

补品补药与补益良方

杨智孚 张 峰 编著

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书为补益法专著，内容包括两大部分。第一部分介绍30种常见病症的补益，以及老年人、产后妇女、易感冒者的补益。每一病症论述了有关疾病的概念、产生、虚损的辨证、常见虚证及补益方法。第二部分介绍了82种补品和44种补药，对每种补品阐明了有关知识、处方用名、性味、归经、成分、功用、注意和禁忌、配方和用法。全书共提供有效方剂403个。本书内容丰富、易懂，适于中医、西医学习中医、新学中医者及有一定文化的读者学习和参考。

补品补药与补益良方

杨智孚 张 峰 编著

金盾出版社出版发行

社址：北京复兴路22号南门

电话：815453

香河印刷厂印刷

各地新华书店经销

开本：32 印张：6.875 字数：152千字

1987年5月第1版 1988年5月第2次印刷

印数：50001—100000册 定价：2.50元

ISBN 7-80022-005-2/R·1

前 言

补益问题越来越引起人们的重视。全国性的虚证讨论会不断召开，虚证和补益方法的研究工作取得了可喜的进展。1986年5月全国中西医结合研究会，召开了有虚证议题的研讨会，可见补益的理论已经引起西医学中医学者的兴趣和研究热情。中医早已有一套完整的虚证理论体系，在病因、病机、辨证、治则、方药、预防等方面，均有丰富的理论和经验。

由于人民群众生活水平的逐渐提高，健身防病、治病的需求逐渐强烈，渴望获得更多的补益知识。本书就是为满足这一要求而编著的。

对于补益有种种看法，有人认为越补越好，有的认为不管什么情况只要补就有益，有的认为虚就可以补。前两种看法是不对的。因为补益方法是对虚证而设，有虚才补，这符合有的放矢的原则。就象人参这样的补药，也不是任何人用了都是有益的。只有气虚的人用了才补，起到强壮身体作用。而对阳盛或有热之人却不能用，用了会出现头痛、咽痛、便干、出血、烦躁等反应。

如何补益，按照中医的理论要辨证施补。也就是说要根据所虚而补。气虚者主以补气，血虚者补益气血，阴虚者滋阴，阳虚者补阳。为了兼顾气与血、阴与阳的关系，对久虚者，补气兼补血，补血兼补气，补阴以滋阴为主，补阳以补阳为主兼以补阴。要做到正确补益，首先要掌握好各种虚的表现和诊断

要点：然后掌握常用的补药补品及常用方，这样才能做到辨证施补。

本书分两大部分：一部分为常见病症的补益，另一部分为常用补益之品。

我们的学识和经验有限，缺点和错漏之处，望广大读者提出宝贵意见。

杨智孚 张 峰

一九八六年七月于广州

目 录

第一章 常见病症的补

- 益……………(1)
- 一、慢性支气管炎的补益……………(1)
- 二、肺结核的补益…(3)
- 三、冠心病的补益…(6)
- 四、高血压病的补益……………(8)
- 五、低血压的补益…(10)
- 六、失眠的补益……(11)
- 七、贫血的补益……(15)
- 八、白细胞减少症的补益……………(17)
- 九、迁延型和慢性肝炎的补益……………(18)
- 十、慢性胃炎的补益……………(21)
- 十一、胃及十二指肠溃疡的补益……(24)
- 十二、慢性腹泻的补益……………(26)
- 十三、慢性便秘的补益……………(29)
- 十四、虚性水肿的补益……………(32)
- 十五、慢性肾炎水肿

- 消退后的补益…(34)
- 十六、脱肛的补益…(35)
- 十七、脱发的补益…(36)
- 十八、遗精和早泄的补益……………(37)
- 十九、阳痿的补益…(40)
- 二十、糖尿病的补益……………(43)
- 二十一、多尿的补益……………(46)
- 二十二、肾虚腰痛的补益……………(48)
- 二十三、自汗和盗汗的补益……(49)
- 二十四、妇女产后的补益……………(52)
- 二十五、妇女产后乳少的补益…(53)
- 二十六、子宫脱垂的补益……………(55)
- 二十七、习惯性流产的补益……(55)
- 二十八、虚性带下病的补益……(56)
- 二十九、小儿脾胃虚的补益……(57)

三十、慢性咽炎的补益..... (58)	(十九) 鸡肉..... (84)
第二章 老年人的补益 (60)	(二十) 鸡肠..... (86)
第三章 易感冒者的补益 (64)	(二十一) 鹌鹑..... (86)
第四章 补品 (66)	(二十二) 雉肉..... (88)
一、补气食品..... (66)	(二十三) 黄鳝..... (88)
(一) 栗子..... (66)	(二十四) 泥鳅..... (89)
(二) 花生..... (67)	(二十五) 鲫鱼..... (90)
(三) 莲子..... (69)	(二十六) 鲢鱼..... (92)
(四) 榛子仁..... (71)	(二十七) 章鱼..... (93)
(五) 荔枝..... (71)	二、补血食品..... (94)
(六) 大枣..... (72)	(一) 猪肝..... (94)
(七) 椰子瓢..... (74)	(二) 猪心..... (95)
(八) 糯米..... (75)	(三) 猪皮..... (96)
(九) 粟米..... (77)	(四) 羊肝..... (96)
(十) 牛肉..... (77)	(五) 牛肝..... (97)
(十一) 牛肚..... (78)	(六) 牛蹄筋..... (98)
(十二) 猪肾..... (79)	(七) 鸡肝..... (98)
(十三) 猪肚..... (80)	(八) 娃娃鱼..... (99)
(十四) 羊肚..... (81)	(九) 带鱼..... (100)
(十五) 羊心..... (82)	(十) 猫肉..... (101)
(十六) 黄羊肉..... (82)	(十一) 胡萝卜..... (101)
(十七) 驴肉..... (83)	(十二) 龙眼肉..... (102)
(十八) 田鼠肉..... (83)	(十三) 葡萄..... (104)
	三、补阴食品..... (105)
	(一) 白木耳..... (105)
	(二) 梨..... (106)

(三) 桑椹 …… (107)	鸡 …… (130)
(四) 松子 …… (108)	(二十七) 鸡蛋 …… (131)
(五) 甘蔗 …… (109)	(二十八) 鹅肉 …… (133)
(六) 白砂糖 …… (110)	(二十九) 海参 …… (133)
(七) 饴糖 …… (111)	(三十) 鱼鳔 …… (135)
(八) 芝麻 …… (112)	(三十一) 蛤蜊
(九) 黑豆 …… (114)	肉 …… (136)
(十) 豆腐 …… (115)	(三十二) 蜂蜜和蜂
(十一) 小麦 …… (116)	乳 …… (137)
(十二) 菠菜 …… (117)	(三十三) 龟肉 …… (139)
(十三) 羊奶 …… (119)	(三十四) 鳖肉 …… (140)
(十四) 羊肾 …… (119)	(三十五) 燕窝 …… (141)
(十五) 羊胫骨 …… (120)	四、补阳食品 …… (142)
(十六) 猪肉 …… (121)	(一) 羊肉 …… (142)
(十七) 猪肺 …… (122)	(二) 狗肉 …… (144)
(十八) 猪胰 …… (123)	(三) 鹿肉 …… (145)
(十九) 猪蹄 …… (123)	(四) 虾 …… (145)
(二十) 兔肉 …… (125)	(五) 麻雀肉 …… (147)
(二十一) 兔肝 …… (126)	(六) 雀卵 …… (148)
(二十二) 鸽肉 …… (126)	(七) 胡桃肉 …… (148)
(二十三) 家鸭	第五章 补药 …… (151)
肉 …… (127)	一、补气药 …… (151)
(二十四) 野鸭	(一) 人参 …… (151)
肉 …… (128)	(二) 西洋参 …… (154)
(二十五) 鸭蛋 …… (129)	(三) 太子参 …… (156)
(二十六) 乌骨	(四) 党参 …… (157)

- | | |
|-----------------|------------------|
| (五) 黄芪 …… (158) | (十一) 柏子仁… (187) |
| (六) 山药 …… (161) | (十二) 龟版 …… (188) |
| (七) 白术 …… (164) | 四、补阳药…… (190) |
| (八) 五味子…… (166) | (一) 鹿茸 …… (190) |
| 二、补血药…… (167) | (二) 鹿角胶…… (191) |
| (一) 当归 …… (167) | (三) 狗鞭 …… (192) |
| (二) 熟地黄…… (168) | (四) 海狗肾…… (193) |
| (三) 何首乌…… (170) | (五) 海马 …… (194) |
| (四) 阿胶 …… (172) | (六) 蛤蚧 …… (195) |
| (五) 白芍 …… (173) | (七) 紫河车…… (196) |
| (六) 枸杞子…… (174) | (八) 肉苁蓉…… (198) |
| 三、补阴药…… (175) | (九) 锁阳 …… (199) |
| (一) 北沙参…… (175) | (十) 巴戟天…… (200) |
| (二) 玉竹 …… (177) | (十一) 补骨脂… (201) |
| (三) 麦门冬…… (178) | (十二) 杜仲 …… (202) |
| (四) 天门冬…… (179) | (十三) 菟丝子… (204) |
| (五) 石斛 …… (180) | (十四) 沙苑子… (205) |
| (六) 女贞子…… (181) | (十五) 仙茅 …… (205) |
| (七) 冬虫夏草… (182) | (十六) 淫羊藿… (207) |
| (八) 百合 …… (183) | (十七) 韭菜子… (208) |
| (九) 黄精 …… (184) | (十八) 狗脊 …… (209) |
| (十) 灵芝 …… (186) | |

第一章 常见病症的补益

一、慢性支气管炎的补益

慢性支气管炎，包括单纯性慢性支气管炎和哮喘性慢性支气管炎两种类型。主要表现为咳嗽、咯痰、气喘，其中以咳嗽最为常见。病程在2年以上。本病属祖国医学咳嗽、痰饮、哮喘等病范围，发病率较高，有些地区调查其发病率在5%以上；老年人的发病率更高。故防治本病的意义很大。

补益法在本病迁延期和缓解期的治疗中有重要的作用。

本病病程较长，由于各脏腑之间的互相影响，造成了某些内脏虚损。此病首先病于肺，咳嗽日久，造成肺气虚损；又因其反复感染，肺热内蕴，热伤阴液，故肺阴亦虚。肺与脾为母子关系，脾为母脏能益肺气，故肺咳不愈，必伤脾气而使脾虚，脾虚水湿失于运化聚而为痰，痰浊阻肺又加重了咳嗽。肾虚而水凝为痰，上渍于肺，脾肺两虚，日久及肾都会造成本病。故慢性支气管炎属中医肺虚、脾虚、肾虚三型者居多。山西省中医研究所观察300例慢性支气管炎病人，有虚象者占84%，在缓解期补肺、健脾、补肾很重要。既能调整内脏功能，又能提高免疫力，加速病人痊愈。亦可抗复发。

慢性支气管炎迁延期，证属肺脾气虚为主者，证见咳而少气、自汗、乏力、食纳少、大便溏，治以益气健脾为主，可选用党参、淮山药、栗子、鹌鹑等治疗或辅助治疗。方可从以下各

方选用：

1. **六君子汤合玉屏风散加减** 党参10克，白术9克，茯苓12克，陈皮6~9克，法半夏9克，黄芪12克，紫苑9克，款冬9克。水煎，分2次煎服。本方健脾益气，理肺化痰。用于具有咳嗽、白痰、自汗、纳少、便溏、免疫机能下降者。

2. **栗子猪肉汤** 栗肉、瘦猪肉（用量、用法，详见栗子配方中第三方），患慢性支气管炎体弱久不愈者，可常用，具补脾肾益肺的功效。

3. **煲鹌鹑**（用量、用法，详见鹌鹑配方中第一方）用于肺气虚久咳的调补。

4. **鳖炖淮山杞子** 鳖、淮山药、枸杞子（用量、制法、用法，详见鳖肉配方中第一方）。肺脾不足之久咳者，或兼神经衰弱、慢性肝炎者，皆可应用。

慢性支气管炎迁延期证属肾阳虚，或脾肾阳虚者，以喘咳为主症，遇冷加重，动则为甚，痰稀白，尺脉弱者，主以温肾。可选下方：

1. **胡桃骨脂杏仁丸** 胡桃肉、补骨脂、杏仁（用量、制法、用法，详见胡桃肉配方中第二方）。

2. **红颜酒** 胡桃肉、红枣、杏仁、白蜜、酥油（用量、制法、用法，详见胡桃肉配方中第四方）。

3. **蛤蚧酒** 蛤蚧、白酒（用量、制法、用法，详见蛤蚧配方中第一方）。多用于慢性支气管炎属肾阳虚者。

4. **蛤蚧二母丸** 蛤蚧、人参、知母、川贝母、杏仁、炙甘草（用量、制法、用法，详见蛤蚧配方中第三方）。多用于慢性支气管炎，久咳不愈，肾阳已虚，肺气不足，痰粘或黄者。

慢性支气管炎迁延期，气阴已伤，见咳嗽、自汗、少气、

口干、便干者，主以益气养阴治之。可用下列方调养、治疗：

1. **猪肺敛肺汤** 猪肺、北沙参、五味子、诃子（用量、制法、用法，详见猪肺配方中第三方）。

2. **鲫鱼红糖甜杏汤** 鲫鱼、红糖、甜杏仁（用量、制法、用法，详见鲫鱼配方中第四方）。

3. **糯米百合甜杏粥** 糯米、百合、甜杏仁（用量、制法、用法，详见糯米配方中第六方）。本方既可作治疗用，又可作调养用。

慢性支气管炎缓解期，主要在于扶正气，补肾健脾益肺。可选用猪肺、淮山药、莲子、胎盘等；如有痰可加川贝，痰粘咽干可用罗汉果冲服。

若慢性支气管炎伴有支气管扩张咯血者，可补阴止血，用阿胶酒方治之（详见阿胶配方中第一方）；有阴虚痰粘者，用润肺清热化痰之方，以百合荸荠梨羹（详见百合配方中第五方）调养治疗。

若慢性支气管炎不愈伴有肺气肿，证属肺肾阳虚，咳喘、心悸、气短、畏寒、尿清者，应补肺温肾纳气，用蛤参散主之。

蛤参散 蛤蚧、人参（用量、制法、用法，详见蛤蚧配方中第二方）。

二、肺结核的补益

肺结核，中医称之为肺癆、癆瘵、劳嗽。肺结核的诊断，根据症状、体征、痰结核杆菌检查、血液和X线检查，诊断並不困难。如何加速治疗，取得满意的疗效，中医补虚之法就显得十分重要。

祖国医学认为本病产生有内外二因，内因为正气不足，阴

液虚少，外因为痨虫。痨虫侵入肺脏，正不胜邪，则发为肺癆。在疾病发展过程中，虚证表现较明显，有阴虚、气阴虚之证者最多。正气不恢复，难以抗邪，就很难痊愈，亦易复发。因此需要补虚扶正。补虚可以起到如下作用：

1.调整机体内阴阳的平衡，以利于机体的健康。肺结核多表现为阴虚，或气阴两虚，补阴可使阴阳平衡，补气可使气血平衡协调。这符合中医的“阴平阳秘，精神乃治”的道理。

2.有利于抗邪，提高机体免疫机能，有利于抗菌。

3.有利于病灶的愈合及防止复发。

肺结核属阴虚之证，见午后微热、颧红、盗汗、干咳、咽干、脉细数。肾阴已虚者，还见腰酸、遗精。主以滋阴，兼以清热。

滋阴之品可选用天冬、麦冬、生地、玄参、银耳、雪梨、百合、皮蛋、蛤肉、龟、燕窝。

滋阴清热的方剂，可从下列各方中选用：

1.雪梨百合冰糖饮 雪梨、百合、冰糖（用量、用法，详见梨的配方中第三方）。用于心肺阴虚之咳、痰少，而兼心烦失眠者佳。亦可作为滋养调治之剂。

2.雪梨菠菜根汤 雪梨、菠菜根、百合、百部（用量、用法，详见梨的配方中第四方）。有滋阴清热的功效。

3.鸡蛋银耳糖豆浆 鸡蛋、银耳、白糖、豆浆（用量、用法，详见鸡蛋配方中第二方）。本方作辅助治疗滋阴健身作用较好。

4.燕窝银耳汤 燕窝、银耳、冰糖（用量、用法，详见燕窝配方中第一方）。本方对阴虚有热者，既有治疗作用，又可有补养之功。

5.二冬川贝汤 天冬、麦冬、贝母、百部、黄芩、北沙参、炙甘草（用量、用法，详见天门冬配方中第二方）。

肺结核，属气阴不足者，其主要临床表现是午后微热、盗汗、颧红、咳嗽痰少、自汗、纳少、气短。其治主以养阴益气，可选用下方：

河车百部丸 紫河车、百部、白芨（用量、制法、用法，详见紫河车配方中第四方）。本方有补精气化痰止血的功效，体弱、咳嗽、咯血者可用。治疗中可配合抗结核杆菌的药物应用。此外，常用的中药还有黄芩、黄连、夏枯草等。

肺结核在治疗中，除用西药或中医疗法外，如用一些补益之方作为辅助治疗，能起到扶助正气，强健身体，提高免疫功能，加速病愈的作用。可选用下列各方：

1.雪梨百合冰糖饮 雪梨、百合、冰糖（用量、用法，详见梨配方中第三方）。此方多用于阴虚者。

2.百合子参银耳汤 百合、太子参、银耳（用量、用法，详见百合配方中第四方）。此方多用于气阴不足者。

3.皮蛋蚝豉粥 皮蛋、蚝豉、大米（用量、制法、用法，详见鸭蛋配方中第二方）。肺结核有咽痛、失眠时应用较好。

4.沙参百合鸭汤 北沙参、百合、肥鸭肉（用量、用法，详见北沙参配方中第四方）。阴虚火旺见咯血者可用之。

5.蜂蜜百合 百合或生百合、蜂蜜（用量、用法，详见百合配方中第二方）。阴虚之证者用之。

6.燕窝洋参汤 燕窝、西洋参（用量、用法，详见燕窝配方中第三方）。肺结核有气阴不足之证者用之，具有强身抗病作用。

肺结核病人，由于体内消耗较甚，身体虚弱，故病易进展，久久不愈。对此，增强体质，提高免疫力，实属重要。可用下列两方以补益身体，强身抗病。

1. **黄精河车汤** 黄精、紫河车（用量、用法，详见黄精配方中第三方）。

2. **胎盘膏** （用量、制法、用法，详见紫河车配方中第三方）。

三、冠心病的补益

这里所讨论的冠心病，是指冠状动脉粥样硬化性心脏病，它包括在祖国医学胸痹、胸痛、真心痛等范围。

冠心病与补益关系甚为密切。从祖国医学的观点看，很大一部分冠心病的发生原因与虚有关，病变过程中产生了各种虚证，形成了本虚为主，标实为辅的各种证型。补益之法在虚证者必不可少。

从祖国医学角度看，本病发生有内外二因。内为心、脾、肝、肾之虚，外为寒、饮食、情志刺激等因素。由于内外因的互相作用，病变常形成心气虚、心气阴两虚、脾气虚、肝肾阴虚、心肾阳虚为主之各证型，常兼夹痰浊、气滞、瘀血。

对冠心病的治疗，多在补虚基础上，据所兼夹之症而佐以祛邪。如兼夹之证不明显则以补虚治之。通过补虚，能起到如下作用：

1. 补益气血阴阳，即调整心脏功能和心肌细胞活动状态，有利于心脏的恢复。

2. 健脾、补肾，能减少血脂，有利于控制新的动脉粥样硬

化形成。

3. 提高细胞的免疫功能，使机体的功能恢复常态。

冠心病属气虚之证者，证见心胸隐痛、气短、心悸、乏力、舌质嫩、脉少力。治疗应以补气为主。兼瘀血者胸痛固定，时或刺痛，舌质夹有瘀斑；兼痰者胸痛、苔粘腻。可从下列各方中选用：

1. **人参灵芝丹参散** 人参、丹参、灵芝（用量、制法、用法，详见人参配方中第七方）。用于气虚夹瘀之证。

2. **灵芝三七饮** 灵芝、三七粉（用量、用法，详见灵芝配方中第二方）。用于气虚夹瘀之证，或肝肾虚夹瘀之证。老年冠心病者可常用。

冠心病属气阴不足者，证见心胸隐痛、气短、乏力、咽干、自汗、心烦、脉细少力。治疗应补益气阴。夹瘀者，兼以活血；夹痰者兼以化痰。可从下列各方中选用：

1. **生脉散** 人参、麦冬、五味子（用量、用法，详见人参配方中第一方）。

2. **参麦五味丹金汤** 人参、麦冬、五味子、丹参、郁金（用量、用法，详见人参配方中第二方）。用于气阴虚夹瘀滞者。

3. **洋参灵芝三七散** 西洋参、灵芝、三七、丹参（用量、用法，详见西洋参配方中第二方）。亦用于气阴虚夹瘀之证。

冠心病属阴虚者，证见心胸隐痛、心烦、口干咽燥、五心烦热、大便干，肝肾阴已虚者，还可见头晕、目花、健忘、腰膝酸软。治疗以补阴为主，若夹瘀血则兼以活血化瘀，夹痰者兼以化痰。可用玉竹三七汤：玉竹、三七、丹参（用量、用法，详见玉竹配方中第三方）。用于心阴虚夹瘀之证。

冠心病证属阳虚者，证见心胸痛，遇冷则甚，心悸、畏寒、手足不温、不渴、脉沉细无力、苔白滑质淡嫩。治宜温阳益气，夹有痰浊者，当兼温化痰浊；夹瘀血者兼以活血。可用下方加减治之：桂枝10克、炙甘草3～6克、人参6～9克、云苓12克。夹痰浊见胸闷满、苔白腻者，加法夏10～12克、瓜蒌15克、薤白10克；夹瘀者，证见心前区刺痛、舌质夹有瘀斑，加丹参15克、三七粉3～6克。

冠心病的补益，应注意以下几点：

1. 要注意辨别虚实，有虚证表现者方可进补益之法。此外，还要进一步区别是什么虚。一般而言，心胸隐痛，久痛，劳累则发，心悸、气短等表现，为虚证。兼有自汗、少气、脉虚、舌质嫩为气虚；兼心烦、口干渴、五心烦热、舌质嫩红为阴虚；兼畏寒、手足不温、舌质淡嫩且胖为阳虚。

2. 要处理好补与通的关系，虚证为主者，应以补为主，兼以通脉、化痰。

3. 通法选用活血理气之品时，要防止耗伤正气。特别是理气药不可多用，亦不可用破气之药。一般常用郁金、炒枳壳。

四、高血压病的补益

从祖国医学观点看，高血压病的起因，初发内脏则在肝或肾。体强和青年病人，其病变部位在肝，病多实证。体弱和老年病人，主要发病为肾虚多。若高血压病久，实为主者，也会变虚，变为肝肾阴虚，或心肾皆虚，或肾阴虚，甚或阴阳两虚。虚则补之，故高血压病人属虚者宜以补为主，这样阴阳才能平衡，其病才能痊愈。临床所见以肝肾阴虚，或阴虚阳亢为多。补肾肝之阴

为治高血压病的常用之法。

高血压病经治疗血压降为正常，为防止其复发，补阴之法是不可少的。因为无论肝火旺，或肝阳亢，病久均会伤阴，故补阴之法为防止复发的最常用方法。

高血压病的治疗，补益是常用之法，但清热、泻火、化痰、活血、安神各法亦不可少。应视其兼有不同的表现而配合使用，以取得更佳效果。

治疗高血压，补阴之品可选用菠菜、蜂蜜、海参、桑椹、首乌、女贞子等。

高血压病，证见头晕、失眠、健忘、腰酸、目花者，属肝肾阴虚，治宜补益肝肾，可选用下列各方：

1. **首乌山楂汤** 何首乌、山楂（用量、用法，详见何首乌配方中第二方）。本方有补肝肾之效，能降压、降血脂。可用于治疗具肝肾阴虚证的高血压、动脉硬化。

2. **首乌决明子汤** 何首乌、草决明、山楂、泽泻、牛膝（用量、用法，详见何首乌配方中第六方）。本方亦具补肝肾之效，亦可降血压，降血脂。

高血压病，证见头晕痛、面赤、心烦、便秘者，属阴虚有热。治疗应滋阴清热，可用下列两方调治：

1. **麻油拌菠菜芹菜** 鲜菠菜、鲜芹菜、麻油（用量、用法，详见菠菜配方中第一方）。本方具滋阴清热平肝息风作用，常用有效。

2. **杜仲牛膝夏枯草汤** 川杜仲、怀牛膝、夏枯草、勾藤、白芍、玄参、生牡蛎、炙甘草（用量、用法，详见杜仲配方中第三方）。本方用于高血压见肝肾阴虚有热之证者。

高血压病，证属肝肾阴虚为主证者，用滋阴之方常调补之，