



中医防治

便秘

百家验方

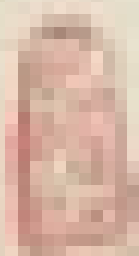
■ 中医百病百家验方系列

■ 主编 库宇 陈维志



中國郵政

自序



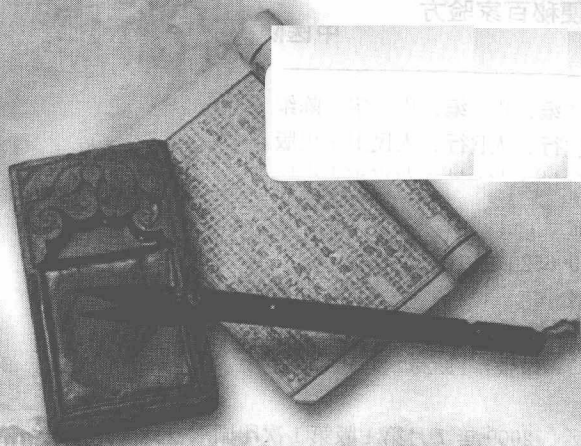
• 中医百病百家验方系列 •

副主编 (CIP) 数据

中国医药出版社
1999.7
(中医百病百家验方系列)
ISBN 978-7-113-11028-8

中医防治便秘

百 家 验 方



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医防治便秘百家验方/库宇等主编. —北京: 人民卫生出版社, 2009. 7

(中医百病百家验方系列)

ISBN 978-7-117-11923-8

I. 中… II. 库… III. 便秘—验方—汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第073722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
中医防治便秘百家验方

主 编: 库 宇 陈维志

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: 11.25

字 数: 187 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 978-7-117-11923-8/R·11924

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 邱若虹 张大明 张玉萍

张效霞 袁久林 梅全喜 鲍健欣

中
医
百
病

九龍地 華人地 華人地 華人地



中医药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，中医药积累了丰富的临床经验。中医药典籍浩如烟海，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 and 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



便秘是指由于大肠传导失常，导致大便秘结，排便周期延长；或周期不长，但粪质干结，排出艰难；或粪质不硬，虽有便意，但便而不畅的病症。现代医学认为便秘并不是一种疾病，而是多种疾病中都有可能出现的一种临床常见症状。也就是说便秘是一种症状表现，不能称得上是一种疾病。此外，更值得关注的是，便秘常发生在未患有任何疾病的健康人群中。

近些年来，随着社会的进步，人们物质生活水平的提高，大众饮食结构的改变，疾病谱的变化，以及精神心理和社会因素的变化，便秘的发生率逐渐呈上升趋势。国内陆续有一些便秘流行病学方面的报道，我国成年人群便秘患病率为3%~17%，女性多于男性，老年多于青壮年。在我国北京、天津和西安地区对60岁以上老年人的调查显示，慢性便秘的患病率高达15%~20%。但令人遗憾的是，长期以来，人们仅简单地把便秘视为是一种既普通又常见的症状，却忽视了其对健康的危害性。近些年来的研究发现，便秘与心、脑血管病及老年性痴呆的发生有密切关系。还有数据表明便秘已成为诱发心肌梗死、脑出血等危重疾病的重要因素，甚至在直肠癌的发病中也是重要因素之一。基于此，提高对便秘一症的认识，加强对便秘的防治工作，已经刻不容缓。

大量现代研究表明，中医药的及早介入对便秘的防治有明显的效果。西医对本病多采用对症治疗，且常用泻药，多有副作用，久之易形成泻药依赖的顽固性便秘。而中医在治疗上更加强调从整体出发，标本兼顾。中医药因其较为安全、副作用少、不易耐药而广受医患双方的欢迎。

为了让广大的医务工作者和便秘患者能够更加深入地了解中医对便秘的认识和防治，并在便秘的防治中积极地运用中医药参与治疗，早期运用中医药解决便秘问题，我们整理了大量的关

于中医药治疗便秘的文献，将大量中医工作者，尤其是著名老中医长期从事中医药治疗便秘的临床研究工作中取得的成果，进行总结整理，编写出这本《中医防治便秘百家验方》，为有志于应用、研究中医药治疗便秘的同道以及便秘患者提供参考，以充分发挥中医药治疗便秘的特色与优势。

本书由总论、各论组成。总论简要介绍了中医学、现代医学对便秘的认识和古今医家治疗便秘的要领及临证心得等内容。各论对习惯性便秘、老年性便秘、产妇便秘、小儿便秘、便秘型肠易激综合征等5类常见便秘详细介绍了百余首治疗便秘行之有效的中药验方。每个验方中，分别介绍了方源、药物组成与服法、功效、治疗效果、验案及按语等（验案出处与方源相同的，不再重复注明）。每个验案的按语，既包括了对该案中处方思路的介绍，也包括了名老中医运用方药的经验，对于便秘的治疗有重要的参考和指导价值。

本书适用于广大便秘患者及基层医务人员参考。

本书编写时参考引用了国内大量中医药期刊、书籍中关于便秘治疗的资料，在每一个验方中的“方源”部分注明了来源，在此对方源作者表示感谢！

由于编者水平有限，加之时间紧张，编写过程中难免有谬误之处，敬希同仁及广大读者批评指正。

编 者

2009年6月

目录

总论 概 说

一、中医学对便秘的认识

- (一) 历史源流..... 3
- (二) 病因病机..... 3
- (三) 诊断与鉴别诊断..... 5
- (四) 治则治法..... 6
- (五) 特色疗法及优势..... 9

二、现代医学对便秘的认识

- (一) 定义..... 11
- (二) 病因及分型..... 11
- (三) 诊断..... 13
- (四) 治疗..... 14
- (五) 中西医思路的交汇点..... 15

三、古今名家治疗便秘要领

- (一) 古代医家治疗心得..... 16
- (二) 现代医家治疗心得..... 18

四、临证心得

- (一) 预防措施..... 22
- (二) 治疗心得..... 23

- 参考文献..... 25

一、治疗习惯性便秘验方

(一) 治疗实秘类方	28
1. 丹栀逍遥散加味	28
2. 和肝汤	29
3. 通便散	30
4. 益胃通阻散	31
5. 清胃泄热通便汤	32
6. 枳实消痞丸	33
7. 四逆散	34
8. 二仁汤	35
9. 加味桃红四物汤	37
10. 二陈汤	38
11. 皂角牵牛丸	38
(二) 治疗虚秘类方	40
1. 白术花粉汤	40
2. 生术健运汤	41
3. 健脾润肠汤	42
4. 理中丸	43
5. 黄芪建中汤	44
6. 缩泉丸	45
7. 滋肾清肝汤	47
8. 加味乌芍枳术汤	48
9. 益气养阴润肠汤	49
10. 加减泰山磐石散	50
(三) 治疗虚实夹杂秘类方	51
1. 通幽汤	51
2. 润肠通便汤(1)	52
3. 东岳增液汤	54
4. 如意更衣方	55
5. 金豆润肠散	56



(一) 治疗虚秘类方	57
1. 补中益气汤	57
2. 《金匱要略》枳术汤	59
3. 四君子汤	60
4. 益气宣肺润肠汤	62
5. 术芪子阳通便汤	62
6. 百合汤	63
7. 便秘汤	64
8. 濡肠饮	66
9. 三参滋胃饮	67
10. 慎柔养真汤	68
11. 生地白术桃花汤	68
12. 鸭子清饮治疗老年便秘	70
13. 加味增液汤	70
14. 加减增液润肠汤	71
15. 炙甘草汤	72
16. 滋肾通便汤	73
17. 滋肾通便饮	74
18. 滋燥养荣汤	75
19. 二仁增液汤	76
20. 枳术增液汤	77
21. 补虚通便汤	78
22. 当归五仁汤	80
23. 萝卜芒硝汤加味	81
24. 秘通汤	83
25. 芪术地黄汤	84
26. 通便地黄汤	86
27. 行舟汤	87
28. 养阴益气润肠汤	88
29. 益气润肠汤(1)	89
30. 益气润肠汤(2)	90
31. 益气养血润肠通便方	91

32. 自拟贞槿润肠汤	92
33. 补脾益气滋肾润肠汤	92
34. 加味缩泉丸	93
35. 培元丹	94
36. 桑螵蛸散加味	95
37. 温润通便汤	97
38. 自拟通便汤	97
39. 济川煎合增液汤加减	98
40. 益肾健脾汤	99
41. 滋阴降肺汤	101
42. 自拟秘结康	102
43. 自拟通便方	103
44. 莱菔子	103
45. 决明子	104
46. 女贞子	105
47. 生首乌	106
(二) 治疗实秘类方	107
1. 四磨汤	107
2. 双枳汤	108
3. 小柴胡汤	108
(三) 治疗虚实夹杂秘类方	109
1. 补虚润降汤	109
2. 二至丸合二陈汤加味	110
3. 润肠通便汤(1)	111
4. 芍药甘草汤	111
5. 通便汤	112
6. 宣肺开郁汤加味	113
7. 宣肺健脾补肾方	114
8. 枳术苁蓉丸	116
9. 益气养阴活血汤	116

三、治疗产妇便秘验方

(一) 治疗虚秘类方	118
1. 食盐	118

2. 二薯汁	119
3. 改良生津汤	120
4. 加味济川煎	121
5. 润肠通便汤(2)	122
6. 砂熟二味汤	123
7. 养血调脾汤	124
8. 自拟养血润肠汤	124
9. 加味润肠汤	125
(二) 治疗虚实夹杂秘类方	126
1. 加味生化四物汤	126
2. 理气通便汤	127

四、治疗小儿便秘验方

(一) 治疗实秘类方	129
1. 保和丸	129
2. 加味一捻金方	130
3. 清肺导滞润肠通便汤	131
(二) 治疗虚秘类方	132
1. 健脾导滞合剂	132
2. 健脾降肺调中汤	133
3. 润肠行气汤	134
4. 三仙增液汤	136
5. 三子三仁汤	137
6. 当枳通便汤	138
7. 增液合剂	139
8. 异功散加味	140
9. 增液汤	141
10. 自拟清热通便汤	142
11. 小儿便秘合剂	143
(三) 治疗虚实夹杂秘类方	143
1. 肉苁蓉润肠汤	144
2. 健脾行气通便汤	145
3. 柴芍六君汤	145
4. 麻子仁汤加减	147

5. 平肝和胃散	147
6. 行气润肠清热汤	148
7. 自拟润通汤	150

五、治疗便秘型肠易激综合征验方

（一）治疗实秘类方	151
1. 解郁润肠汤	151
2. 二合汤	152
3. 通便汤	153
4. 疏肝解郁通便汤	153
5. 疏肝润肠汤	155
6. 玄香益肠丸	156
7. 宣肺理气活血汤	156
（二）治疗虚实夹杂秘类方	158
1. 抑激Ⅱ号方	158
2. 健脾导滞汤	159
3. 健脾润肠汤	159
4. 通肠舒痛饮	161
5. 益肾平肝祛瘀汤	162

总论 概说

便秘是指由于大肠传导失常，导致大便秘结，排便周期延长；或周期不长，但粪质干结，排出艰难；或粪质不硬，虽有便意，但便而不畅的病症。现代医学认为便秘并不是一种疾病，而是多种疾病中都有可能出现的一种临床常见症状。也就是说便秘是一种症状表现，不能称得上是一种疾病。最轻、最常见的病如伤风感冒、上呼吸道感染等，可以出现便秘；糖尿病、甲状腺功能低下等内分泌或代谢性疾病，胃炎、肝炎等消化系统疾病，高血压、心脏病等某些心脑血管疾病也可出现便秘症状，甚至以其为突出主诉；同时，肠道本身的器质性疾病，如肿瘤、炎症或其他原因引起的肠腔狭窄或梗阻也能引起便秘的发生；而由于某种慢性病而长期卧床的老年人也常以大便困难为苦等等。此外，更值得关注的是，便秘常常发生在未患有任何疾病的健康人群中。

近些年来，随着社会的进步，人们物质生活水平的提高，大众饮食结构的改变、疾病谱的变化以及精神心理和社会因素的变化，便秘的发病率逐渐呈上升趋势。国内陆续有一些便秘流行病学方面的报道，普遍认为年龄、性别、职业、文化程度、心理障碍、滥用泻药、不良排便习惯等是便秘的危险因素。我国成年人群便秘患病率为3%~17%，女性多于男

