

原著  
点校

清·姚俊  
赵建新

田元祥

# 經驗良方全集

中医古籍必备丛书



人民军医出版社

中医古籍必备丛书

# 经验良方全集

原著 清·姚俊

点校 赵建新 田元祥



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

---

**图书在版编目(CIP)数据**

经验良方全集/(清)姚俊著;赵建新,田元祥点校. —北京:人民军医出版社,2009.11

(中医古籍必备丛书)

ISBN 978-7-5091-3244-9

I. 经… II. ①姚…②赵…③田… III. 验方—汇编—中国—清代 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 201117 号

---

策划编辑:王宁 文字编辑:贾春伶 责任审读:余满松

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927297

策划编辑电话:(010)51927297

网址:[www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印刷:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司

开本:787mm×1092mm 1/32

印张:11.25 字数:218千字

版、印次:2009年11月第1版第1次印刷

印数:001~3000

定价:28.00元

---

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



## 内 容 提 要

《经验良方全集》是清代医家姚俊所辑的著名方书。作者总结多年临床经验，荟萃前贤效方、民间单偏方以及王公内府秘方共2 000余首，辑成4卷80余门，涉及内、外、妇、儿及五官各科，选方精粹、立法严谨、论证精妙，言简意赅。本次校注以初刻孤本为底本，校记精当，权威性、实用性和可读性兼备，是临床中医师、中西医结合医师、中医院校师生及中医药爱好者的重要参考书。



## 校勘说明

一、本书校注以同治二年(1863年)刊本为底本,以同治四年(1865年)惠谦堂刊本为校本。

二、采用简体横排、现代标点方式,对原书加以标点、断句和分节。原书中的“右”字,按横排习惯改为“上”字。缺字处以□表示。对底本中的文字原则上不予改动,不删节、不增补、不改编。

三、原书繁体字一律改为规范简体字,对一些异体字、通假字、不规范的字等一律径改,以求规范统一。

四、对原书中小字注文一律改大字,但方中的药量及炮制方法统一改成小字。

五、为了方便阅读,对部分文字做了字体调整,如方名加粗等。

六、凡底本因写刻所致明显误字,如灸、炙不分,禁、噤不分,痕、痕互误,黄芩做黄苓,径予改正。底本无误,而校本有误,不出校记。凡底本有误,而据校本改正者,做出校记。虽底本与校本一致,但对原文有疑问,也出校说明。

七、书中头面吉凶图及传经五行图予删除。

八、本书成书于清代，书中尚有符咒驱鬼、驱蚊，男女交媾避忌等封建迷信内容，点校时已全部删除。

九、书中有关“自刎”“中风”“癩祛”“犬伤”“杨梅疮”等危、急、重症及传染病的救治方法，显然已较陈旧，缺乏科学性。为保持书的原貌，未作删改，仅供研究古籍者参考，望读者正确选择当今先进有效的救治措施。

十、书中有些药名为不规范的中药名，如白芨、牛子、牙皂、故纸、蕙米、瓜蒌根等，根据《中华人民共和国药典》，分别改为规范名：白芨、牛蒡子、猪牙皂、补骨脂、蕙苡仁、天花粉等。

十一、中药的计量单位，古代有重量（铢、两、钱、斤等）、度量（尺、寸等）及容量（斗、升、合等）多种计量方法，用来量取不同的药物。此外还有可与上述计量方法换算的“刀圭”“方寸匕”“撮”“枚”等较粗略的计量方法。由于古今度量衡制的变迁，后世多以重量为计量固体药物的方法。明清以来，普遍采用 16 进位制，即 1 斤 = 16 两 = 160 钱。现在我国对中药生药计量采用公制。即 1kg = 1 000 g。为了处方和配药特别是古方的配用需要进行换算时的方便，按规定以如下近似值进行换算：一两（16 进位制）= 30g；一钱 = 3g；一分 = 0.3g；一厘 = 0.03g。



## 序

人禀阴阳之气以生，本有安而无危，而往往不能不藉夫药者，盖既为阴阳，即不能无纯杂邪正，有纯杂邪正，即不能无病。既有病矣，于是必藉药品之阴阳以调剂之，而后安者常安，危者不危，则药之功于天下岂浅鲜哉！顾药不能自为功也，必赖乎方，方亦不能自为功也，必出于医。有良医然后有良方，斯有良药而转危为安不难矣。然此特富家巨族通都大邑则可耳。若穷乡僻壤当此仓皇无聊之际，医药艰难，其不至束手待毙也几希。余深悯焉！适阅程子事亲者不可不知医之训，乃留心医学，又尝仿陆宣公钞集方书之意，欲以济人，而恐其非实经验，则犹不免误人。壬戌，避地蜀中，时疫气流行，因与彼都诸国手上下议论，益得古人立方妙义，每试辄效，洵活人之奇功也。不惮缮写之劳，积久成帙，科分内外，并附痘疹，汇成四卷付之梓，人庶几得此书者，对症检方，简易省便，即于斯人共登仁寿之域，而阴阳邪杂之气或不为害，岂非余之厚幸哉！世之深于医者，或且谓余之多事所不辞也。

时同治二年岁次癸亥秋抄，涇阳菊吾主人姚俊集于锦城桂湖池之会心轩。



# 目 录

## 卷 一

保养 .....	( 1 )
补益 .....	( 4 )
急治 .....	(20)
伤寒感冒 .....	(30)
瘟疫瘴气 .....	(36)
中风 .....	(40)
中寒 .....	(43)
跌打损伤 .....	(44)
头面 .....	(54)
眼目 .....	(59)
耳鼻 .....	(68)
齿牙 .....	(75)
口舌 .....	(80)
咽喉 .....	(82)
骨鲠 .....	(88)







手足 .....	(89)
腰痛 .....	(97)

## 卷 二

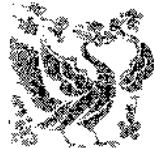
咳嗽 .....	(100)
吐血 .....	(104)
痰症 .....	(107)
心气痛 .....	(109)
疝气 .....	(113)
泄泻 .....	(115)
痢疾 .....	(118)
疟疾 .....	(126)
瘰 .....	(129)
疯症 .....	(133)
疽症 .....	(135)
疔症 .....	(137)
痕症 .....	(138)
臌胀 .....	(139)
瘫痪 .....	(142)
霍乱 .....	(142)
蛔病 .....	(143)
癩症 .....	(144)
瘰症 .....	(144)
癩症 .....	(145)
癩风 .....	(146)
疝症 .....	(146)





疔积	(147)
痲	(147)
癖	(148)
痲	(148)
痿	(149)
炸	(149)
痊	(149)
痘	(150)
瘡	(150)
癩	(150)
瘡	(150)
癩	(151)
精	(151)
癩	(151)
癩	(151)
癩	(151)
癩	(151)
癩	(152)
癩	(152)
男妇痧症	(152)
噎膈	(154)
癆伤	(155)
自汗盜汗	(156)
遺精白濁	(158)
淋症	(160)
大小便	(161)
赤白帶下	(166)





妇人月事 .....	(167)
妊娠 .....	(171)
产育 .....	(177)
乳痈 .....	(184)
急慢惊风 .....	(187)
小儿疮疾 .....	(188)
小儿杂症 .....	(192)

### 卷 三

外科枢要 .....	(200)
疔毒 .....	(209)
痈疽 .....	(210)
肿毒 .....	(221)
诸疮 .....	(227)
癣疥 .....	(244)
痔漏 .....	(249)
犬伤 .....	(254)
杂治 .....	(256)

### 卷 四

痘疹易知 .....	(288)
痘兼杂症治法 .....	(314)
麸疹解略 .....	(319)
始终验轻重 .....	(323)
痘疹医方 .....	(324)
痘疹易知药性 .....	(340)





## 卷 一

### 保 养

疾者，截也。气伤人有所越截也。又六疾。《左传》晋侯求医于秦。秦使医和视之。和曰：是谓近女室。曰：女不可近乎。对曰：天生六气，淫生六疾。六疾：阴、阳、风、雨、晦、明。过则为灾。阴淫寒疾，阳淫热疾，风淫手疾，雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾。今君不节，能无及此乎。

黄帝问岐伯曰：余闻上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰。今人年甫半百，而动作就衰者，时势异耶，抑人自失之耶。岐伯对曰：上古之人，知道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常。不妄作劳，故能形与神俱而终天年，度百岁乃去。今时之人不然，以酒为浆，以妄为常。醉以入房，欲竭其精，以耗散其真。不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。观此则寿命修短全系精气神之盈亏，精血一败，神气无所倚附，欲长寿而享诸福难矣。其害以淫欲为最，少壮宜节，年老宜绝，男女皆同。盖男二八精通，八八精绝。女二七天癸至，七七天癸止。交合施泄，不可太早。男三八，女三七为佳。古人少年迟婚，中年后早绝欲多得上寿。今人早婚纵欲，水枯





火亢，精神垂尽，仙丹莫疗，悔之晚矣。达者当知精髓有限，生之甚难，耗之甚易。如油满灯明，油尽灯灭。若纵欲散精，假力药饵，弃真取伪，弃内取外，不亦愚乎！请以贪俭二字醒之，贪不久之名利，而不贪长久之福寿，俭易得之财物，而不俭难得之精神，颠倒极矣。其次嗔怒忧愁，皆能伤气血，烁元和致不测之疾。噫！人诚能制情忍性，以惜福养寿，虽高车驷马之乐，不与《易》、《诗》所谓自作元命，将时时享不药之喜焉。即偶尔违和，而精神原自坚固，可一剂立疗矣。

养生之道，养心为主。故心不病则神不病，神不病则人不病。孟子云：养心莫善于寡欲至言哉。

养生之法，须要摆脱一切，凡荣枯得失，犹如镜花水月，事过即忘，心中不可有一毫沾滞，每日胸中一团太和元气，病从何生？

养心又在凝神，神凝则气聚，气聚则形全。若日逐劳攘忧烦，神不守舍则日见衰老。

饮食系养生之物，亦系伤生之物。少食则养生，太过则伤生。至于酒之一物，更须节饮。烂肠腐胃，暗伤元气。凡好酒之人，年未五旬便百病来侵，每多不寿。

宠辱不惊，肝本自宁。动静以敬，心火自定。饮食有节，脾土不泄。调息寡言，肺金自全。恬然无欲，肾水自足。毋以妄想戕真心，毋以客气伤元气。

滋味煎其脏腑，醴醪煮其肠胃。馨香腐其骨髓，喜怒悖其正气。思虑消其精神，哀乐殃其平粹。夫以蕞尔之





躯，攻之者非一途。以易竭之身，而内外受敌，身非木石，何能久乎！伊川云：吾以妄生狗欲为耻，可味哉！伐天和以成就世事，辟如割肉肴菹，刺血染裳，而究竟成就，亦归虚幻，徒自伐其天和而已。语有云：宁可疏慵乖议，莫将性命当人情。

书曰：恣意竭精，不知爱惜，虚损生矣。譬枯朽之木，遇风则折。将溃之岸，值水先颓。苟能爱惜自得长寿也。人生以心为根，以肾为蒂，天地相去八万四千里，人之心肾，八寸四分，此肾是内肾，脐下一寸三分是也。中有一脉，以通元息之浮沉，总百脉。一呼则百脉皆开，一吸则百脉皆阖。天地化工流行，亦不出呼吸二字。人之呼吸常在于脐内正中处，则血气自固，元气自壮，七情不炽，百病不治自消矣。

康节先生诗：闲居慎勿说无妨，才说无妨便有妨。争先径路机关恶，退后语言滋味长。爽口物多须作疾，快心事过必为殃。与其病后能求药，不若病前能自防。惜气存精更养神，少思寡欲勿劳心。食惟半饱无兼味，酒止三分莫过频。每把戏言多取笑，常含乐意莫生嗔。炎凉变诈都休问，任我逍遥过百春。

病有四百四种，惟以宿食为根本。又云：百病从口而入，诚以饮食固养生之资，而亦伤身之物也。脾胃乃后天之本，脾胃得其养，气血日生，则诸病不起。即有病亦轻而易疗。如脾胃伤损，则气血受伤，诸病丛生。凡风寒暑湿，一有所感，便成大病。但脾胃喜清虚恬淡，不食冷物，不食难化之物。俾其内无积滞，真气常舒，方得其养。若任意





恣食甘脆肥浓，烧博煎炒之物，或食生冷难化之物，日积月久，脾胃受伤，后天之根本一损，则在外之诸症蜂起，损之轻而浅者犹可治疗。若损之重而深者，虽有卢扁，未如之何？故人之养生，当以节简饮食，调理脾胃为第一义。

妇人以血为主，常有血虚发热之病，俗医不知，每见妇人发热口渴，便用发散之药，一剂不效，不知另作斟酌，仍连用发散之药，以致阴愈涸，渐成经闭之症。及见经闭，又用通经峻利之药，元气愈伤，往往致死者不少。

古人以小儿为哑科，最难医治。不知小儿只有内伤、外感、惊风、痘疹数症，并无奇异别病。但小儿气血未充，易虚易实。一切诸病由于过饱者多，由于过饥者少；由于过暖者多，由于过寒者少；一见身热痰喘咳嗽，当用疏解之药，而不可过于发散。若真知有内伤乳食之症，当用消导之药，而不可过于峻利。一面治病，一面照管，其元气不可伤损。俟病势一退，便宜补助真气，不可仍用发散消导之药。若一味发散消导，而不补助其元气，则数日热退，数日又热，变成慢惊者不少矣。

## 补 益

人之虚症，有气虚血虚之分，不可一概而论，当补阳而滋阴，必有伤脾之患，当滋阴而补阳，必有枯燥之虞。然阳虚者，百中一二，阴虚者，十中八九。人自中年以后，宜常服六味汤加牛膝、杜仲，以滋阴养血。若有劳倦气虚内伤之病，更宜服补中益气汤加麦冬、白芍以补元气。





## 八圣丹

种子兼治百病。

沙苑子八两 川续断酒洗，四两 覆盆子酒洗，四两 枸杞子四两 山茱萸酒洗，二两 菟丝子酒煮，二两 芡实四两 莲须四两

共为末，酒糊为丸，桐子大，每服三钱。

## 乌须种子丸

此药专治男子精虚无子，肾水不足，须发渐白。

黑豆五仓升，沙锅内黄酒煮熟，晒干 补骨脂一斤，盐水炒 枸杞子一斤，酒洗 菟丝子酒煮吐丝，一斤 川花椒八两，去闭口并椒目，先扫净土一块，炭火烧红水泼湿，将川花椒放在地上，用布衬之，以瓷盆盖之，一宿取出

一方：加鱼鳔一斤，蛤粉炒成珠极焦。

共为末，酒糊为丸，桐子大，每服三钱。

## 少阳丹

此药平和，最有补益。

枸杞子一斤 苍术一斤，米泔水泡，去皮，土炒 桑椹二十斤，滤汁 蜜一斤

上为细末，调匀，用瓷盆盛之，稍受日月之气，候干为末，蜜丸桐子大，初服三十丸，加至五十丸。

## 女贞丹

女贞子不拘多少，粗布袋，挫去皮，晒干为度。候有墨







早莲出时，多取数石，洗净捣汁拌匀。初伏时晒干二三次，照此法制之，为末，又用墨早莲汁为丸，桐子大。每服一百丸，膂力倍增，须发转白为黑，强阴不走。

### 鱼鳔丸

此药专治肾水不足，阴虚血虚之症。

鱼鳔一斤，麦麸炒焦，磨去粗末，再炒焦 沙苑子四两 当归四两，酒洗 肉苁蓉四两，去鳞甲，酒洗 莲须四两 菟丝子酒煮，四两

蜜丸桐子大，宜冷和药，不可太热，恐沾硬难丸，每服二三钱。

### 黑豆丸

此药专能益精补肾，强筋健步种子。功效非常。

菟丝子酒煮 沙苑子青盐水炒 甘枸杞子酒浸 补骨脂胡桃肉同炒 牛膝酒浸 杜仲去粗皮，盐水炒 当归身酒洗 以上各一斤 青盐洗去泥 川花椒去目并去闭目者，炒去汁 以上各八两 人参量加 鱼鳔切成块，炒成珠 黑豆一斗肥而圆者，同黄酒十斤煮熟晒干

共为细末，白蜜十二斤，炼熟为丸，如桐子大，每服二三钱。

### 棉花子丸

乌须暖肾种子汤，虚人宜此药。

棉花子十数斤，用滚水泡过，盛入蒲包，闷一炷香，取出晒裂，去壳取仁，并去外皮，用净仁三斤，压去油净，用火