



男女科 奇效良方

杜婕德 尹 玉◎编

NANNÜKE
QIXIAO LIANGFANG



人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

男女科奇效良方

NANNÜKE QIXIAO LIANGFA

杜婕德 尹玉 编



人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京



内容提要

本书系搜集中国古代名医各种特效单秘验方汇编而成，是一本博采精选的实用方书，重点介绍妇女、男子疾病的防治和养生。全书共载方千余首，每方均列有主治、方药、用量、配伍及煎服法。本书所载各方经历代医家临床验证，且用药简便易求，可为各科中医专业医师临证参考，患者及其家属运用时务必在中医专业医师的指导下辨证使用。



前言

生老病死为自然规律，是病为人生所不能免。然而由于发病突然治之不及，或因地处僻乡无以为医，或因讳疾忌医，或因小疾不屑求医，均能养病遗患甚至祸及终身。因此，编者特潜入浩如烟海的方药海洋中，精心选择中国历代名医各种有效单验秘方近两千首，并分门别类，汇辑成册，供中医专业医师阅读参考，患者及其家属选用时务必在中医专业医师的指导下辨证使用。

本书是一本博采精选的实用方书，尤注重妇女、男子疾病的防治和养生、食疗。全书包括男科类、女科类、性病类、内科类、皮肤、外科类、颜面类、须发类、五官科类及杂录类等，所选各方，用药简便易求，切于实用，大多出于古代秘籍，且经历代医家临床验证，可供读者对症选方。另外，本书所选验方虽有简、便、廉、验的特点，但多数适用于无医疗条件时的应急之举。有医疗条件或是危急重症患者，仍须寻医问药，不可盲目用药。以免贻误病情。

编 者

2011年3月



目 录

一、男科类	1
二、女科类	26
三、性病类	65
四、内科类	91
五、皮肤、外科类	111
六、五官类	141
七、颜面类	174
八、须发类	192
九、补益类	218
十、杂录类	231

一、男 科 类

中和种子丸 不论人之老壮寒热，虔服百日，多至半年，即能成育。经验已多，真种子第一良方矣。

菟丝子（拣净水淘，春去粗皮，用黄酒煮烂，以丝出为度。捣如泥，为薄饼晒干，磨为末）120g，白茯苓 90g，山茱萸（酒拌蒸，取净肉）120g，怀熟地黄（取大地黄 150g，酒洗净，用砂仁末 9g，好酒 250ml 拌浸一宿，置瓷器坐沙锅内，隔汤炖黑烂为度，另捣），怀山药 90g，枸杞子（甘州者佳）120g，远志（甘草汤泡，捶去骨取肉，再用甘草汤煮，晒干）60g，车前子（净，用泔浸蒸，晒干）60g，覆盆子（去蒂酒蒸，晒干）120g，麦冬（去心）90g，五味子（辽东与北来者佳）60g，鱼鳔胶 120g（用牡蛎粉炒成珠，去蛎粉），嫩鹿茸 120g（酥油慢火炙透），当归身（酒洗，晒干）90g，柏子仁（去壳，取白净肉 90g 另捣），人参 90g，川牛膝（盐酒炒）90g，沙苑子 120g（微焙为末，入药，60g 煮膏，同炼蜜为丸），川杜仲（盐酒炒）90g。上药 19 味，除另捣外磨为极细末，隔汤炼真川蜜为丸。空腹淡盐汤下 9g，临卧灯心汤下 6g。

对证加减法：阴虚火盛，黄柏（加盐、酒、蜜三制炒）、



知母各 90g；虚寒无火甚，熟附子（加童便制）、肉桂各 30g。或去附子、肉桂，加肉苁蓉（去鳞膜）、巴戟肉、补骨脂（盐酒炒）各 90g。肥人有痰，加广橘红 90g，减熟地黄 60g。瘦人上焦有火，加姜汁炒黄连 60g。梦遗滑精，加蜜炙黄柏 120g，砂仁末 60g，酸枣仁（炒香）90g。客有议砂仁非固精药者，不知砂仁配黄柏入肾为封髓丹，盖相使而为用者也。种子之法，要在固精，而涩精之药，尤种子所忌。如龙骨、牡蛎等味，可入治虚损，不入种子方。以涩则施精不全，非求嗣者所宜。立方之妙，全在加减考订得宜，谨述之以告知者。

河车种子丸 凡男子气血两虚、阳衰精薄者，服之举子，屡有成效。

当归（酒洗）60g，山茱萸（去核）120g，补骨脂（盐酒浸炒）90g，天冬（去心）60g，麦冬（去心）90g，生地黄（酒洗）90g，人参 60g，枸杞子（甘州者佳）90g，菟丝子（酒煮炒）120g，熟地黄（如法制捣烂）90g，山药 90g，覆盆子（酒热）90g，五味子 30g，巴戟天（去心酒浸）60g，川牛膝（盐酒炒）60g，川黄柏（盐、酒、蜜三制炒）45g，白茯苓 60g，锁阳（酒洗酥炙）60g，白术（土炒）60g，陈皮 30g，杜仲（去皮，盐酒炒，去丝）75g，肉桂（童便制）15g。上共为末，紫河车（头生男子者）1具，水洗净，挑去筋膜，挤去紫血，用米泔漂数次，仍以酒洗过。盛瓷瓶内入酒 1 小杯，封口，重汤煮烂捣如泥。须不生疮疾洁净妇人者佳。入前药末共捣，炼蜜丸梧桐子大，每服百丸，空腹温酒或汤下。



十子丸 四明沈嘉则无子，七十外服之，连举子。

槐角子和何首乌蒸7次，覆盆子、枸杞子（去枯者及蒂）、桑椹、冬青子各120g，4味共蒸。菟丝子（制去壳，酒蒸）、柏子仁（酒浸蒸）、没食子、蛇床子（蒸）、北五味子（去枯者，打碎蜜蒸）各60g。上药为末，炼蜜丸如梧桐子大。每服50~60丸，空腹淡盐汤下，干点心压下。

青娥丸 治肾虚腰痛，不能生育。

补骨脂（盐酒浸炒）、川萆薢（童便浸一宿炒）、杜仲（盐酒炒断丝）、牛膝（盐酒炒）各120g，共为末。胡桃肉（去皮）240g，另捣。上共捣入炼蜜为丸，空腹酒或木香汤或淡盐汤下9~12g。董廉宪五十无子，服此一年，连举二子。肾气虚寒者，服原方。腰者，肾之府，水火之司，有生之根也。善调之，则根固而枝叶茂；不善调之，则根枯而枝叶萎。治腰必治肾，得生生之源也，故能种子。肾虚有火者，加黄柏（盐酒炒黑色）、知母（盐酒炒茶合色）各60g。

五子衍宗丸 男服此药，添精补髓，疏利肾气。不问下焦虚实寒热，服后自能平秘，旧称古今第一种子方。

甘州枸杞子、菟丝子（酒蒸捣成饼）各240g，辽五味子60g，覆盆子（酒洗去目）120g，车前子（酒蒸）60g。上五品，俱择道地精新者，焙晒干，共为细末，炼蜜丸如梧桐子大。每空腹服90丸，上床时50丸，白沸汤或盐汤送下，冬月用温酒送下。修合日，春取丙丁巳午；夏取戊己辰戌丑未；秋取壬癸亥子；冬取甲乙寅卯。

柏鹿种子仙方 凡心肾不交，阳虚精薄者，服之神验。



柏子仁（去油者，好酒浸一宿，沙锅上蒸，捣烂如泥）、鲜鹿茸（火燎去毛，净酥炙透，如带血者，须慢火防其皮破血走也，切片为末）等份，和柏子仁泥捣极匀，加炼蜜丸如梧桐子大。每空腹服 9g，淡盐汤下，服至 1 个月后，敛虚汗，兴阳道，宁神益髓，功难尽述，真仙方也。

固本健阳种子丹 凡人无子，多是精血清冷，或禀赋薄弱。间有壮盛者，亦是房劳过甚，以致肾水欠旺，不能直射子宫，故令无子。此方培养元神，坚固精血，暖肾壮阳，药效显著。

菟丝子（酒蒸）90g，茯神（去皮木）、山药（酒蒸）、牛膝（去芦，酒洗）、杜仲（酒洗去皮，酥炙）、当归身（酒洗）、肉苁蓉（酒浸）、五味子（去梗）、益智（盐水炒）、嫩鹿茸（酥炙）以上各 60g，熟地黄（酒蒸）、山茱萸（酒蒸，去核）各 180g，川巴戟天（酒浸去心）120g，续断（酒浸）、远志（制）、蛇床子（炒去壳）各 90g，人参 90g，枸杞子 180g。上药为末，炼蜜为丸如梧桐子大。每服百丸，空腹盐汤送下酒亦可，临卧再进一服。一日服 3 次尤效，无火者更宜。

宝精丸 专能种子，添精补髓，滋阴壮阳，临炉坚久，健步明目益年，其功不能尽述。无火者相宜。

白鳧鱼胶 240g（切作短块，用牡蛎 240g，炭火煨过，研末同炒，须要炒得熟，不可焦黑，黄色为度，去末不用，将胶研磨），熟地黄 120g，山药 90g，人参 60g（虚甚加 30g），沙苑子 240g（酒洗去衣，竹刀切开去白膜），白茯苓 120g（去皮切片，牛乳拌晒 3 次），牛膝 90g（去芦择粗



壮者切碎，酒拌微炒），甘州枸杞 120g（去蒂与枯者，乳汁拌晒干，如此者 5 次），鹿角胶 60g，菟丝子 90g（水淘净，酒蒸熟，捣烂晒干），山茱萸 120g（酒拌烘干），当归 60g（去芦尾，取明亮者，酒洗切片晒干，微炒）。以上 12 味共为末，炼蜜为丸如梧桐子大。每服 9g，早、晚淡盐汤送下。

滋阴种子丸 男子精亏无子者，非此药不能填补，服至百日，大有奇效。阴虚有火者宜此。

知母 60g（去毛皮为末，30ml 乳汁浸透，30ml 黄酒、盐浸透，晒干），天冬（去心）60g，麦冬（去心）60g，黄柏 60g（去粗皮为末，30ml 乳汁浸透，30ml 黄酒、盐浸透，晒干炒赤色），熟地黄（黄酒煮，捣如泥，即和众药）60g，桑椹子 60g，菟丝子（酒煮、晒干）60g，地黄（黄酒洗过，与熟地黄总捣一处）60g，何首乌（黑白二色均用，同黑豆煮 2 次，去皮晒干）60g，枸杞子 45g，干山药 30g，牛膝（去芦）60g，黄精 60g（对节生者真，酒蒸熟，与熟地黄捣为一处），辽五味子 15g，白茯苓（去皮去红丝）30g，柏子仁（水浸一日，连壳水磨成浆，绢袋滤汁去壳，掠取水面浮油，去水，存结底者晒干）30g。以上 16 味药为细末，炼蜜丸梧桐子大。每早 70~80 丸淡盐汤下。

千金种子丹 此方服之，令人生子。并治虚损梦遗。

沙苑子（出同州，形如羊肾、如蚕种，细焙时香如天池茶者真。取末 200g，再以重萝筛极细末）120g，莲须 120g（极细末，金色者固精，红色者败精）、山茱萸（极细末）120g（须得 500g，用鲜红有肉者佳，去核取肉，制末），覆盆子（南者佳，去蒂取细末）120g，金樱子（去刺核 500g



熬膏)约120g,芡实500个(去壳,要大小不一者,取细末)120g。上药用伏蜜500g炼,以纸粘去浮沫,数次无沫,滴水中成珠。先以金樱膏和匀前药末入炼蜜,石臼内捣千余下,丸如豌豆大。每服30丸,空腹盐汤下,忌欲事20日。此药延年益寿,令人生子,不可尽述。

滋阴壮阳丹 此方阴阳两补,种子神验。

熟地黄(用怀地黄酒蒸9次,晒9次)120g,石菖蒲15g,远志(甘草水浸去心)30g,怀山药60g,五味子21g,肉苁蓉(酒浸洗去鳞甲白膜)60g,菟丝子(酒浸炒)60g,牛膝(酒浸)30g,巴戟天(去心,酒浸)、续断(酒浸洗)、茯苓(去皮)、益智(去皮)、黄柏(盐酒炒)、知母(酒炒)各45g,补骨脂(盐酒炒)、枸杞子、山茱萸(净肉)、杜仲(去皮,盐酒炒断丝)、沙苑子(炒)各60g,人参、虎胥骨(酥炙,以狗骨代)各30g。上药为末,炼蜜丸梧桐子大。每服百丸,空腹盐汤下。

保真广嗣丹 培补元阳,治肾气虚寒不能生育。

鹿角胶、鱼胶(各炒成珠)、熟地黄各90g,山药、茯苓、山茱萸、五味子、杜仲、远志、益智仁、川楝子、巴戟天、补骨脂、胡芦巴各60g,沉香(另为末)15g,共为细末,和匀;肉苁蓉(水洗净肉)60g,好酒煮烂,捣如糊,炼蜜为丸,梧桐子大。每服50~60丸,空腹温酒下。

补阴种子丸 治尺脉虚浮洪数,精元不固,虚人有火宜此。

黄柏250g(盐、酒、蜜炒黑色)、知母(盐、酒炒)、熟地黄各90g,白芍(酒炒)、牛膝(酒洗)、陈皮、锁阳(酥



制)、当归(酒洗)各 60g,虎胫骨(酥制,狗骨代)一对,龟甲(酥制)120g,冬月加干姜 15g 炒黑。上为末,每取 6g 酒煮羊肉糊丸,空腹盐汤下。

太乙种子丸 治阳痿不起,精少无子,服之保养 1 个月,自效。

鱼鳔(炒成珠)120g,真桑螵蛸 120g(炒黄),韭子(炒)60g,莲须 60g,熟地黄 60g(焙),杜仲 60g(姜炒),牛膝 60g(酒浸),枸杞子 60g,沙苑子(炒)60g,人参 60g,菟丝子 60g(酒煮),天冬 60g,龟甲 60g(炙),鹿茸 60g(炙),补骨脂 60g(酒浸炒),肉苁蓉 60g(酒洗,去鳞甲),白茯苓 60g,远志肉(去骨、甘草水泡)60g,当归 60g(酒洗),青盐(泡)15g。蜜丸,梧桐子大,空腹服 6g,温水下。

毓麟酒方 专能固精种子,温补肾经。

桑椹、枸杞子、山茱萸各 90g,补骨脂(炒)120g,牛膝、菟丝子、韭子、楮实子各 90g,肉苁蓉、覆盆子各 120g,蛇床子 30g,莲须 60g,巴戟天 90g,山药(炒)30g,木香 30g。以上共为粗末,麻布袋盛之,用火酒 20L,煮三炷香去火气。

多子酒方

甘枸杞 500g,龙眼肉 500g,核桃肉 500g,白米糖 500g。共入绢袋内扎口,入坛内,用好烧酒 7.5L,糯米酒 5L 封口,浸泡 21 日取出,每日服 3 次。

九品扶阳散 治男子阳痿,每逢不举。

黑附子、蛇床子、紫梢花、远志、石菖蒲、海螵蛸、



木鳖子、丁香各 6g，樟脑 4.5g。上为末，用 15g，水 3 碗煎至 1 碗半，温洗阴囊阳茎，日洗 2~3 次，留水温洗更好。此外修之法，载以备，亦治囊湿。

补肾健脾益气种子煎方 此方得种子生息之元，生精最速，阳事易举，若能节欲，生子更易。

白茯苓 9g，甘枸杞 30g，怀地黄 6g，酒洗麦冬 6g（去心），人参 6g，陈皮 9g，白术 9g（土焙）。水 2 碗煎 2.4ml，空腹或饥腹时服，渣再煎服，10 日之后其效可见。

葆真丸 专治九丑之疾。凡茎弱而不振，振而不丰，丰而不循，循而不实，实而不坚，坚而不久，久而无精，精而无子，谓之九丑之疾。此药补十二经络，起阴发阳，能令阳气入胸，安魂定魄。开三焦积聚，消五谷、进食，强阴益精，安五脏，除心中伏热。强筋骨，轻身明目，去冷除风，无所不治。此药平补，多服常服最妙。

鹿角胶 250g（锉作豆大，就用鹿角霜拌炒成珠，研细），杜仲（去粗皮切碎，用生姜汁 30g，同蜜少许，拌炒断丝）90g，干山药、白茯苓（去粗皮人乳拌，晒干。如此 5~7 次）、熟地黄各 60g，菟丝子（酒蒸捣焙）、山茱萸各 45g，北五味子、川牛膝（去芦酒蒸）、益智（去壳）、远志（甘草煮去骨）、小茴香（青盐 9g 同炒）、川楝子（去皮核，取净肉酥炙）、川巴戟天（酒浸去心）各 30g，补骨脂（盐、酒浸一宿，晒干）、胡芦巴（同补骨脂入羊肠内煮，焙干）各 30g，柏子仁（去壳，另研如泥）15g，穿山甲（切碎，上焙成珠）、沉香各 9g，全蝎（去毒）4.5g。上药各制为极细末。以好嫩肉苁蓉 120g，酒洗净，去鳞甲皮垢，开心



有黄白膜亦去之，取净 60g，好酒煮成膏，同炼蜜和前药末捣千余下，丸如梧桐子大。每服 50 丸，淡秋石汤、温酒任下，以干物压之，渐加至百丸。服 7 日，四肢光泽，唇脸赤色，手足温和，面目滋润，又能消食理脾，轻身和气，语言清亮是其效也。

仙茅酒 治男子虚损，阳痿不举。

仙茅 120g（米泔浸去赤水，晒干），淫羊藿 120g（洗净），五加皮 120g，龙眼肉（去核）100 枚。上药用黄酒 9L，浸 21 日取服，兼服葆真丸殊有奇效。

十精丸 精寒阳痿无子者，服此药效。

枸杞子、甘菊花、菟丝子（酒煮，捣成饼）各 60g，山茱萸（去核）、天冬、白茯苓各 90g，怀地黄（用生者，酒蒸 9 次）120g，肉苁蓉（酒洗去鳞膜，浸一宿）45g，肉桂、汉椒（去目）各 30g。上药研为细末，炼蜜为丸，如梧桐子大，每服 30 丸，空腹盐汤下。

壮阳种子丸 治尺脉微弱、阳痿不举，虚寒无火者宜此。

熟地黄、枸杞子各 45g，牛膝（俱酒洗）、远志肉（甘草汤煮）、怀山药（炒）、山茱萸、巴戟天（去骨，酒蒸）、白茯苓、五味子、石菖蒲、楮实子、肉苁蓉（酒洗去鳞甲，去心中白膜）、杜仲（盐酒炒）、茴香（盐水炒）各 30g，冬加肉桂 15g。童便拌晒 3 次。上药为末，炼蜜和枣肉，空腹温酒、淡盐汤任下。

通真延龄种子丹 又名媮膈脐丸。阳痿无火，服之立起。



五味子 60g, 山茱萸 120g, 菟丝子 120g, 砂仁 60g, 车前子 60g, 巴戟天 120g, 甘菊花 60g, 枸杞子 120g, 生地黄 150g, 熟地黄 150g, 海狗内、外肾各一副(如无, 则本地黑狗或黄狗内、外肾各一副, 酥制), 怀山药 90g, 天冬 60g, 麦冬 90g, 柏子仁 60g, 鹿角霜 60g, 鹿角胶 120g, 人参 60g, 黄柏 45g(制), 杜仲 90g, 肉苁蓉 120g, 覆盆子 90g, 没食子 60g, 紫河车 1具, 何首乌 90g, 牛膝 90g, 补骨脂 60g, 胡桃肉 60g。鹿茸 60g, 沙苑子 120g(60g 炒磨入药, 60g 磨粉打糊)。为末, 同柏子仁、胡桃肉泥、沙苑子糊、酒化鹿角胶炼蜜和丸如梧桐子大, 每服 12g, 空腹、饥时各一服, 龙眼汤、淡盐汤、寒天好酒任下 9~12g。

蜂窠散 治阳痿不举。

蜂房烧灰, 闷熄为末, 新汲水服 6g。阴寒痿弱, 将末敷阳上即起。

敷阳固精丸 专治阳痿, 虚惫不固不举, 心肾不交。

人参 60g, 黄芪(酒炒) 60g, 肉桂 60g, 熟附子 1个, 川芎 30g, 杜仲(姜炒) 30g, 山药(炒) 120g, 补骨脂(炒) 120g, 小茴香(炒) 120g, 菟丝子(酒煮) 240g, 巴戟天(去心, 酒浸) 60g, 锁阳(酒煮) 60g。蜜丸, 梧桐子大, 每服 9g, 白开水空腹下。

乌须种子丸 黑豆(沙锅内黄酒煮熟, 晒干) 2.5kg, 补骨脂(盐水炒) 500g, 枸杞子(酒洗) 500g, 菟丝子(酒煮透) 500g, 川椒(去闭口目者) 240g(先洗净, 选地一块用炭火烧红, 用水泼湿, 将川椒在地上以磁盆盖上, 一宿取用)。共为末, 酒糊为丸, 梧桐子大。每服 9g, 白滚



汤空腹下。

加味虎潜丸 专治肾水不足，筋骨痿弱，不能步履。

当归（酒炒）60g，白芍（酒炒）60g，人参 60g，黄芪（蜜炙）60g，山药（炒）120g，白茯苓 60g，黄柏（酒炒黑）60g，牛膝 60g，熟地黄 120g，锁阳（酒洗）120g，杜仲（去皮，盐炒）60g，菟丝子（酒煮）60g，狗胫骨（酥炙）60g，龟甲 60g，补骨脂（盐炒）60g，知母 45g。共为末，以猪脊髓为丸，梧桐子大，每服 9g，白开水空腹下。

起痿阳 硫黄 120g 研末，水调为糊，以石燕 60g，烧红，频投糊内，以酥为度。外用柏子仁 9g，枸杞子 15g，人参 9g。共为细末，面糊为丸，绿豆大。每服 40 丸，淡盐汤下。

种子并治阳痿 人参 6g，枸杞子 15g。煎水酒 1L，分作几次饮之，每饮酒，用猪肾以刀划纵横纹，将补骨脂 15g 为末，入肾纹内，纸包煨熟以酒咽。

夜梦遗精方 黄柏、蛤蚧粉为细末，蜜丸梧桐子大，青黛为衣，服之神效。

或石菖蒲 30g，白果（去壳皮）14 个，生酒煎服。或海金沙 30g，木香 30g。为末，面和丸如萝卜子大，朱砂为衣，临卧白水下 7 丸或 9 丸；或韭菜子研末，早晨冲酒服，奇效。

又神效方 女贞子 500g，牡丹皮 90g，马料豆 200g，补骨脂 60g，五味子 30g，茯苓 120g，杜仲 75g。盐水炒，共为末，水泛为丸，每早服 4 丸。

约精丸 凡梦遗诸药不效者，服此可愈。



黄连、地黄、当归身、炙甘草、酸枣仁（去壳，净炒研）、茯苓、远志、人参、石莲子（苦石莲）肉各等份。蜜丸梧桐子大，每早、晚各服 6g，淡盐水下。

金锁思仙丹 治男子色欲过多，精气不固，梦遗滑脱无子。

莲花蕊（忌地黄、蒜）300g，石莲子（沉水者佳，去内青心，取粉）300g，芡实（晒干，捣取净粉）300g。上药以金樱子 1.5kg，取霜后半黄者木臼中杵却刺，擘为片，去子，水淘净捣烂。入沙锅水煎不绝火，约水耗半，取出滤过，重煎如稀汤。入前药末，和丸梧桐子大。每服 50 丸，空腹盐汤下。1 个月不走泄，候女子月信停服，另取车前子 20g 水煎，空腹服之，一交感即孕。平时忌葵菜、车前子。

生精种子奇方 凡梦遗滑泄，真精亏损者，服之效验。有火者相宜。

沙苑子（微焙，120g 为末入药，120g 为膏入蜜）240g，川续断（酒蒸）60g，菟丝子（酒煮见丝）90g，山茱萸（生用）、芡实粉（生用）、莲须（生用）各 120g，覆盆子（生用）、甘枸杞子各 60g。上药末以沙苑子膏同炼蜜和丸，如梧桐子大，每服 12~15g，空腹淡盐汤下。

男子失精、梦遗二方

①白芍（酒炒）、龙骨（煅）、牡蛎（煅）、桂枝各 3g，炙甘草 0.9g，水 2 盅，大枣 3 枚，煎至 2.4g 服。

②熟地黄 240g，山茱萸 60g，山药、茯苓各 90g，牡丹皮 45g，龙骨 9g（生研，水飞），莲须 30g，芡实 60g，