。

但是，诸多壮阳秘方多不灵验，究其原因是一些帝王花天酒地，纵欲不节所致。

临床实践及历史史料表明，长期服用温肾壮阳药往往可引起副作用，御医们明知帝王病根难除，又要奉命疗疾，只得千方百计设法维持帝王的性能，研制出众多的房室药品，内服、外涂、外敷、男用、女用的均有，意在壮阳而副作用小，讨得皇帝欢心而少担风险，久而久之，宫廷医学则形成善治房室疾患、善长房室养生、内外兼治、药食并用、副作用小、安全度大等特色。

七、宫廷秘验方也不乏平庸之方，人们不必迷信宫廷秘方

宫廷御医虽然都是医术精湛或有一技之长，但他们所治的患者多是帝王将相、王后嫔妃，以致忌讳甚多，甚至御医都无权让帝王直接服用他的处方。更有甚者，由于帝王后妃喜怒或误会，便可轻而易举的置御医于死地。据《吕氏春秋》记载，宋国名医文挚为给齐闵王治病而激怒他，齐闵王病愈后竟生烹文挚。明太祖朱元璋之死，使得几个有关御医满门抄斩。还有三国的华佗，被曹操猜疑而被杀等等。还有一则史料，记载了一则医案：唐高宗李治，患风眩久不愈，御医秦鸣鹤提议针刺头部穴位即可治愈。这时，则天皇后在帘后听了怒斥道：“说这种话的人应杀头，天子头上哪是你扎针闹着玩的地方！”秦鸣鹤听罢，赶忙叩头请罪。但高宗却说：“医生论治疾病，按理不该怪罪，何况我头晕眼花，烦闷不堪，实在无法忍受，针刺头部穴位，未必不是好事，我已决定了，就针吧。”秦鸣鹤听后，立即针刺百会和脑户两个穴位，并放出一血。不一会，高宗高兴地说：“我的眼能看见东西了。”武则天听了，感到自己刚才做得太过分，赶紧从帘中出来向秦鸣鹤道谢，并亲自赐给他一些礼物。按理说，医生根据患者的病情提出一个治疗方案，患者是否愿意接受有待商量。而飞扬跋扈的武则天就要置御医于死地，所以，不少御医心中明白，事君如伴虎。十誉不足，一毁有余。御医为帝王、皇亲诊治疾病总是谨小慎微，唯恐得罪，遇到难治及不治之症，太医在奉命医治之时，力求理法方药合情入理，甚至抱着不

求有功、但求无过的态度拟个敷衍之方，因此，宫廷秘方库中也不乏平庸之方，习医者不可不知。

再者，有不少宫廷方未必是那位名医所拟，或者仅是个凑合之方。据清宫一些资料表明，御医所拟的药方往往经过几次“审定修改”方可服用。据1936年《申报》刊登德龄（是慈禧身边最亲近的女官）题为《慈禧太后私生活实录》的文章，其中有“御医”一章，记载一次慈禧太后患病，同时召进四位御医给他诊病，分别拟四张药方，一齐交由李莲英呈进，慈禧另召一个司书的太监取《证治准绳》、《本草纲目》一类的方药书来查对，每一味药，经她认可之后，凑成第五张药方，最后把御医所处的四个药方均毁掉，按照第五张药方配药。要是服药后闯出了什么乱子来，四位御医谁也逃不了责任。鉴于以上情况，御医及曾给皇帝医治过疾病的医生都明白，“御医难当”。他们为了身家性命，时常拟一部分平庸之方该是可以理解的。因此，读者对待宫廷秘验方，应持科学的态度，应既继承，又有选择，重实效，多验证。不要盲目崇拜，也不要见到一个平庸之方而鄙视宫廷医学。

八、宫廷秘验方神秘奇特

封建皇帝为了自己的身体健康，历来都重视御医的医疗水平及秘验方的收集和秘藏。本来就医术精湛的御医，又得以留揽皇家秘藏的大量高效秘验方，使其医术倍增，历年太医院御医的经验积累，又充实丰富了皇家宫廷医学。

官场皆知，向皇帝呈献秘验方是升官晋爵的敲门砖之一。不少地方官及文武官员为了讨好皇帝，时常向皇家举荐当地

的名医高手，所以，太医院里的御医大都医术高超。鉴于以上情况，人们大都相信御医，对宫廷秘方格外珍重。但由于宫规森严，皇权至高无上，特效、高效的秘验方一旦进入皇宫内院，就只能为帝王皇亲等少数人服务。加上帝王特殊的社会地位及许多鲜为人知的秘闻，给宫廷医学及秘验方蒙上了一层神秘传奇的色彩。

第二节 宫廷延年益寿秘方

益寿丹

【功效】补五脏，散麻痛，美容颜，黑髭鬓，壮筋骨，延年益寿，久服不老。

【处方】远志、菖蒲、巴戟、白术、茯苓、地骨皮、续断、枸杞子、甘菊花、细辛、熟地黄、车前子、何首乌、牛膝、苁蓉、菟丝子、覆盆子。以上药物各 15 克。将上药共研为细末，炼蜜制成药丸，丸如梧桐子大。

【用法】每次服 20 丸，空心温酒送下，每天服 2 次。

备考：此方出自许国祯太医编著的《御药院方》。笔者应用此方证明，确有延年益寿、强身健体、强壮性机能、健脑益智等功效。

八味肾气丸

【功效】平补肾气，坚固牙齿，活血驻颜，健脑安神，益寿延年，健脾敛肺，壮阳止咳。治疗肺虚咳嗽、脾虚乏力、未老先衰、小儿厌食症、头晕、贫血、慢性支气管炎、更年期综合症、精神萎靡、咳嗽咯痰、阳痿、痰饮、消渴等。

【处方】熟地黄 240 克，山药 120 克，山茱萸 120 克，肉桂 60 克，泽泻 90 克，牡丹皮 90 克，茯苓 90 克，五味子 60 克。上药共研细末，炼蜜为丸，丸如梧桐子大。每次服 50 丸，