



荣树图书策划
RONGSHUTUSHUCEHUA

膏滋方

实用宝典



陈园桃 袁成业
谢英彪



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

膏滋方实用宝典

GAOZI FANG SHIYONG BAODIAN

主 编 陈园桃 袁成业 谢英彪

副主编 金亚明 王 靖 朱 云

编 著 戴伯荣 王立基 全亚萍 管松 王锐

徐方镇 蒋云峰 杨晓冬 钱 徽



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

膏滋方实用宝典 / 陈园桃, 袁成业, 谢英彪主编. —北京: 人民军医出版社,
2010.11

ISBN 978-7-5091-4120-5

I. ①膏… II. ①陈…②袁…③谢 III. ①膏剂—验方 IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 206802 号

策划编辑: 崔晓荣 文字编辑: 陈娟 责任审读: 吴然

出版人: 石虹

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) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927288

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市春园印刷有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 10.25 字数: 135 千字

版、印次: 2010 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~5000

定价: 22.00 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



全书分上、中、下三篇分别介绍了什么是膏滋方、膏滋方的选材、制作标准及常用的中药、怎样辨证应用膏滋方进行保健；不同体质及特殊人群怎样服用膏滋方；常见疾病的膏滋方应用、肿瘤患者在放化疗期间怎样服用膏滋方以减轻放化疗带来的副作用等。本书通俗易懂、深入浅出地普及了膏滋方的相关科学知识，满足了寻常百姓了解膏滋方的迫切需求，对弘扬膏滋方文化，传播膏滋方知识，造福大众健康有很好的意义。



中医膏滋方历史悠久

任何一种文化，检验其科学性、实用性的唯一尺度就是历史。在历史长河中没有被湮灭、没有被淘汰，就证明这种文化的科学性和存在的合理性。中医膏滋方起源于数千年前，它是中医常用八大剂型——丸、散、膏、丹、汤、酒、露、锭之一，是中医方剂的重要组成部分，在我国有着悠久的历史，并在临床实践中不断发展，正日益发挥着滋补健身、抗衰益寿，救偏治病的功效，为人类的健康发挥了重要作用。

膏滋方是指内服膏方，它是由外用的膏药发展而来的。虽然先秦时代的《山海经》中即有羊脂类药物涂擦防治皮肤皸裂的记载，但这是外用膏方的雏形，成书于战国至西汉时期的《黄帝内经》中关于“豚膏”、“马膏”的记载，是以动物脂肪为基质，主要外用于外科、伤科疾病。

直到东汉末年，张仲景在《金匱要略》中出现的“大乌头煎”，与现代膏滋方制作十分相似，完全可视为医学史上最早的膏滋方。《金匱要略·腹满寒疝宿食病脉证治第十》中的大乌头煎，用大乌头五枚，水三升，取一升，去渣，纳蜜二升，煎令水气尽，强人服七合，弱人服五合。这种水煎药物，去药渣，继续浓缩药液，最后入蜜，再煎煮蒸发水分的方法，就是现代制作内服膏方的一般方法。《金匱要略·肺痿肺病咳嗽上气病脉证治第七》中的皂荚丸后有“饮以枣膏，安其正也”之说，用大枣制成枣膏内服，以免皂荚涤痰损伤病人正气，可谓后世膏剂用于补养扶正的起源。

晋代陈延之的《小品方》中记载有“地黄煎”一方，只用单独一味生地黄浓煎取汁制成的较早的膏滋处方。

唐代孙思邈的《备急千金要方》中膏方的制剂采用水煎去渣，取汁，浓缩的方法，如卷十六的地黄煎，由地黄汁、茯苓、知母、玉竹、天花粉、竹沥、生姜汁、白蜜、生地骨皮、石膏、麦冬汁组成，主治脾胃虚热，是养阴清热的膏滋方。又如金水膏功

效润肺化痰，将药味水煎去渣后浓缩，加炼蜜收膏。《千金方》中有个别“煎”方，已与现代膏滋方大体一致。王焘的《外台秘要》载“古今诸家煎方六首”，包括《广济》的阿魏煎、蒜煎、鹿角胶煎、地黄煎，均是具有滋补强壮作用的膏滋方。这表明早在唐代，膏滋方已应用于滋补强身。

到了宋元时期，“煎”被“膏”的称呼所代替，南宋《洪氏集验方》收录的琼玉膏，用生地黄、人参、茯苓和白蜜组成，治虚劳干咳。《圣济总录》的栝楼根膏，以生栝楼根和黄牛脂共同制成，功用养胃生津。宋代医家许叔微用治失眠和疮疡肿毒的宁志膏、国老膏均为宋元遗留下来的著名膏滋方，沿用至今。

内服膏滋方发展到了明代，已开始迈入成熟阶段。此时期的膏滋方大多习惯于“××膏”的方式命名。不仅新的内服膏滋方层出不穷，应用也日趋广泛，而且制作膏滋药的方法初步固定下来，即药物多次煎煮，浓缩后加阿胶、蜂蜜等收膏，并强调辨证选用膏滋方，因人而制方。如明王代肯堂《证治准绳》所载通声膏，将药物共研粗末，熬透去渣，加入杏仁液、酥、蜜、姜汁、枣肉收膏而成，功用补气润肺，化痰利窍，专治气阴耗伤之咳嗽气促，胸中满闷，语声不出之症。《景岳全书》所载两仪膏，取白参、熟地黄、水煎2次，取浓汁加白蜜收膏，用以气血双补，形气兼顾，治疗气血两亏，嗜欲劳伤，胃败脾弱，下元不固诸证。《韩氏医通》中收录的霞天膏，治沉痾痼疾等。洪基著《摄生总要》，从壮阳填精法立论，纂辑了诸如“龟鹿二仙膏”（鹿角、龟板、枸杞子、人参等）著名的抗衰老膏方，至今仍为临床广泛使用。明代末年著名的食疗养生大家洪基在所著的《摄生秘剖》一书中收录了著名的二冬膏、玄极膏、山药膏等方，膏方组成即一二味，以简洁高效而影响着后世膏滋方的发展。

到了清朝，膏滋方的发展到了繁荣时期，《理渝骈文》是当时颇有代表性的膏方专著。书中对膏方的治疗机理、配制工艺、应用方法等，均作了详细的论述。不仅对治疗疮疡、皮肤疾病作了介绍，而且还记载了治疗哮喘、血证、呕吐、泄泻、黄疸、水肿、消渴、疟疾、白带、难产、慢脾风等内、妇、儿科的疑难杂症。内服膏滋名方迭出，许多官方修撰的医书和医家自撰的方书中均有众多的膏滋方涌现。如《古今图书集成·医部全录》的琥珀茯苓膏；《种福堂公选良方》的秘传噎膈膏、治痹膏；《随息居饮食谱》的玉灵膏；《食鉴本草》的莲肉膏等等，均为后世留下的膏滋方宝贵遗产。服用膏滋方的风气在清朝宫廷及官府中颇为盛行，从《清太医院配方》、《慈禧光绪医案选议》两书中可以窥见一斑。清朝的皇宫贵戚、达官贵人所服用内服膏滋方有以下特色：一是膏滋方组成比较简单，药量较轻，如菊花延龄膏、五味子膏、梨膏均只有一味药，而明目延龄膏、二冬膏只有两三味药而已。一般的膏方也只有十来味药。二是膏滋方并不局限于冬令进补时才服用，只要病情需要，一年四季可由太医拟方服用。如《慈禧光绪医方选议》中的调气化饮膏在此书中处方于四月份，扶元益阴膏处方于七月份，润肺和肝膏则处方于九月份等等。三是数量、品种较多，临床使用范围已扩展到各科的多个病种。仅《慈禧光绪医方选议》一书便收录了著名膏滋方28首，

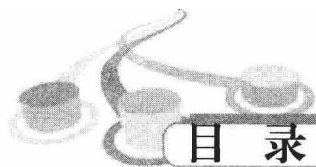
如用于长寿的菊花延龄膏，用于补益的扶元和中膏，用于治眼病的明目延龄膏，用于止咳化痰理肺的二冬膏，用于治脾胃病的资生健脾膏，用于治疗肝病的清热养肝和络膏等等。清朝其他医家及著作中亦收录了众多的膏滋名方，如《张聿青医案》便收录了张氏辨证选用膏滋方医案近 30 例，用于治疗血证、眩晕、遗精、哮喘、不孕、痛经等病。膏滋方用药达 130 余种，可喜的是从清朝开始膏滋方进补调理的方法已从宫廷流传至民间，并得到了较为广泛运用。膏滋方已经成为临床治疗各种疾病的常用剂型和手段。

中华人民共和国成立后，特别是近 10 多年来，膏滋方的研制和临床运用得到了迅速发展。1962 年的《全国中药成药处方集》，共载各类膏滋剂 58 方，1988 年的《全国中成药产品集》，所收煎膏剂包括内、外、妇、儿、五官等科共 152 方，这反映了建国以来膏滋成药的迅速发展。现代中西医结合的趋势对膏滋方产生重大影响，给膏滋方今后的发展注入新的活力。这主要表现在结合西医的诊断与有关对中药药理认识的基础上来拟订、涌现出了一批新型的膏滋方和各医院自制的膏滋协定方。近几年来，冬令找中医专家定开定制膏滋方呈持续增长趋势，尤其是江苏、浙江、上海为主的江南寻常百姓，冬令选择膏滋方进补已经蔚然成风。2009 年 11 月初由中华中医药学会、中国中医科学院主办，南京中医药大学第三附属医院暨南京市中医院承办的“2009 中国首届中国膏方高峰论坛”在南京成功召开，推动了膏滋方的研究、运用、制作事业的发展 and 人才培养计划的落实，将为中医膏滋方事业的发展带来深远影响，为膏滋方市场的发展带来更大的空间，为人民群众的健康带来更大的福祉。

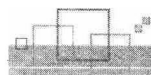
为了弘扬膏滋方这块中华文化宝库中的瑰宝，宣传普及膏滋方这支传统中医学中奇葩，我们组织了有关的中医药专家中的科普大家，编写了这本《膏滋方宝典》，以通俗易懂，深入浅出的文字，普及膏滋方的相关科普知识，以满足广大读者了解膏滋方的迫切需求，以弘扬膏滋方文化，传播膏滋方知识，造福于大众健康。

陈园桃

2010. 7. 1



目 录 CONTENTS·····



上 篇 膏滋方的基本知识

何为膏滋方·····	1
膏滋方有何特点·····	3
膏滋方有何神奇功效·····	4
膏滋方有哪些适应范围·····	9
服用膏滋方的最佳季节在何时·····	12
一年四季都能服用膏滋方吗·····	13
谢英彪教授四季养生膏·····	14
如何服用膏滋药·····	15
哪些情况应暂停服用膏滋药·····	15
服用膏滋药时能吃萝卜吗·····	16
服用膏滋方能喝咖啡吗·····	17
服用膏滋药时能喝茶吗·····	18
如何保存膏滋药·····	18
服用膏滋药有无不良反应·····	20
中医师开膏方为何要重视辨证施治·····	22
中医师开膏方为何要辨证施治与辨病施治相结合·····	23



中医师开补益膏方时为何顾及脾胃	24
膏滋方为何要选择道地药材	25
服膏滋药是否要先服“开路方”	25
医生开膏滋药有何原则	26
服用膏滋药同时为何要重视食补	28
阿胶有何神奇功效	29
鹿角胶有何神奇的作用	31
龟甲胶有何神奇的功效	34
鳖甲胶有何作用	36
膏滋方为何要用“贵细药材”	37
糖类、蜂蜜在膏滋药中如何应用	38
膏方中的替代糖有哪些	39
膏滋方中常用的补气中药有哪些	40
膏滋方中常用的补血中药有哪些	41
膏滋方中常用的补阳中药有哪些	42
膏滋方中常用的补阴中药有哪些	44
膏滋方中常用的其他中药有哪些	45
膏滋方制作的标准是什么	48

中 篇 偏颇体质·亚健康状态·不同人群与膏滋方

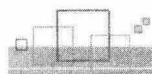
体质的概念是什么	55
体质与健康有何关系	56
平和体质者要不要服用膏滋方	57
气虚体质者服用何种膏滋方	58
血虚体质者服用何种膏滋方	58
阳虚体质者服用何种膏滋方	59

阴虚体质者服用何种膏滋方	60
痰湿体质者服用何种膏滋方	61
湿热体质者服用何种膏滋方	62
血瘀体质者服用何种膏滋方	63
气郁体质者服用何种膏滋方	64
特禀体质者服用何种膏滋方	65
何为亚健康状态	67
长期躯体疲劳的亚健康状态者服用何种膏滋方	69
长期脑力疲劳的亚健康状态者服用何种膏滋方	69
长期心理疲劳的亚健康状态者服用何种膏滋方	70
反复感冒的亚健康状态者服用何种膏滋方	71
恶寒怕冷的亚健康状态者服用何种膏滋方	71
情绪忧郁的亚健康状态者服用何种膏滋方	72
睡眠障碍的亚健康状态者服用何种膏滋方	73
耳鸣的亚健康状态者服用何种膏滋方	74
视力下降的亚健康状态者服用何种膏滋方	75
性欲减退的亚健康状态者服用何种膏滋方	76
便溏不成形的亚健康状态者服用何种膏滋方	77
手术后如何选用膏滋方	78
脑力劳动者可服膏滋方吗	78
体力劳动者能服膏滋方吗	79
老人能服膏滋方吗	79
中青年人能服膏滋方吗	80
儿童能服膏滋方吗	80
孕产妇能服膏滋方吗	81
膏滋方调治亚健康状态案例选介	82





膏滋方强身健体案例选介	84
-------------------	----



下 篇 常见病膏滋方的辨证选用

冠心病如何辨证选用膏滋方	86
高血压病如何辨证选用膏滋方	87
中风后遗症如何辨证选用膏滋方	89
自发性多汗如何辨证选用膏滋方	89
慢性浅表性胃炎如何辨证选用膏滋方	90
慢性萎缩性胃炎如何辨证选用膏滋方	91
消化性溃疡如何辨证选用膏滋方	92
胃下垂者服用何种膏滋方	94
慢性腹泻者服用何种膏滋方	95
习惯性便秘者服用何种膏滋方	96
慢性支气管炎者服用何种膏滋方	97
支气管哮喘者服用何种膏滋方	98
泌尿系统感染者服用何种膏滋方	100
慢性肾小球肾炎者服用何种膏滋方	100
老年性夜尿多者服用何种膏滋方	102
贫血者服用何种膏滋方	102
白细胞减少症者服用何种膏滋方	103
血小板减少性紫癜者服用何种膏滋方	104
糖尿病者服用何种膏滋方	105
痛风者服用何种膏滋方	106
血脂异常者服用何种膏滋方	107
眩晕者服用何种膏滋方	108
老年性痴呆者服用何种膏滋方	109



月经不调者服用何种膏滋方	111
痛经者服用何种膏滋方	113
老年性阴道炎者服用何种膏滋方	114
子宫肌瘤者服用何种膏滋方	115
阳痿者服用何种膏滋方	116
男子不育症者服用何种膏滋方	118
小儿慢性支气管炎者服用何种膏滋方	119
小儿支气管哮喘者服用何种膏滋方	120
营养不良者服用何种膏滋方	122
小儿遗尿症者服用何种膏滋方	123
痤疮者服用何种膏滋方	124
黄褐斑者服用何种膏滋方	125
脂溢性脱发者服用何种膏滋方	126
少白头者服用何种膏滋方	127
老年性皮肤瘙痒者服用何种膏滋方	128
癌症化疗药物性骨髓抑制服用何种膏滋方	128
化疗药物性消化道反应者服用何种膏滋方	130
化疗药物性肝损伤者服用何种膏滋方	131
化疗药物性心脏损害者服用何种膏滋方	132
化疗药物性肺脏损害者服用何种膏滋方	134
化疗药物性泌尿系统损害者服用何种膏滋方	135
化疗药物性神经系统损害者服用何种膏滋方	136
放射性口腔炎者服用何种膏滋方	137
放射性骨髓抑制者服用何种膏滋方	138
放射性食管炎者服用何种膏滋方	139
放射性肺炎者服用何种膏滋方	140



放射性胃炎者服用何种膏滋方	141
放射性直肠炎者服用何种膏滋方	142
膏滋方调治慢性病案例选介	142
附：南京中医药大学附属泰州中医院膏滋经验方	145
附：泰州市中医院常用协定膏方简介	148

上 篇

膏滋方的基本知识



何为膏滋方

膏方是指一类经过特殊加工制成膏状的中药制剂。膏剂是中医药剂型汤、丸、散、膏、丹中较为常见的剂型之一。

膏方包括外用膏方与内服膏方两大类。

外用膏方主要有黑膏药与软膏药两种。

黑膏药：大多以植物油、黄丹为基质。经过高热炼制呈黑色，再放入高层调配桶中，加入药料而成。黄丹，外用具有拔毒生肌的作用。用于丸散，具有杀虫截疟的功能。内服丸散用黄丹剂量，每天不得超过 0.5 克。

软膏药：大多以猪、羊等动物油脂或白蜡、黄蜡等为基质，加入中药细粉、水煎液或流浸膏等，加热混合搅匀而成。

外用膏方虽多用以治疗疮疡、皮肤等外科疾病为主，但也可以通过内病外治，



用于治疗多种内科疾病。例如近代临床对哮喘、腰腿痛、肿瘤、关节炎等病症，亦常用膏方贴敷进行治疗，以达到平喘、活血、软坚、止痛等效果。

内服膏方是医生根据患者的体质类型、疾病性质，按照君臣佐使原则，选择单味药或多味药配合组成方剂，并将方中的中药饮片经2~3次煎煮，滤汁榨渣，加热浓缩成清膏。再加入某些辅料，如阿胶等胶质药材或红糖、饴糖、冰糖、蜂蜜等收膏而制成的一种比较稠厚的半流质或半固体的制剂，膏滋剂型容易贮藏、保存，而且便于长期服用。由于膏滋方具有药物浓度高，体积小，药性稳定，服用时无需煎煮，口味也好，便于携带等特点，因此自古以来一直深受欢迎。本书所说的膏滋方即指内服膏方，具有养生、补虚、防病、疗疾等多重功效。

内服膏滋方分为以下几类：

1. 清膏 将中药材经过2~3次浓煎并加热浓缩得到的较稠黏的液体状的膏剂，一般不加辅料，适合胃肠吸收功能较差，食欲不振及糖尿病患者，相当于中药浓煎剂。

2. 荤膏 指膏滋方中，除中草药之外添加了阿胶、龟甲胶、鳖甲胶、鹿角胶等动物类胶质辅料而熬制的膏滋方。

3. 素膏 是指膏滋方加工时用糖或蜂蜜等辅料而不用动物胶而收制的膏滋方。所以又有“糖膏”、“蜜膏”之不同。

4. 成品膏滋药 是选用一些疗效确切的膏滋方方剂，由药厂成批生产加工成膏滋，作为中成药商品在药店进行销售。这些膏方的组成内容大多比较简单，制成膏滋药后，提供大众对症选用，如益母草膏、二仙膏、枇杷膏。

5. 定开膏滋药 是医生针对患者身体状况进行辨证处方，做到一人一方，“量体裁衣”，由药店或医院药房定制加工制成膏滋药，每一剂膏滋方只适合患者本人服用。临床膏滋药又称“定制膏方”。

笔者认为，“膏方”包括外用的黑膏药、软膏药及内服膏滋方，膏滋方单指内服膏方。





膏滋方有何特点

定开膏滋方的最大特色是量身裁衣，度身定做，一人一方，对症下药，针对性强，加之配伍精当，选药讲究，制作工艺独特，所以膏滋方是一般滋补品、保健品无法比拟，无法替代的。

膏滋方的具体特色有以下几点：

（一）辨证论治，量体施方，整体调理，针对性强

每张定开膏滋方均系根据患者的不同偏颇体质，不同的亚健康状态，不同的症状，不同的体征，不同的理化检查结果，通过有较好的中医功底的中医师辨证论治，根据因人、因时、因地制宜的个体化治疗原则，四诊参合，反复斟酌，进行全方面辨治。根据辨证与辨病相结合，确立治则的治法，再选方遣药，依据君臣佐使进行合理配伍，排兵布阵，综合调理，全盘考虑，调节阴阳气血的动态平衡，才能拟定出一张合理的膏滋处方。定开的膏滋方与一般汤剂处方看之相似，但膏滋方更注意量体施方，整体调理。膏滋方组成的药味多而不杂，兼顾面广，更加适应比较复杂的病情，而且一人一方，针对性显得更强。

（二）扶正补虚，攻补兼施，补中寓治，治中寓补

从膏滋方门诊观察，开膏滋方的以老年人居多，虚损患者居多。老年人精气神渐衰，抵抗力逐渐下降，应激能力比较低下，往往一人患有多种老年病，患慢性消耗性疾病者更多，所以需要膏滋方调补者多于中青年。人。明清以来，膏滋方逐渐趋于补益，所以秦伯未大师说：“膏方者，盖煎熬药汁成脂液，而所以营养五脏六腑之枯燥虚弱者也，故俗称膏滋药。”此话虽然有失偏颇，但也揭示膏滋方的重点在扶正补虚，以治疗虚损体质和虚弱病症为主。补益药、补益方在膏滋方中运用最广泛，这是许多膏滋方常常以补益药为君药的缘故。通过调补脏腑的虚损和阴阳气血的不足，使人体达到阴平阳秘，气血调畅，脏腑功能活动恢复正



常。但膏滋方在进补的同时，并非一味蛮补，常常攻补兼顾，往往补中寓治，治中寓补，寓攻于补，在补虚扶正的同时又能兼顾其祛邪疗疾。古往今来，善开膏滋方的名医，都是擅长补益与祛邪并重，攻与补并施。服用一阶段膏滋方后，阴阳、气血、脏腑之偏盛偏衰状况，往往较快便得以纠正，凸显出膏滋方的独特效果。

（三）高效无毒，简便经济，服用方便，口感宜人

膏滋方基本上采用无毒且无副作用的优质药材配方熬制，虽然每料药的成本比较昂贵，但每料膏滋方可以连续服用一二月，分摊到每日的药费是有限的，膏滋方长期服用的用量一般比汤剂更少，加上省去了每日煎煮药物的麻烦，应该是一种省钱省力的高效剂型。膏滋方体积缩小，便于贮藏和携带，若真空小包装的膏滋方得以推广，便更加有利于携带和服用。定开的膏滋方都用糖、蜜或甜味剂收膏，口味宜人，对厌恶中药苦味者来说，更加易于接受较长时期的中医药治疗。



膏滋方有何神奇功效

膏滋方为何能防病强身、养生保健、延年益寿和治疗数十种内、妇、儿、外各种疾病？

膏滋方有以下神奇的功效：

（一）调节机体的免疫功能

人体免疫功能处于低下状态容易导致病原微生物的侵袭与肿瘤的发生；但若免疫反应过分激烈就成为变态反应，可引发各种过敏性疾病、风湿病、肾炎与慢性肝炎等多种疾病。

膏滋方中的补益药物大多对非特异性免疫功能及特异性免疫功能均有增强作用，这是膏滋方扶正培本的基本药理作用之一。其作用主要表现在以下方面：

