

一看便知的漢方治療效果

家庭漢方藥

江金石編譯



家庭漢方藥

江金石編譯

一看便知的漢方治療效果



1974.2.01

家庭漢方藥

■ 編譯：江金石

■ 發行者：張時

■ 出版者：新風文化事業公司

台北市民生東路五八三巷三弄九號
電話：五一二〇六三八

■ 印刷者：東美印刷廠

台北市民生東路228巷2弄6號

■ 定價：新台幣玖拾元

港幣拾捌元

■ 有著作權·翻印必究

前言

本書編撰的主旨，是在家庭中可以實施的漢方療法。目前，由於各種原因而最容易積滯緊張、壓力，同時，疾病也多樣化而超出了現代醫療的範圍甚多。在這種環境之下，對自己或家屬的健康，無法完全依靠既成的醫療方式，而對疾病必須具有某種程度的基本知識，然後更以積極的態度來維護自己的健康。話雖如此，但却須要高度的專門知識，尤其誤治而容易引起大弊害的療法，則仍需依靠專家的指導。這點，通常所用的漢方藥則幾無副作用，而以家庭療法來說，確是最理想的方法。

本書的構成，以東方醫學基本精神的與自然之間的調和為主，所以不只是運用漢方藥，更爲了發揮高度的漢方藥療效，仍將基本的養生法和泛用的民間藥也一併予以論述在內。又，卷末的漢方藥處方分量，則採用目前最常用者做爲基準。

目次

第1章 漢方入門

- | | | |
|---|-----------|----|
| 1 | 何謂漢方？ | 10 |
| 2 | 漢方的基本觀念 | 11 |
| 3 | 疾病和食物 | 16 |
| 4 | 治療期間 | 17 |
| 5 | 漢方藥的副作用 | 18 |
| 6 | 濃縮劑和煎劑 | 20 |
| 7 | 漢方藥的選購 | 21 |
| 8 | 漢方藥的有效服用法 | 23 |

第2章 症狀別・漢方療法

二五

1 循環器系的疾病

高血壓 26

防風通聖散、大柴胡湯、七物降下湯、釣藤散、黃連解毒湯、三黃瀉心湯

低血壓 31

小建中湯、當歸芍藥散

心臟神經症 35

柴胡加龍骨牡蠣湯、桂枝加龍骨牡蠣湯、半夏厚朴湯、加味道遙散

2 呼吸器的疾病

風邪 40

葛根湯、麻黃湯、銀翹散、小青龍湯、麻黃細辛附子湯、柴胡桂枝湯、小柴胡湯

氣喘 46

麻杏甘石湯、小青龍湯、柴朴湯

鼻炎 51

小青龍湯、葛根加川芎辛夷、麻黃細辛附子湯

3 消化器的疾病

腸胃病

半夏瀉心湯、平胃散、六君子湯、人參湯、安中散

便秘

三黃瀉心湯、桃核承氣湯、麻子仁丸、大黃甘草湯

下痢

半夏瀉心湯、六君子湯、人參湯、五苓散

痔

乙字湯、小建中湯、桂枝茯苓丸、紫雲膏、芎歸膠艾湯

肝病

大柴胡湯、小柴胡湯、茵陳蒿湯

4 腎・生殖器的疾病

73

69

65

61

56

腎炎·浮腫·····80

五苓散、八味丸、當歸芍藥散、柴苓湯

膀胱炎·····84

龍膽瀉肝湯、猪苓湯、當歸芍藥散、苓姜朮甘湯

夜尿症·····88

小建中湯、柴胡桂枝湯、葛根湯、八味丸、苓姜朮甘湯

不妊·生理不順·····92

當歸芍藥散、桂枝茯苓丸、桃核承氣湯

5 其他的疾病和症狀

頭重·頭痛·····98

加味逍遙散、桂枝茯苓丸、五苓散、苓桂朮甘湯、半夏白朮天麻湯、黃連解毒湯

口腔炎·····104

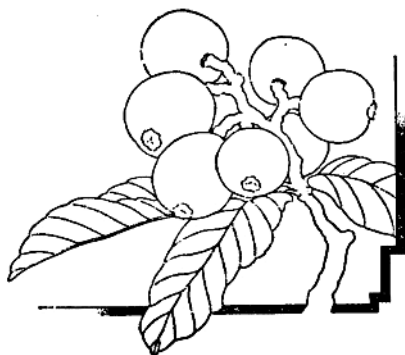
黃連解毒湯、半夏瀉心湯、銀翹散

目眩·····108

苓桂朮甘湯、半夏白朮天麻湯、真武湯、當歸芍藥散、桂枝茯苓丸	耳鳴	112
苓桂朮甘湯、柴胡加龍骨牡蠣湯、八味丸	糖尿病	116
八味丸、五苓散、白虎加人參湯	肥胖症	120
防風通聖散、大柴胡湯、防已黃耆湯	失眠症	124
柴胡加龍骨牡蠣湯、酸棗仁湯、當歸芍藥散	神經症	128
加味逍遙散、柴胡加龍骨牡蠣湯、半夏厚朴湯	宿醉・噁心	132
半夏瀉心湯、五苓散、小半夏加茯苓湯、半夏厚朴湯	疲勞	136
十全大補湯、補中益氣湯、人參湯		

神經痛·關節痛·····	141
麻杏薏甘湯、八味丸、桂枝加朮附湯	
更年期障礙·····	145
桂枝茯苓丸、當歸芍藥散、加味逍遙散、桃核承氣湯	
面皰·····	149
桂枝茯苓丸、當歸芍藥散、消上防風湯	
皮膚病·····	153
十味敗毒散、白虎湯、溫清飲、麻杏薏甘湯、越婢加朮湯、桃核承氣湯	
強壯和老化預防·····	158
八味丸、瓊玉膏、鹿茸、桂枝茯苓丸	
藥方藥一覽表·····	163

第1章 漢方入門



1 何謂漢方？

漢方，有不少人都以為只是漢方藥，其實，湯液（使用漢方藥的治療）、針灸、按摩，以及太極拳、氣功療法（以呼吸法為中心的療法）等也都包含在內，這些治療法，乍看都不盡相同，但基本觀念却共通不背。它不但與自然調和，而且還可以調整身體上的均衡狀態，因此，將可活用人們具有的自然治癒力於最大限。

例如，衆人皆知的風邪其最具代表性治療藥葛根湯，是以葛根、生薑、大棗、甘草（甘味料）、芍藥、麻黃（發汗劑、鎮咳劑）等七味所構成的，但其中可以稱得上為藥物者，只有麻黃和芍藥，而其餘則與其說是藥倒不如說是食品較為適宜。風邪大多是由於濾過性病原體或細菌所引起的，可是，此葛根湯中却並不含殺滅細菌等的抗生素在內。雖然如此，但如能在風邪初期飲喝熱葛根湯之後，約在一、二小時則身體溫暖，並輕微發汗，隨即因風邪所引起的頭痛、肩痛等都會消失無踪。

又，針灸對神經痛、關節痛是頗具療效的，但也並不塗敷鎮痛劑於針尖或艾草上。

另一例是，江戶期被尊為臨濟宗中興之祖的白隱禪師，以肺結核為主的呼吸器疾病治療法上，竟使用內觀法（以腹式呼吸為中心的方法）而治好了不少患者。

換言之，所謂「漢方療法」，即是將生物所具有的自然治癒能力予以活用的。而且此法與新藥相較時，副作用則更少。

不過，當服用漢方藥時，必須注意幾點。一般人都認為，服用漢方藥即是漢方治療，但其實，使用漢方藥只佔漢方治療的一半而非全部。至於其餘的後半，則以漢方的思想來分析疾病的症狀，然後配合藥物的。同時，嚴守用藥、症狀上的養生法也包括在內。

因此，像「打噴嚏三次○○三錠」，配藥不但不容易，而且更不可以僅靠服藥而不養生。雖然了解症狀十分不易，但如果用藥對症則幾無副作用而療效又顯著。

2 漢方的基本觀念

漢方的基本觀念是，如何與自然環境調和。自然是有其一定的規律，同時，人們也

隨着年齡的推移、季節變化而有一定的規律。所以，人們的身體只要能夠與自然界的變化有所調和，則可以避免一般性疾病的。可是，大多數的人則無視此一法則，或無法克制自己的欲望，結果，重演不養生而罹患疾病。

以兵法家而有名的「孫子」說：

「知己不知敵，百戰五十勝五十敗；知敵不知己，百戰五十勝五十敗；知己知敵，百戰百勝而無敗。」

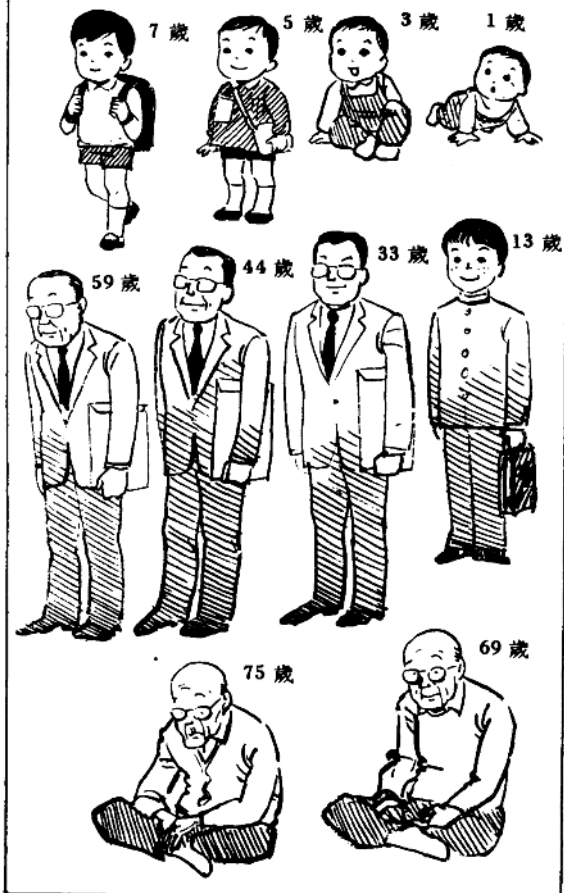
如「孫子」所說，與病戰鬥而百戰百勝者，必須先研習年齡的變化以及自然界變化和疾病的關係。

a 年齡和疾病

體質容易變化的年齡為，一歲、三歲、五歲、七歲、十三歲、三十三歲、四十四歲、五十九歲、六十九歲、七十五歲。以上是根據我所觀察中，容易罹患大病的年齡。如一歲時是原有經過母乳攝取的免疫分離期；三歲、五歲、七歲時，則原屬強健身體者，突然患病或相反地，本屬體弱多病者，突然間轉為強健者即是。

所以，盡可能的話，在這年齡未到之前有此病的孩童則必須設法予以改善體質，若

體質容易變化的年齡



是錯過其時期，亦即十三歲時，女孩子即生理開始的前後，男孩子則變聲期前，予以治療，期使體質獲得改善。

如患有過敏性疾病（鼻炎、氣喘、濕疹）等者，未能在這年齡之前改善體質的話，當孩子成長為大人，並育有三個孩子時，其中至少有一人將會承繼與雙親同樣的過敏性體質，這豈不是「親因果報子」？

又，三十三歲、四十四歲則與厄年同一年齡，亦即成人之後最容易罹患大病，或人生上最有不如意的時期，所以，特別要注意。一般來說，三十三、四十四、五十五、六十六等同數雙連的年齡是最容易引起變化之時。

其次，到了五十九歲、六十九歲時，如一旦發病則將會拖延一年、二年之久。

即如上述，人們的肉體，自出生到死亡都在漸次變化不停，尤其上記年齡是變化最多的時期，希特加留意。

b 季節和疾病

過了二月節分而立春即將來臨時，過敏性疾病將會增加不少。如皮膚癢、濕疹、鼻炎症狀惡化等皆是。