

《黄帝内经》

主编◎张湖德 马烈光 郭霞珍

补法治疗宝典

HUANGDI NEIJING

BUFA ZHILIAO

BAODIAN



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

《黄帝内经》补法治疗宝典

HUANGDI NEIJING BUFA ZHILIAO BAODIAN

主 编	张湖德	马烈光	郭霞珍
副主编	蒋建云	马淑然	张 红
	童宣文	卢集森	卢时杰
编 者	袁健强	侯云山	高延培
	杨凤玲	宋一川	刘 晗
	许筱颖	刘晓燕	庄家英
	吴同玉	陈 萌	邱新萍
	张明泉	王志飞	牛国良



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

《黄帝内经》补法治疗宝典/张湖德,马烈光,郭霞珍主编. —北京:人民军医出版社,2005.7

ISBN 7-80194-626-X

I. 黄… II. ①张…②马…③郭… III. 内经-补法-研究
IV. R243

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 029071 号

策划编辑:杨磊石 **加工编辑:**张映柏 **责任审读:**黄栩兵

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:北京市复兴路 22 号甲 3 号 **邮编:**100842

电话:(010)66882586(发行部) 51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部) 66882583(办公室)

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京国马印刷厂 **装订:**京兰装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:14.5 **字数:**365 千字

版次:2005 年 7 月第 1 版 **印次:**2005 年 7 月第 1 次印刷

印数:0001~4500

定价:30.00 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

电话:(010)66882585 51927252

主编简介

张湖德 男,山东寿张县人,毕业于北京中医药大学。现任中央人民广播电台医学顾问,曾在北京中医药大学《黄帝内经》教研室工作十年,授课时数达四千多学时;为厦门大学海外函授学院编写《黄帝内经选读》教材(20万字);主编出版《黄帝内经》养生全书10册共168万字(2001年台湾将此套书全部出版)、《黄帝内经》饮食养生宝典(50万字)。本书是作者主编的有关《黄帝内经》的第三部著作。此外,作者还出版过有关养生、美容、营养、中医等方面著作百余部,发表文章5000多篇。

马烈光 男,成都中医药大学教授、研究室主任、硕士研究生导师;兼任中华中医药养生康复学会常务理事、四川省中医养生康复学会会长、日本自然疗法协会和东洋出版社特邀学术顾问、《美国中华医学杂志》(中文版)第一副总编。从事中医养生康复教学、科研工作30余年,在养生保健和中医药美容方面颇有造诣。长期笔耕不辍,在国内外刊物上发表学术论文50余篇,主编新世纪全国高等中医药院校本科规划教材《养生康复学》,参编出版专著10余部;主持、主研国家级和部省级重点科研项目共5项。

郭霞珍 女,浙江嘉兴人。现为北京中医药大学教授,中医基础理论系主任,博士研究生导师。研究《黄帝内经》几十年,造诣颇深,是国内研究《黄帝内经》不可多得的专家。

内 容 提 要

本书由中医学专家编写,根据《黄帝内经》关于补法治疗的理论和方法,结合现代研究成果和医疗保健实际,详细介绍了各种食补和药补方法。包括《黄帝内经》论虚证、论补法,后世医家对内经补法的研究与应用,各种食补方法及140余种滋补食物的营养成分、功效、制作与食用,各种药补方法及200余种补养中药、方剂和中成药的临证应用,并精选了34种顽症的补法治疗验案。内容丰富,阐述简明,资料翔实,方法具体,是学习、运用中医理论指导医疗保健工作很有价值的参考书。适于临床医师、基层医务人员、医学院校师生学习参考,亦可供广大中医药爱好者自疗和保健参考。

责任编辑 杨磊石 张映柏

序

众所周知,《黄帝内经》是祖国医学最早的经典巨著,中医学之所以历数千载而不衰,《黄帝内经》的理论体系起到了决定性的作用。所以《黄帝内经》成为后世学习中医的必读之书,并被尊为“医家之宗”,奉为圭臬。《黄帝内经》中所阐述的补法不仅是中医临床治病的重要法则之一,亦是人们养生保健祛病延年的法宝。本书主编张湖德、马烈光、郭霞珍长期担任《黄帝内经》教学和科研,撰写了大量有关研究《黄帝内经》的学术专著和文章,造诣颇深,本书即是他们研究《黄帝内经》的硕果之一。相信本书的出版对继承、挖掘、提高祖国医药学定能做出较大的贡献。

北京中医药大学校长

郑学农

二〇〇五年仲春

2005年

北京中医药大学

前言

人最宝贵的是生命，因为生命属于人们只有一次。那么，怎样才能延年益寿呢？方法尽管很多，但最重要的一条是不患或少患疾病，因为疾病是死亡的最重要因素。目前，80%的人们往往是死于疾病。那么，又怎样战胜疾病呢？《黄帝内经》里教导我们，要“不治已病，治未病”。就是说，人们在未患病之前，就要防患于未然，针对患病前的蛛丝马迹进行防治。诚如《黄帝内经》所说：“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”，亦是说人体正气充沛与否，是决定致病邪气是否侵袭的关键。人们要不患或少患疾病，就要千方百计使体内真元之气充沛，而补法是真元之气充沛的最根本措施。不管是食补还是药补，如果能及时补充体内损耗的正气，人们又怎能得病呢？补法源于《黄帝内经》，是祖国医学最重要的养生与治疗法则，当然亦是健康与长寿的根本。你若想健康、长寿，就要读此书；你要在临床实践中获得惊人的疗效，也必须深入钻研《黄帝内经》补法治疗宝典。

张湖德 中央人民广播电台医学顾问

2005年3月

于北京中医药大学

目 录

一、内经论虚证	1
(一)虚证治法理论	2
(二)五脏虚证	10
(三)相关病症	12
偏枯	12
偏风	15
痺风	15
少气	16
水证	18
风水	20
胀证	22
痞证	24
泄泻	24
痿	26
脉痿	28
筋痿	29
肉痿	30
骨痿	31
眩暈	31
善忘	32
脱营、失精	33
解亦	33
肉苛	34
不仁	35
肉烁	36

遗尿	36
阳痿	37
大倮	38
多汗	38
津脱、液脱	40
嗜睡	41
失眠	41
耳鸣	43
耳聋	43

二、内经论补法	44
(一)指导思想	44
1.治病求本	44
2.治病救人	50
3.审时度势	52
4.标本缓急	53
5.重视调神	57
6.未病先防	60
(二)补法总要	61
(三)补法分类	62
(四)补方之制	67
1.权衡轻重	67
2.制方有约	70
三、后世医家对《黄帝内经》	
补法的研究与应用	73



- (一) 张机对《黄帝内经》补法的研究与应用 73
1. 对《黄帝内经》病因思想的继承与发展 74
 2. 对虚劳病辨证的精细化 77
 3. 对虚劳病论治的具体化 78
 4. 对虚劳病的遣方用药 79
- (二) 孙思邈对《黄帝内经》补法的研究与应用 81
1. 孙思邈的补虚思想 83
 2. 与《黄帝内经》理论学术渊源 86
- (三) 陈直、邹铉对《黄帝内经》养生原则的发挥 89
1. 养生原则 89
 2. 养生思想 92
 3. 与《黄帝内经》理论学术渊源 95
- (四) 张元素对《黄帝内经》脏腑辨证虚证的发挥 99
1. 学术思想 99
 2. 张元素对《黄帝内经》补泻思想的发挥 100
- (五) 李杲对《黄帝内经》补法的研究与应用(补法及补方) 104
1. 补法理论 104
 2. 治则治法与举例 107
 3. 方药举例 110
 4. 病例 112
- (六) 汪机对《黄帝内经》中补法的运用和发挥 114
1. 汪机对《黄帝内经》虚证的运用及发挥 114
 2. 汪机的甘温补气观点 115
 3. 重用参芪的治疗思路 116
 4. 汪机在临证中对部分虚证疾患的诊治 117
 5. 汪机对针灸补法的运用 118
 6. 汪机临证中的补益方剂 119
- (七) 薛己对《黄帝内经》补法的研究与应用 124
1. 对“治病求本”的发挥 125
 2. 对《黄帝内经》补虚法则的发挥 126
 3. 对《黄帝内经》内伤杂证的研究 129
- (八) 缪希雍对《黄帝内经》补法的运用及其发挥 131
1. 保护胃气 132
 2. 强调脾阴的重要性 133
 3. 重视脾肾的关系 134
 4. 对《黄帝内经》中五脏虚实

补泻的认识及发挥	134	刀鱼	165
5. 四时用药补泄说	135	香蕈	166
6. 辨证的运用补法	135	木耳	167
7. 缪氏治疗的某些虚证医 案举例	136	黄鳝	167
8. 缪氏诊疗中的部分补益 方剂	137	大米	167
(九) 李中梓对《黄帝内经》 补法的研究	139	荸荠	168
1. 医论	139	绞股蓝	169
2. 临证论治经验	144	(二) 血的食补	170
(十) 绮石对《黄帝内经》治 未病的发挥	150	大枣	171
1. 对《黄帝内经》虚损病 因的阐发	150	动物血	171
2. 提出治虚三本和 二统	152	猪血	171
3. 阳虚三夺统于脾	154	羊血	172
4. 阴虚之证统于肺	155	禽类血	172
5. 把“治未病”精神应用 于虚劳病的防治	156	蚶	173
(十一) 程国彭对《黄帝内 经》补法的研究与 应用	158	猪皮	173
1. 主要学术观点	158	牛奶	174
2. 辨证论治, 精切周详	159	鸡蛋	174
3. 以补为攻, 别具慧眼	160	荔枝	175
4. 注重脾胃, 饮食摄养	161	苦瓜	176
四、食补	163	(三) 阴气的食补	177
(一) 气的食补	163	甲鱼	177
鹅肉	165	鸭肉	178
		银耳	178
		蚌	179
		向日葵子	179
		桑椹	180
		醋	180
		蟹	181
		猪肉	182
		乌骨鸡肉	182
		泥鳅	182
		蛤蜊	183



扇贝	183	芝麻	204
黑米	183	青蛙	204
(四)阳气的食补	185	韭菜子	204
狗肉	185	猪蹄	205
海马	185	(七)神的食补	206
麻雀肉	186	山楂	206
黑鱼	187	驴肉	207
鲃鱼	187	酸枣仁	207
羊肉	187	骨髓油	208
(五)津液的食补	188	茶叶	208
柿子	189	鹌鹑蛋	209
草莓	190	芹菜	209
豌豆	190	(八)肺的食补	210
李子	191	百合	210
猕猴桃	191	橄榄	211
绿豆	192	冰糖	211
西瓜	192	薏苡仁	212
火腿	193	蜂蜜	213
藕	194	饴糖	213
松子仁	196	燕窝	214
乌梅	196	罗汉果	215
梨	197	南瓜	216
冬瓜	198	杏	217
(六)精的食补	198	松子	218
米汤	199	(九)心的食补	219
香蕉	199	玉米	220
黄花鱼	200	龟板	220
海参	200	发菜	221
鸡肉	201	(十)健脾益胃的食补	222
核桃	202	土豆	223
鲍鱼	203	赤小豆	223

目 录

豆腐皮	224	虾肉	243
茉莉花	224	鸽肉	244
洋葱	224	小茴香	244
蚕豆	225	分心木	244
兔肉	226	包心菜	245
糯米	226	蚯蚓	245
泥鳅	226	韭菜	246
向日葵	227	(十三)虚损的食补	247
香椿	227	红薯	247
大蒜	228	猪肚	248
荞麦	229	牛肉	248
鲫鱼	230	山药	249
猴头菇	230	淡菜	250
酸牛奶	231	羊奶	250
豆腐	231	鳙鱼	250
鲈鱼	231	大麦	251
扁豆	232	鹿胎	252
芒果	232	糙米	253
无花果	233	螺旋藻	254
芫荽	234	花粉	256
紫菜	235	芦笋	258
竹笋	237	菠菜	259
黑鱼	238	卷心菜	260
木瓜	238	蜗牛	261
(十一)肝的食补	239	鲑鱼	263
海螵蛸	240	五、药补	265
鹌鹑	240	(一)气的药补	265
葡萄	240	人参	265
(十二)肾的食补	241	黄芪	270
刀豆	242	红芪	271
黑豆	242	蕨麻	271
狗肉	243		



(二) 血的药补	272	益智仁	292
白芍	273	覆盆子	293
当归	274	(七) 神的药补	294
鸡血藤	275	刺老鸦	294
丹参	275	五味子	295
阿胶	276	茯苓	296
(三) 阴气的药补	277	远志	296
西洋参	277	琥珀	296
玄参	277	刺五加	297
地黄	278	珍珠母	298
天冬	279	(八) 肺的药补	299
鳖甲	279	黄精	299
鸭蛋	280	蛤蚧	299
牡蛎	280	白及	300
熟地黄	282	(九) 心的药补	301
麦冬	282	莲子	301
(四) 阳气的药补	283	浮小麦	302
补骨脂	283	罗布麻	303
海龙	284	蟾酥	304
杜仲	284	柏子仁	305
鹿茸	285	夜交藤	306
阳起石	286	(十) 肝的药补	306
(五) 津液的药补	287	枸杞	306
党参	287	菊花	307
玉竹	288	沙苑子	308
糯稻根须	289	女贞子	309
芦荟	289	何首乌	309
(六) 精的药补	290	紫河车	310
蛤蟆油	291	桑寄生	311
肉苁蓉	291	续断	312
冬虫夏草	292	狗脊	312

山茱萸	313	七叶神安片	333
(十一)健脾益胃的		肾康定	333
药补	314	参附注射液	334
白术	314	(二)补血养血中成药	335
甘草	315	生血滋补片	335
吴茱萸	315	新阿胶	335
鸡内金	316	(三)补精养精中成药	336
太子参	316	一醉不老丹	336
蒲公英	316	延年不老散	336
淡豆豉	317	保养延寿不老丹	336
神曲	318	人参固本丸	336
陈皮	319	还精煎	337
(十二)肾的药补	319	金锁固精丸	337
菟丝子	320	(四)补阴养阴的中	
淫羊藿	321	成药	338
蛇床子	322	石斛夜光丸	338
芡实	323	还少丹	338
仙茅	324	生脉注射液	339
锁阳	325	(五)补阳壮阳的中	
葫芦巴	325	成药	340
骨碎补	326	肾宝	340
(十三)虚损的药补	327	全鹿丸	340
灵芝	327	锁阳固精丸	341
蛭子	328	补肾宁片	341
红景天	329	金蚬片	342
石斛	330	(六)补肺润肺的中	
六、有补益作用的中成药	331	成药	342
(一)补气养气中成药	331	百合固金丸	342
斑龙二至百补丸	331	养阴清肺膏	343
玉屏风散	331	(七)补益脾胃的中	
参芪膏	332	成药	344



- 参苓白术散 344
- 八仙丹(奇效良方) 344
- 补中益气丸 345
- (八)补心养心的中
- 成药 345
- 孔圣枕中丹 345
- 益康胶囊 346
- 益心丸 346
- 愈风宁心片 347
- 康宝口服液 347
- (九)补肝养肝中成药 348
- 归芍地黄丸 348
- 五子衍宗丸 348
- (十)益肾补肾中成药 349
- 长生不老丹 349
- 长生药酒秘方 349
- 六味地黄丸 349
- 还童丹 350
- 返老还童丸 351
- 枸杞子丸 351
- 益寿膏 351
- 延寿丹 352
- 刺五加片 352
- 补肾强身片 353
- 壮腰健肾丸 353
- (十一)益智安神中
- 成药 354
- 还少乳乌丹 354
- 人参远志丸 354
- 强力脑心康 355
- 安神补脑液 355
- 补肾益脑片 355
- 生脉饮 356
- 安神补心丸 356
- 安神定志丸 357
- (十二)强筋壮骨中
- 成药 357
- 益寿丸 357
- 养血荣筋丸 357
- 骨仙片 358
- 健步丸 358
- (十三)抗衰老中成药 359
- 熟地黄丸 359
- 补天大造丸 359
- 抗老防衰丹 359
- 金匱肾气丸 360
- 黄精丸 361
- (十四)抗疲劳、改善亚健康状态的中成药 361
- 鹿茸精 361
- 阿胶维他晶 362
- (十五)养颜护肤美容的中
- 成药 362
- 胡桃阿胶膏 362
- 七宝美髯丹 363
- 首乌丸 363
- 南宁生发片 364
- (十六)增强性功能中
- 成药 364
- 熬牛鞭膏 364
- 至宝三鞭丸 364
- 男宝 365

(十七)延年益寿中	验案	386
成药		366
龟龄集		366
五加参冲剂		366
(十八)增强妇女体质的补		
益类中成药		367
乌鸡白凤丸		367
加味益母草膏		368
(十九)应用补益中成药需		
要注意的问题		368
1. 以补为妙,滥用补药		368
2. 药补也得悠着点		369
3. 怎样服用中成药		369
(二十)历史名人使用过的		
补益中成药		370
1. 驻颜圣药蜂王浆		370
2. 康熙与益寿秘方——		
萃仙丸		371
3. 慈禧与菊花延龄膏		371
4. 元代忽思慧长寿方——		
琼玉膏		372
七、运用《黄帝内经》补法理		
论临床验案精选		373
(一)补法治疗痹证		
验案		373
(二)补法治疗脱发		
验案		384
(三)补法治疗皮痹		
验案		385
(四)补法治疗腰痛		
(五)补法治疗硬皮病		
验案		389
(六)补法治疗重症肌无力		
验案		390
(七)补法治疗抽搐证		390
(八)补法治疗麻木证		391
(九)补法治疗泻泄证		392
(十)补法治疗乳糜尿		393
(十一)补法治疗脾弱血		
虚证		394
(十二)补法治疗小便不		
利证		395
(十三)补法治阳痿		399
(十四)补法治阴茎		
异常		402
(十五)补法治疗肛门		
麻木		407
(十六)补法治唇颤		407
(十七)补法治疗口疮型		
舌炎		408
(十八)补法治胆痺		409
(十九)补法治口僻		409
(二十)补法治舌痹		410
(二十一)补法治舌痒		410
(二十二)补法治脾痺		411
(二十三)补法治舌纵		412
(二十四)补法治泻泄		412
(二十五)补法治头痛		419



(二十六)补法治咳嗽.....	422	气虚	432
(二十七)补法治便秘.....	427	(三十四)补法治眩晕.....	432
(二十八)补法治遗精.....	428	八、临床常用补益方剂	434
(二十九)补法治便血.....	428	(一)补气剂	434
(三十)补法治肝病	429	(二)补血剂	437
(三十一)补法治胀满.....	429	(三)气血双补剂	440
(三十二)补法治噎膈.....	430	(四)补阴剂	441
(三十三)补法治宗		(五)补阳剂	447