

汤头趣味速记法

北京科学技术出版社

932.92
)

汤头趣味速记法

李惠德 张继昌 著

北京科学技术出版社出版

(北京西直门外南路19号)

新华书店首都发行所发行 各地新华书店经售

固安县印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 2.75印张 55,000字

1987年12月第一版 1988年5月第二次印刷

印数 35,501—53,100册

ISBN7-5304-0069-x/R·7 定价0.70元

编写说明

方剂，俗名“汤头”，是中国医药学的重要组成部分，是学习中医的必修课程。至今流传下来的方剂，大都是前人在长期医疗实践中，逐步发展成熟的有效药组。而这些方剂之所以能流传下来，正是历代医家总结出一套遣药组方的理论，成为辨证论治的重要工具之一。

根据中医理、法、方、药辨证论治的规律，欲获得临床良好疗效，必须明中医之理，晓中医之法，熟中医之方，选恰当的药。有些初学者不求甚解，不愿背方，只求学些中药，临证时，按症选药，结果形成数味中药的堆积和拼凑，完全失去辨证论治的核心内容。所以，熟记汤头是学习中医的重要基本功。但是古今方书所载方剂，可以说多如牛毛，仅就全国通用的十三门中医教材中所选的方剂，据初步统计就有1,700首之多，完全背下来是不可能的。因此，必须探索出一套速记方剂的方法。

在研究速记方法之前，首先要明确的问题是，人的记忆力绝不是完全取决于先天，经过合理的训练，掌握记忆的方法，是可以获得超记忆力的。我们常听到一些上了年纪的人说：“年龄大了，记忆力衰退了。”实际上，许多生理学家、心理学家经过无数的科学实验证明，提高记忆力，并不受年龄的限制。只不过是未掌握记忆的规律罢了。

我们知道，要记住某个概念、事实、资料、事情等等，必须掌握三个要素：①印象，②联想，③重复。这就是正常

的记忆程序。所以，对于研究方剂的速记法，也必须遵循这条正常的记忆程序。

在探索汤头速记的方法中，我们发现常用的记忆方法有循环记忆法、对比记忆法、联想记忆法、形象记忆法、理解记忆法、趣味记忆法等等。联想、趣味记忆的方法，最适宜汤头的速记。例如，中医外科常用方剂“五味消毒饮”共五味药，其中有野菊花、金银花、蒲公英、天葵子、地丁。我们要记住它，就可以联想到，在春暖花开的季节，到郊外旅游，看到满山遍野都是美丽的花草，真是美景如画，“野花铺天地”。其中“野”字就是野菊花，“花”字是金银花，“铺”与“蒲”为谐音，是蒲公英，“天”是天葵子，“地”是“地丁”。经过“联想”，“五味消毒饮”，就记住了。再如，利用联想、形象、拟人、谐音等自编出有趣味的“故事”，是方剂速记的常用方法。例如方剂“止嗽散”，共由七味药组成，即陈皮、甘草、桔梗、百部、紫菀、荆芥、白前。我们可以编出：“陈甘桔部菀芥前”这句话，它的寓意很明显是：“陈甘杰不愿借钱”意思是陈甘杰这个人不愿意把钱借给别人。这样将“止嗽散”的组成编成这样一件有趣味的人和事，就很容易记住了。

当你明白了“联想”“趣味”记忆法的原理，也就掌握了方剂速记法的基本方法。

前 言

方剂，是在辨证审因决定治法之后，选择合适的药物，酌定用量，按照组成原则，妥善配伍而成。是辨证论治的主要工具之一。熟记方剂是学习中医的重要基本功。

本书编写的目的就是在研究了大量汤头记忆的方法之后，进行归纳分析，提出一套速记方法。这种方法是建立在科学的记忆方法的基础之上，从心理学角度对每种方法进行深化，以求达到速记汤头的目的。希望读者在学习这些方法之后，进行自己的再创造。

我们根据全国高等中医药院校教材，第五版《中医方剂学》为蓝本，将常用的200首方剂，编成“趣味速记”汤头。使其适应中医药院校学生，西医学习中医人员，中医函授学员以及各类成人教育和自学高考等诸方面读者的需要。

速记汤头的方法，还只是初步的尝试。不可避免地存在一些不足之处，因而殷切地希望广大中医药教学人员及读者提出宝贵意见。同时更盼望您们将在工作中和学习中所创造的汤头速记的方法提供给我们，以共同创造提高。

目 录

上篇 方剂的记忆方法

- 一、循环记忆法..... (1)
 - 1. 自编方歌..... (2)
 - 2. 改造原来的方歌..... (2)
- 二、对比记忆法..... (3)
- 三、联想记忆法..... (4)

下篇 汤头速记 200 首

- 一、解表剂..... (7)
 - 1. 麻黄汤..... (7)
 - 2. 大青龙汤..... (7)
 - 3. 三拗汤..... (7)
 - 4. 桂枝汤..... (8)
 - 5. 九味羌活汤..... (8)
 - 6. 加味香苏散..... (8)
 - 7. 小青龙汤..... (9)
 - 8. 桑菊饮..... (9)
 - 9. 银翘散..... (9)
 - 10. 升麻葛根汤..... (10)
 - 11. 竹叶柳蒡汤..... (10)
 - 12. 柴葛解肌汤..... (10)
 - 13. 葱豉桔梗汤..... (10)
 - 14. 败毒散..... (11)
 - 15. 再造散..... (11)
 - 16. 葱白七味饮..... (12)
 - 17. 加减葳蕤汤..... (12)
- 二、泻下剂..... (12)
 - 18. 大承气汤..... (12)
 - 19. 小承气汤..... (13)
 - 20. 调胃承气汤..... (13)
 - 21. 大陷胸汤..... (13)
 - 22. 温脾汤..... (13)
 - 24. 济川煎..... (14)
 - 25. 润肠丸..... (14)
 - 26. 通幽汤..... (14)
 - 27. 疏凿饮子..... (15)
 - 28. 新加黄龙汤..... (15)

23. 麻子仁丸····· (14)	29. 增液承气汤····· (15)
三、和解剂····· (16)	
30. 小柴胡汤····· (16)	34. 逍遥散····· (17)
31. 蒿芩清胆汤····· (16)	35. 痛泻要方····· (17)
32. 柴胡达原饮····· (17)	36. 半夏泻心汤····· (18)
33. 四逆散····· (17)	
四、清热剂····· (18)	
37. 白虎汤····· (18)	46. 清胃散····· (21)
38. 竹叶石膏汤····· (18)	47. 泻黄散····· (21)
39. 犀角地黄汤····· (19)	48. 玉女煎····· (21)
40. 凉膈散····· (19)	49. 芍药汤····· (22)
41. 普济消毒饮····· (19)	50. 白头翁汤····· (22)
42. 导赤散····· (20)	51. 青蒿鳖甲汤····· (22)
43. 龙胆泻肝汤····· (20)	52. 秦艽鳖甲散····· (23)
44. 戊己丸····· (20)	53. 清骨散····· (23)
45. 泻白散····· (21)	54. 当归六黄汤····· (23)
五、祛暑剂····· (24)	
55. 清络饮····· (24)	57. 桂苓甘露饮····· (24)
56. 新加香薷饮····· (24)	58. 清暑益气汤····· (25)
六、温里剂····· (25)	
59. 理中丸····· (25)	63. 四逆汤····· (26)
60. 吴茱萸汤····· (25)	64. 回阳救急汤····· (27)
61. 小建中汤····· (26)	65. 黑锡丹····· (27)
62. 大建中汤····· (26)	66. 当归四逆汤····· (27)
七、表里双解剂····· (28)	
67. 大柴胡汤····· (28)	69. 石膏汤····· (28)
68. 葛根黄芩黄连汤····· (28)	70. 五积散····· (29)
八、补益剂····· (29)	
71. 四君子汤····· (29)	82. 左归丸····· (33)

72. 六君子汤····· (29)	83. 大补阴丸····· (33)
73. 保元汤····· (30)	84. 虎潜丸····· (33)
74. 参苓白术散····· (30)	85. 一贯煎····· (34)
75. 补中益气汤····· (30)	86. 补肺阿胶汤····· (34)
76. 人参蛤蚧散····· (31)	87. 龟鹿二仙胶····· (34)
77. 四物汤····· (31)	88. 七宝美髯丹····· (35)
78. 归脾汤····· (31)	89. 河车大造丸····· (35)
79. 炙甘草汤····· (32)	90. 茯兔丹····· (35)
80. 泰山磐石散····· (32)	91. 肾气丸····· (36)
81. 六味地黄丸····· (32)	92. 右归丸····· (36)
九、安神剂····· (36)	
93. 朱砂安神丸····· (36)	95. 酸枣仁汤····· (37)
94. 珍珠母丸····· (37)	96. 天王补心丹····· (37)
十、开窍剂····· (38)	
97. 紫金锭····· (38)	
十一、固涩剂····· (38)	
98. 牡蛎散····· (38)	104. 桑螵蛸散····· (40)
99. 九仙散····· (38)	105. 缩泉丸····· (40)
100. 真人养脏汤····· (39)	106. 固经丸····· (40)
101. 四神丸····· (39)	107. 震灵丹····· (41)
102. 桃花汤····· (39)	108. 浣带汤····· (41)
103. 金锁固精丸····· (40)	
十二、理气剂····· (42)	
109. 越鞠丸····· (42)	116. 苏子降气汤····· (44)
110. 半夏厚朴汤····· (42)	117. 定喘汤····· (44)
111. 枳实薤白桂枝汤····· (42)	118. 四磨汤····· (44)
112. 橘核丸····· (43)	119. 旋复代赭汤····· (45)
113. 天台乌药散····· (43)	120. 橘皮竹茹汤····· (45)
114. 暖肝煎····· (43)	121. 丁香柿蒂汤····· (45)

115. 厚朴温中汤·····	(43)		
十三、理血剂·····		(45)	
122. 桃核承气汤·····	(45)	131. 牡丹皮散·····	(48)
123. 血府逐瘀汤·····	(46)	132. 十灰散·····	(48)
124. 复元活血汤·····	(46)	133. 四生丸·····	(49)
125. 七厘散·····	(46)	134. 咳血方·····	(49)
126. 补阳还五汤·····	(47)	135. 槐花散·····	(49)
127. 温经汤·····	(47)	136. 秦艽白术丸·····	(50)
128. 生化汤·····	(47)	137. 小蓟饮子·····	(50)
129. 桂枝茯苓丸·····	(48)	138. 黄土汤·····	(50)
130. 大黄蛰虫丸·····	(48)	139. 胶艾汤·····	(51)
十四、治风剂·····		(51)	
140. 川芎茶调散·····	(51)	144. 镇肝熄风汤·····	(52)
141. 牵正散·····	(51)	145. 大定风珠·····	(52)
142. 玉真散·····	(52)	146. 地黄饮子·····	(53)
143. 小活络丹·····	(52)		
十五、治燥剂·····		(53)	
147. 杏苏散·····	(53)	151. 百合固定汤·····	(55)
148. 桑杏汤·····	(54)	152. 麦门冬汤·····	(55)
149. 清燥救肺汤·····	(54)	153. 琼玉膏·····	(55)
150. 养阴清肺汤·····	(54)	154. 玉液汤·····	(56)
十六、祛湿剂·····		(56)	
155. 平胃散·····	(56)	163. 猪苓汤·····	(58)
156. 茵陈蒿汤·····	(56)	164. 防己黄芪汤·····	(59)
157. 三仁汤·····	(56)	165. 五皮散·····	(59)
158. 甘露消毒丹·····	(57)	166. 真武汤·····	(59)
159. 连朴饮·····	(57)	167. 实脾散·····	(60)
160. 蚕矢汤·····	(57)	168. 萆薢分清饮·····	(60)
161. 八正散·····	(58)	169. 羌活胜湿汤·····	(60)

162. 五苓散..... (58)	170. 独活寄生汤..... (61)
	171. 鸡鸣散..... (61)
十七、祛痰剂..... (61)	
172. 二陈汤..... (61)	177. 滚痰丸..... (63)
173. 温胆汤..... (62)	178. 贝母瓜蒌散..... (63)
174. 茯苓丸..... (62)	179. 半夏白术天麻汤... (63)
175. 清气化痰丸... (62)	180. 止嗽散..... (64)
176. 小陷胸汤..... (63)	
十八、消导化积剂..... (64)	
181. 保和丸..... (64)	183. 枳实消痞丸..... (65)
182. 枳实导滞丸... (64)	
十九、驱虫剂..... (65)	
184. 乌梅丸..... (65)	186. 布袋丸..... (66)
185. 肥儿丸..... (65)	
二十、涌吐剂..... (66)	
187. 瓜蒂散..... (66)	
二十一、痛疡剂..... (66)	
188. 仙方活命饮... (66)	195. 阳和汤..... (69)
189. 五味消毒饮... (67)	196. 小金丹..... (69)
190. 四妙勇安汤... (67)	197. 内补黄芪汤..... (69)
191. 犀黄丸..... (67)	198. 苇茎汤..... (70)
192. 牛蒡解肌汤... (68)	199. 大黄牡丹汤..... (70)
193. 海藻玉壶汤... (68)	200. 清肠饮..... (70)
194. 透脓散..... (68)	
方剂索引..... (71)	

上篇 方剂的记忆方法

一、循环记忆法

这是记汤头最常用的方法之一，而且被认为是“正统”的方法。由于以往学中医者，自幼家传师承，很早就开始被动地背诵汤头歌诀，故又被称为“童子功”。从心理学的角度来说，这是属于正常记忆程序。重复是记忆的重要因素，它是通过大脑的机械反应，使你能够回想起一点也不感兴趣，对其没有产生过任何联想的东西。

循环记忆的方法，主要是反复地背诵“汤头歌”。方歌的优点是简单、易诵、易记、读起来有“韵”，可以朗朗上口。主要有汪昂的《汤头歌诀》及《汤头歌诀正续集》，张秉成的《成方便读》以及北京中医学院编的《汤头歌诀白话解》等。例如：

参苓白术散

参苓白术扁豆陈，山药甘莲砂苡仁，

桔梗上浮兼保肺，枣汤调服醒脾神。

小青龙汤

风寒束表饮停胸，小青龙汤最有功，

细辛半夏甘和味，姜麻桂枝芍药同。

由此可以看出，方歌一般均为四句，大多包括方名、组成及部分功能、主治，而且有一定的韵律。但是它的缺点也

往往是为了追求韵律，有时需要添加许多虚词，格调单一呆板，相互之间没有什么联系，很难引发人们的联想，更构不成“形象”、“趣味”等。所以完全是一种机械的记忆方式。只有经常反复背诵才可能记住，有时丢掉一句就完全想不起来了。若采用这种方法记忆汤头，需要对传统的歌诀进行改造，或自编方歌，就会提高记忆力。

1. 自编方歌：按照方歌的格式自编方歌，是速记汤头的一种方法。因为在编造方歌时，你一定经过了一番思考、联想、反复的尝试，已经有了相当深的印象。这样当你方歌编成时，再记牢它已经很容易了。例如右归丸，原方歌是：右归丸中地附桂，山药茱萸菟丝归；杜仲鹿胶枸杞子，益火之源此方魁。自编方歌是：附子二山仲地归，菟枸鹿肉微火煨。这样既简便了原来的方歌，又可引发了“联想”和“趣味”。父子到二个山头种地回来，将兔、狗、鹿肉用火煨好。这样编出来的方歌，肯定很快、很容易就记住了，即使不经常反复，也会终生难忘。

2. 改造原来的方歌：对传统的方歌进行简化、改造、修正韵脚等。例如逍遥散，原方歌是：逍遥散用当归芍，柴苓术草加姜薄；散郁除蒸功最奇，调经八味丹梔着。这样我们就把它后两句删掉，简化成前两句就可以了。再如酸枣仁汤，原方歌是：酸枣仁汤治失眠，川芎知草茯苓煎；养血除烦清虚热，安然入睡梦香甜。我们把它改造成：酸枣仁汤治失眠，苓芎知母甘草全。既简化了也合了韵脚，记起来就快多了。还有一种方法是，改编方歌时，可以将方中的“小方”单提出来，这样更加简炼，有利于速记。例如参苏饮，原方歌是：参苏饮内用陈皮，枳壳前胡半夏宜；干葛木香甘桔茯，内伤外感此方除。我们可以将其改造为：参苏饮中二

陈汤，葛壳胡梗与木香。这样记起来就快多了。

经过自编、改编后的汤头虽然比原单纯反复地机械记忆要快得多，但仍然要花费不少时间，与下面要介绍的“联想记忆”和“趣味记忆”等方法相比还相差甚远，所以只是作为一种方法，供读者参考。

二、对比记忆法

通过对比的方法，找出两个或两个以上方剂的相同点和不同点，记起来就比较容易。在正常的记忆程序中通过观察、比较相近方剂的组成、功用、主治的相同点和不同点，逐步总结它们的记忆规律，就可取得一石二鸟的效果。例如：麻黄汤和麻杏石甘汤，两方中都有麻黄、杏仁、甘草，是其相同的部分；所不同的是麻黄汤中有桂枝，而麻杏石甘汤中有生石膏，两者一热一寒。所以麻黄汤的功用是发汗解表，主治外感风寒；而麻杏石甘汤的功用是清肺平喘，主治肺热咳喘。又如三个承气汤，大承气汤由大黄、芒硝、枳实、厚朴组成，功用是通里攻下，主治痞满燥实坚的阳明腑实证；小承气汤则比大承气汤少一味芒硝，功用是轻下热结，主治痞满实证；而调胃承气汤由大黄、芒硝、甘草组成，功用是缓下热结，主治燥实之证。这样对三个承气汤进行观察、对比，不但帮助了我们的记忆，而且加深了对这三个方的剂理解。

还有一种观察对比的方法是，注意基础方和衍生方。这种现象在方剂中不胜枚举，例如四君子汤为基础方，可以衍生出六君子汤、香砂六君子汤、异功散等等；再如六味地黄丸为基础方，可以衍生出知柏地黄丸、杞菊地黄丸、麦味地黄

丸、归芍地黄丸、都气丸等等。

总之，对比记忆法作为记忆汤头，只适用于部分方剂，它的优点是有助于在理解的基础上加深记忆。

三、联想记忆法

联想是正常的记忆程序，是提高记忆力的关键，也是我们汤头速记最为推崇的记忆方法。著名心理学家威廉·雅姆曾经说过：“记性好的秘诀就是根据我们想记住的各种资料来进行各种各样的联想。”他还说过：“每种联想成了挂资料的钩子，有了这个钩子，如果资料掉下来，就能够把它挂上去。”因此，联想不但能提高记忆力，而且与以后的回忆甚为相关。

联想是非常广泛的，有时看起来是很笨拙的联想、很可笑的联想，或很奇特的联想，甚至不合乎情理和逻辑。但它们都是提高记忆力的有效方法。其间，愈是联想的很可笑，愈有趣味，甚或愈奇特，则记忆的效果就愈好，故又名曰：“趣味记忆法”。本书下篇所介绍的汤头速记法，就是以联想为主的趣味记忆法。

联想记忆法强调把物象做为记忆的根本。科学实验和人的实践都证明，人脑具有容易接受形象信息的特性。也就是说物质的形象对人的记忆联想比文字或抽象的概念要容易得多。例如：要想记住世界著名文学家莫里埃的几本主要著作：《可笑的女才子》、《丈夫学堂》、《太太学堂》、《吝啬鬼》、《贵人之谜》、《唐璜》、《伪君子》就不大容易，但是通过奇特的联想之后，他们之间发生了奇特而有趣的联系，就很容易记住了——莫里埃是个《伪君子》，他和

《可笑的女才子》出了《丈夫学堂》，进了《太太学堂》，找到了《吝啬鬼》、《唐璜》，请他们帮助解开了《贵人之谜》。下面我们举几个汤头速记的例子，玉女煎这首方剂的组成有麦冬、熟地、知母、石膏、牛膝。我们通过联想之后，编成“麦地石母牛”，它的寓意是“麦地拾母牛”，即在麦子地里拾了一头母牛。又如银翘散的组成有薄荷、牛蒡子、豆豉、甘草、连翘、芦根、桔梗、竹叶、银花、荆芥穗。经过联想形成趣味记忆：“荷牛豉草，连根梗叶花穗全吃了”，其寓意是：“河牛吃草，连根梗叶花穗全吃了”又如三仁汤的组成是，杏仁、薏仁、薏苡仁、竹叶、厚朴、通草、半夏、滑石。经过联想形成趣味记忆：“三仁爬竹杆，扑通滑夏来”，其寓意是：“三人爬竹杆，扑通滑下来。”即三个人一起爬竹杆，扑通一声全掉下来了。

我们已经知道联想是很广泛的，可以“拟人”“谐音”“形象”“奇特”等等。而且联想是新旧知识建立联系的产物，但知识积累越多，新知识联想就越广泛，越容易记住新事物。例如，我们在汤头速记中常用的谐音联想，就是要在一定的文学和文字的基础上加以完成的。如发汗解表常用的方剂加味香苏散，它的组成有生姜、苏叶、甘草、陈皮、川芎、防风、蔓荆子、荆芥、秦艽、香附。经过谐音联想，可编成“江苏草皮穷，风漫京郊乡。”江是“姜”的谐音，穷是“芎”的谐音，漫是“蔓”的谐音，京是“荆”的谐音，郊是“艽”的谐音，乡是“香”的谐音。这些谐音也可以称为同音异义，而有的完全属于谐音。例如四君子汤的组成是人参、茯苓、白术、甘草，经过谐音联想，可编成趣味记忆“人茯术甘”。其寓意是“人服猪肝”，其中的“猪”与“术”“肝”与“甘”谐音。总之，同音异义也好，谐音也

好，在汤头速记中都是常用的方法。

联想记忆法要求尽量把一些呆板的无生气的东西，联想成生动的有生气的事物。这样才能产生强烈的速记效果。例如止嗽散，组成有陈皮、甘草、桔梗、百部、紫菀、荆芥、白前。经过联想形成趣味记忆为“陈甘桔部菀芥前”，其寓意是“陈甘杰不愿借钱”。这样就把原来呆板的无生气的东西，通过“拟人”“形象”“谐音”的联想，编成趣味、生动、和有生气的事物，从而达到了良好的速记效果。

综上所述，我们所介绍的方剂速记方法，完全是根据正常的记忆程序，和现代心理学研究的成果，结合方剂的本身特点，以及临床实际运用经验，用现代口语进行表述的，希望能通过理论学习和实际应用，把传统的死记硬背，提高到现代心理学水平，为提高学习方剂的效率而服务。

下篇 汤头速记200首

一、解表剂

1. 麻黄汤

【趣味记忆】 甘麻杏桂

【寓意】 干妈姓桂

【组成】 甘：甘草 麻：麻黄 杏：杏仁 桂：桂枝

【功用】 发汗解表，宣肺平喘。

【主治】 外感风寒。恶寒发热，头痛身痛，无汗而喘，舌苔薄白，脉浮紧。

2. 大青龙汤

【趣味记忆】 石大姜甘麻杏桂

【寓意】 石大江干妈姓桂

【组成】 石：石膏 大：大枣 姜：生姜 甘：甘草

麻：麻黄 杏：杏仁 桂：桂枝

【功用】 发汗解表，清热除烦。

【主治】 外感风寒。发热恶寒，身痛，烦躁无汗，脉浮紧。

3. 三拗汤

【趣味记忆】 甘黄杏

【寓意】 干黄杏

【组成】 甘：甘草 黄：麻黄 杏：杏仁