



■ 中医百病百家验方系列

■ 主编

王兴臣

中医防治 高血压 百家验方



中国预防

高血压

和糖尿病

● 中国预防高血压和糖尿病

• 中医百病百家验方系列 •

中医防治高血压

百 家 验 方

主 编 王兴臣

编 著 王兴臣 李 敏 王斌胜 李运伦



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医防治高血压百家验方/王兴臣主编. —北京: 人民卫生出版社, 2009. 7

(中医百病百家验方系列)

ISBN 978-7-117-11852-1

I. 中… II. 王… III. 高血压—验方—汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第070462号

门户网: www.pmph.com

出版物查询、网上书店

卫人网: www.hrhexam.com

执业护士、执业医师、

卫生资格考试培训

中医百病百家验方系列 中医防治高血压百家验方

主 编: 王兴臣

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 10.75

字 数: 182 千字

版 次: 2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11852-1/R·11853

定 价: 22.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



《中医百病百家验方系列》编委会

学术顾问 李俊德 温长路

总主编 王 奕

学术秘书 庠 宇

编 委 (按姓氏笔画排序)

王兴臣 叶品良 庠 宇 庄乾竹

李姝淳 邸若虹 张大明 张玉萍

张效霞 袁久林 梅全喜 鲍健欣



百家
验方
系列

中
医
百
病



序

中医学是中华民族的伟大创造，在世界传统医学领域独树一帜，是对人类健康和世界文明的伟大贡献。作为独具特色的卫生资源，在中国医疗卫生事业中显示出巨大优势，对世界医学的发展也有着重大影响。在数千年的实践中，中医学积累了丰富的临床经验。中医学典籍浩如烟海，其中的单方、验方达30余万首，有记载的就有6万余首，被国际上称为“人种药理学的原始资料”。这些文献资源，蕴藏着世界上独有的巨大的人类生命科学信息，其中有相当一部分具有独立知识产权的价值。

在长期的历史进程中，中医临床各科都得到了极大的丰富和发展，目前收治的病种数已达9000余种，全面覆盖了医学的各个科系领域，尤其是在疑难疾病、慢性顽固疾病、老年疾病、身心疾病、心血管疾病、肝炎、肿瘤、不明原因性疾病等方面显示出独特的疗效。“转万斛之舟者，由一寻之木；发千钧之弩者，由一寸之机。”（唐·谭峭《化书》）疗效是中医学生命的灵魂，而作为成功经验积淀和升华的验方似具有枢纽功能的“寻木”或“寸机”，对疗效起着重要的支撑作用，古今大量验方的传播和体现验方精髓的中成药的广泛应用证明了这一点。因此，我们有必要对这些财富进行认真、系统的挖掘、整理、提高、出新，以使它们在疾病的防治中发挥更加积极的作用。为此，在中医界众多专家的热烈响应下，在众多读者的呼声下，在中国科协和人民卫生出版社的大力支持下，《中医百病百家验方系列》得以出版。

本系列组织了国内有经验的专家，以常见多发病为主线，即每一种常见病一本书，以方为本，精选每种病的历代有实效、有出处的验方大约100余首供基层医务工作者、中医院校学生和大众参考。

每本书分为“总论”与“各论”两部分。“总论”部分的内

容包括该书所介绍疾病的历史源流、病因病机、传统的治疗方法、名家的认识和作者的独特见解，以中医对该病的认识、现代医学对该病的认识、古今名家治疗该病的要领和经验、中西药治疗思路交汇等为编写模式，还包括该病的运动疗法、饮食疗法、针灸疗法、物理疗法及护理与预防等内容。

“各论”部分是本书的重点，精选了古今医家治疗该病的验方，内容包括方源、药物组成、方义、治疗效果（可以是典型的个案，也可以是简单的群案综述）和按语。“按语”是本书的特色，可反映出作者对该病、该方独到的认识和运用体会。

书中“验方”的概念，被界定为临床疗效确切的方药。在尽量避免与其他题材书目雷同的原则下，它以现代流行的、为大众便于掌握的方药为切入点，以“验”为准，不带有任何夸大成分的内容。病名的确定，采取相对灵活的原则，即中医病名被大众公认的，则直接用中医病名（如哮喘等）；中医病名为大众理解困难或相应的西医病名已被大众普遍认可的，则使用流行的病名（如眩晕——高血压、消渴——糖尿病）。这种表述，既突出了中医的主体特色，又照顾到普通大众的认知习惯。

我们相信，本套书科学而又实用的内容、新颖而又独到的编写模式，一定能使广大读者得到启迪和帮助。在喜庆中华人民共和国成立60周年、中华中医药学会成立30周年之际，这套丛书将作为一份礼物陆续与读者见面，这是件十分有意义的事。时值首批书付梓，特写上这些话以与作者、读者共勉。

中华中医药学会秘书长、教授 李俊德

中华中医药学会学术顾问、教授 温长路

2009年6月



前言

高血压是一种常见病，随着人们生活水平的提高，生活节奏的加快，其发病率在逐年上升。1959年首次高血压调查，高血压的患病率是5.1%；1979~1980年的第二次调查中，高血压的患病率已上升至7.7%；1991年，在全国抽样调查中，高血压的患病率达到11.2%；最近的一次是2002年，患病率在18岁以上的人口是18.8%，呈逐年上升的趋势。到目前为止，我们国家的高血压患者超过了1.6个亿，成为名副其实的高血压大国。

高血压病的防治工作很重要，但我国目前在这方面还存在一些不足：①绝大多数患者对高血压病的危害性认识不足，因而延误治疗，导致并发症丛生，也就是知晓率低，治疗率低。②个别医生滥用降压药，造成医源性疾病。③一些不科学的宣传，使患者轻信偏方，不能正确治疗，而贻误病情。④古今文献中许多治疗高血压的良方因为散在各地，给高血压患者寻找良方增添了困难，同时使这些良方难以发挥应有的作用。这些情况，增加了普及中医药防治高血压病科学知识的重要性及迫切性。这也正是为继承祖国传统医学遗产而编写本书的目的。

西医认为高血压是多因素的复杂疾病，中医则从气血、脏腑、阴阳失去平衡阐释高血压的发病机制。中西医治疗各有千秋，作为两套医学体系，西药在降低血压方面比较迅速、可靠，中药改善症状比较灵活，而且比较理想。从整体方面来讲，调整好气血、脏腑、阴阳也为西药发挥更好的作用创造了条件。

基于以上认识，本书将高血压的内容分“总论”和“各论”两部分，“总论”以介绍高血压的基本知识为主，内容涉及经典和现代中西医两部分，取材以实用、普及为主，但也编入了和近几年国内外部分有关的新观点，并融合了我们在医疗实践中的经验和体会。“各论”则是节选古今医疗文献中的100张处方，并根

据方子的主要功用和主治分为八类。为了便于理解和甄别应用，我们在尊重原著的前提下于每张处方后分别加了按语。

全书力求内容丰富，文字简练，突出临床使用，主要供基层医务人员及患者和家属阅读参考。由于我们水平所限，书中难免存在某些缺点和错误之处，敬请广大读者批评指正。

编者

2009年6月

目录

总论 高血压概说

一、中医学对高血压的认识

- (一) 历史源流····· 2
- (二) 病因病机····· 3
- (三) 临床表现····· 4
- (四) 治则治法····· 5
- (五) 特色优势····· 6

二、现代医学对高血压的认识

- (一) 高血压的定义····· 8
- (二) 高血压的形成和调节····· 9
- (三) 血压的生理功能····· 10
- (四) 高血压的发病因素····· 10
- (五) 高血压的诊断标准····· 12
- (六) 高血压的常规检查····· 14
- (七) 高血压的治疗····· 14
- (八) 中西医结合, 优势互补····· 17

三、古今名家治疗高血压要领

- (一) 古代名家的治疗经验····· 18
- (二) 现代名家治疗经验····· 20

四、临证心得

- (一) 首辨阴阳..... 28
- (二) 再辨虚实..... 28
- (三) 综合调治..... 29
- (四) 无证可辨 化浊为先..... 29

各论 治疗高血压类方

一、平肝降压类方

- 1. 天麻钩藤饮 32
- 2. 镇肝熄风汤 33
- 3. 活血平肝汤 34
- 4. 八味平肝汤 36
- 5. 白茅根降压茶 37
- 6. 独活寄生汤 38
- 7. 二根汤 39
- 8. 二石平眩汤 40
- 9. 镇静气浮方 42
- 10. 建瓴汤 43
- 11. 健脾平肝汤 45
- 12. 滋阴平肝汤 46
- 13. 降压苦芝贴 47
- 14. 降压汤 49
- 15. 降压枕 50
- 16. 决明降压汤 52
- 17. 平肝活血汤 53
- 18. 平肝降压汤 54
- 19. 平肝清晕汤 55

20. 平肝益肾化瘀方	57
21. 平肝逐瘀汤	58
22. 清眩汤	59
23. 通络平肝汤	60
24. 泽王散	61
25. 自拟降压茶	63
26. 抑阳降压汤	64
27. 赭膝汤	65
28. 河蚌疗法	66

二、泻肝降压类方

1. 降压方	67
2. 龙胆泻肝汤	69
3. 镇首丸	70
4. 二皮降压饮	71
5. 复方降压饮	73
6. 槐角丸	74
7. 五草四物汤	75
8. 血平煎加丹参方	76
9. 自拟降压汤	77
10. 清心降压饮	78
11. 自拟葛根汤	79
12. 二草二藤汤	81

三、柔肝降压类方

1. 杞菊地黄丸	83
2. 扶葵抑木汤	84
3. 陈醋地龙浸泡汤	85
4. 滋水平木汤	86

5. 双补降压汤	87
6. 自拟养阴方	88
7. 加味地黄汤	90
8. 健脾柔肝汤	91
9. 三青降压散	92
10. 四子薄荷降压汤	93
11. 知白降压汤	94
12. 降压地黄汤	96
13. 枣地归麻汤	97
14. 桑仲汤	98

四、调肝降压类方

1. 黄精四草汤	99
2. 薛氏祖传降压方	100
3. 大柴胡汤	101
4. 地龙决明饮	102
5. 调肝益肾汤	103
6. 芪香散	104
7. 神阙穴敷药	106
8. 吴茱萸帖敷神阙穴方	107
9. 麻芍钩藤汤	108
10. 浸足降压汤	109
11. 愈风降压汤	111
12. 愈风汤	112
13. 柴胡龙骨牡蛎汤	113

五、温阳降压类方

1. 金匱肾气丸	115
2. 二仙汤	117

3. 白通汤	118
4. 真武汤	119
5. 苓桂术甘汤	120
6. 温阳利水方	122
7. 肾气丸加减方	123
8. 济生肾气丸	124

六、益气降压类方

1. 补中益气汤	126
2. 醋浸黑大豆	127
3. 六君子汤	128
4. 黄芪益母汤	129

七、活血降压类方

1. 加味血府逐瘀汤	131
2. 补肾活血方	132
3. 加味补阳还五汤	134
4. 益气活血汤	135
5. 滋阴活络汤	136
6. 化瘀清散汤	137
7. 降压化瘀方	139
8. 红龙夏海汤	140
9. 清热活血汤	141
10. 清血降压汤	142
11. 降压活血汤	144
12. 蛭星元龙降压汤	145

八、祛痰降压类方

1. 半夏白术天麻汤	146
------------------	-----

2. 清热化痰汤	147
3. 加味芩连温胆汤	148
4. 改良矾石汤	150
5. 息风涤痰方	151
6. 侯氏黑散	152
7. 化痰潜阳汤	153
8. 旋覆竺黄汤	155
9. 二子降压汤	156
10. 化痰降压汤	156

总论

高血压概说

高血压是我国居民重要的公共卫生问题。据统计,我国高血压患者1958年为3000万,1996年已达1.1亿,并存在年轻化的趋势。诱发高血压的危险因素,如肥胖、烟酒、摄盐过量、缺乏活动、心理紧张等,使高血压患病率仍呈上升趋势,目前全球高血压患者已逾6亿。

据调查显示,我国原发性高血压患者知晓率低、治疗率低、控制率低的“三低”现象严重。

(2002年的定义:知晓率为可被诊断为高血压的调查对象在调查前就知道自己患有高血压者的比例;治疗率为可被诊断为高血压的调查对象中近2周内服降压药者的比例;控制率为可被诊断为高血压的调查对象中目前通过治疗血压在140/90mmHg以下者的比例。)目前,无论是城市还是农村,35岁以上人口的原发性高血压患者、高危人群和一般人群均各占1/3,而高血压患者只有一半人知道自己患有高血压,而这一半的人中还只有不足1/3的人在服药。经过治疗的患者中仅有不到8%的人血压得到了有效控制。

有研究表明:心脑血管病成为中国人首位死因,高血压是第一危险因素。对高血压的早期预防、稳定的治疗及健康的生活方式,可使75%的高血压及其并发症得到预防和控制。卫生部为提高广大群众对高血压危害健康严重性的认识,增强全民的自我保健意识,提高全民族的健康水平和生活质量,决定将每年的10月8日定为全国高血压日。因此,普及高血压知识,加强高血压的监测和预防,任重而道远。

