

中医歌诀白话解丛书

长沙方歌括

白话解

第3版

北京中医药大学
聂惠民 王庆国 傅延龄 徐苓 编著

最经典的中医歌诀白话解
中医启蒙的良师益友
中医成才必读之作



人民卫生出版社

中医歌诀白话解丛书

长沙方歌括白话解

第 3 版

北京中医药大学

聂惠民 王庆国 傅延龄 徐 苓 编 著

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

长沙方歌括白话解 / 聂惠民等编著. —3 版. —北京:
人民卫生出版社, 2013

(中医歌诀白话解丛书)

ISBN 978-7-117-17023-9

I. ①长… II. ①聂… III. ①《伤寒论》- 方歌 - 译文

IV. ①R222.27

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 040905 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数 据库服务, 医学教育 资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

中医歌诀白话解丛书
长沙方歌括白话解
第 3 版

编 著: 聂惠民 王庆国 傅延龄 徐 苓

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京人卫印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 9.5

字 数: 311 千字

版 次: 1999 年 12 月第 1 版 2013 年 6 月第 3 版

2013 年 6 月第 3 版第 1 次印刷 (总第 7 次印刷)

标准书号: ISBN 978-7-117-17023-9/R · 17024

定 价: 25.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

第3版前言

《长沙方歌括》系清代陈修园所著，他将仲景《伤寒论》中113方的方剂组成、功能主治、药物剂量及煎服方法等主要内容，用诗歌形式撰写出来，重点突出，简明扼要，并阐发了《伤寒论》有关辨证论治的主要宗旨，甚为实用，便于记诵。

回顾《长沙方歌括》的成书，初刊于清，传承于今，弘扬仲景学术，突出《伤寒论》理、法、方、药运用规律，用方之法术，并将《伤寒论》六经辨证论治的特长，总括为“有此病必用此方，用此方必用此药，其义精，其法严，毫厘千里之判，无一不了然于心，而后从心变化而不穷”的法则，出示于卷首，倡导于后世。又将仲景经方撰写成歌赋，囊括精华，突出特色，写出作者之创见，以达到“俾读《伤寒论》者，于人略我详处，得一捷便之法”。故陈氏之佳作，精义代代相传，学术影响久远。

近年来《长沙方歌括》深受中医界学者及广大读者的重视与关爱，然而由于原书限于诗歌韵语，文词过简，读之难以深悟，因此，为了方便现代读者学习《伤寒论》，掌握应用经方技术，特此编辑了《长沙方歌括白话解》一书，以飨读者。

《长沙方歌括白话解》自1999年问世以来，历时14年，经过数次印刷，深受广大读者的厚爱，读者看重《长沙方歌括》的实用意义，如有的作为学习《伤寒论》的补充，铺垫扎实的中医基础；有的作为熟读经方的门径，掌握方、药相关的技能；有的作为临床辨证论治的法则，提高诊疗技术水平。更有以此作为授课的参考资料，丰富讲堂的学术内容。这是读者对我们的最大支持和鼓励，也是推动做好编写著作的极大动力。因此在广大读者盼望读此书的意愿下决定修订再版《长沙方歌括白话解》。

在2006年本书进行了二版修订，以突出实用性为宗旨，重点增订两方面内容。一者增补了近几年临床应用经方的特色佳验；一者重点深化论述陈修

园“劝读十则”的古今意义，升华了学习《伤寒论》、掌握仲景学术精华的意义及方法，以便更好地适应广大读者的需求。

今对本书进行第三次修订工作，重点放在突出中医学特长与优势，增强临床实用价值，注重深化陈修园的仲景学术思想，突出中医学临床应用经验，明示了学习《伤寒论》经方理、法、方、药诊技精华的实用方法与学术价值，以便更好地适应广大中医工作者的需求。

本书编写体例有以下几点特予说明:

一、本书依据清·陈修园著《长沙方歌括》(上海科学技术出版社,1963年5月第1版)为蓝本,将书中的方歌以白话文进行译释,并严格遵循陈氏原作之旨,保持原貌,阐发其义,故编写顺序依据原作卷次从卷一至卷六形成编目,方剂排列顺序亦依原著不变。

二、为了便利读者学习、应用与研究，在编写体例上特设如下项目：【方歌】【白话解】【药物组成】【临证用法】【方药分析】【方剂功效】【适应证候】【禁忌证候】【临床应用】，以达到层次清晰，释义精明，辨证论治与方证对应，切合实用。

三、为了便于读者记诵方歌，特将原著方歌集中于卷首，原文刊出，一目了然，方便朗读记诵。

四、为了突出经方实用价值，特设【临床应用】一项，取古今中外临床应用经验、临证创研成果，以供读者参阅与应用。（朱洪武《经方临证》）

五、本书为简体横排，故原著煎服法中之“右×味”，改为“上×味”，在此说明。

如在编辑过程中有错漏之处, 敬请指正。 重音音素, 要早的音素大受影响

2013年2月

目 录

001 《长沙方歌括》方歌辑录

015 《长沙方歌括白话解》

015 卷一

015 太阳方

015 桂枝汤

019 桂枝加葛根汤

021 桂枝加附子汤

023 桂枝去芍药汤

024 桂枝去芍药加附子汤

026 桂枝麻黄各半汤

028 桂枝二麻黄一汤

030 白虎加人参汤

033 桂枝二越婢一汤

035 桂枝去桂加茯苓白术汤

037 甘草干姜汤

040 芍药甘草汤

043 调胃承气汤

046 四逆汤

050 卷二

050 太阳方

050 葛根汤

053 葛根加半夏汤

055 葛根黄芩黄连汤

057	麻黄汤
061	大青龙汤
065	小青龙汤
068	桂枝加厚朴杏仁汤
071	干姜附子汤
073	桂枝加芍药生姜人参新加汤
075	麻黄杏仁甘草石膏汤
079	桂枝甘草汤
081	茯苓桂枝甘草大枣汤
084	厚朴生姜甘草半夏人参汤
086	茯苓桂枝白术甘草汤
089	芍药甘草附子汤
091	茯苓四逆汤
093	五苓散
098	茯苓甘草汤

100 卷三

100	太阳方
101	栀子豉汤
104	栀子甘草豉汤
104	栀子生姜豉汤
106	栀子厚朴汤
107	栀子干姜汤
109	真武汤
113	小柴胡汤
120	小建中汤
124	大柴胡汤
128	柴胡加芒硝汤
129	桃核承气汤
133	柴胡加龙骨牡蛎汤
136	桂枝去芍药加蜀漆牡蛎龙骨救逆汤

138	桂枝加桂汤
141	桂枝甘草龙骨牡蛎汤
142	抵当汤
146	抵当丸
147	大陷胸丸
150	大陷胸汤
153	小陷胸汤
156	文蛤散
157	白散

160 卷四

160	太阳方
161	柴胡桂枝汤
164	柴胡桂枝干姜汤
166	半夏泻心汤
169	十枣汤
172	大黄黄连泻心汤
177	附子泻心汤
179	生姜泻心汤
182	甘草泻心汤
184	赤石脂禹余粮汤
185	旋覆代赭汤
188	桂枝人参汤
189	瓜蒂散
191	黄芩汤
193	黄芩加半夏生姜汤
194	黄连汤
196	桂枝附子汤
197	桂枝附子去桂加白术汤
199	甘草附子汤
201	白虎汤

206 炙甘草汤

209 卷五

209 阳明方

210 大承气汤

215 小承气汤

218 猪苓汤

220 蜜煎导方、猪胆汁方

222 茵陈蒿汤

225 麻仁丸

227 栀子柏皮汤

228 麻黄连翘赤小豆汤

230 少阳方

230 小柴胡汤

230 太阴方

231 桂枝加芍药汤

232 桂枝加大黄汤

234 少阴方

234 麻黄附子细辛汤

236 麻黄附子甘草汤

238 黄连阿胶汤

239 附子汤

241 桃花汤

243 吴茱萸汤

245 猪肤汤

247 甘草汤

248 桔梗汤

250 苦酒汤

- 251 半夏散及汤
253 白通汤、白通加猪胆汁汤
255 通脉四逆汤
257 四逆散

260 卷六

- 260 厥阴方
260 乌梅丸
263 当归四逆汤
264 当归四逆加吴茱萸生姜汤
266 麻黄升麻汤
269 干姜黄连黄芩人参汤
270 白头翁汤

272 霍乱方
272 四逆加人参汤
274 理中丸
276 通脉四逆加猪胆汁汤

278 阴阳易差后劳复方
278 烧裨散
280 枳实栀子豉汤
282 牡蛎泽泻散
284 竹叶石膏汤

288 方剂笔画索引

《长沙方歌括》方歌辑录

卷 一

太 阳 方

桂枝汤

歌曰：项强头痛汗憎风，桂芍生姜三两同，
枣十二枚甘二两，解肌还藉粥之功。

桂枝加葛根汤

歌曰：葛根四两走经输，项背几几反汗濡，
只取桂枝汤一料，加来此味妙相须。

桂枝加附子汤

歌曰：汗因过发漏漫漫，肢急常愁伸屈难，
尚有尿难风又恶，桂枝加附一枚安。

桂枝去芍药汤、桂枝去芍药加附子汤

歌曰：桂枝去芍义何居，胸满阴弥要急除，
若见恶寒阳不振，更加附子一枚俱。

桂枝麻黄各半汤

歌曰：桂枝一两十六铢，甘芍姜麻一两符，
杏廿四枚枣四粒，面呈热色痒均驱。

桂枝二麻黄一汤

歌曰：一两六铢芍与姜，麻铢十六杏同行，
桂枝一两铢十七，草两二铢五枣匡。

白虎加人参汤

歌曰：服桂渴烦大汗倾，液亡肌腠涸阳明，
膏斤知六参三两，二草六粳米熟成。

桂枝二越婢一汤

歌曰：桂芍麻甘十八铢，生姜一两二铢俱，
膏铢廿四四枚枣，要识无阳旨各殊。

桂枝去桂加茯苓白术汤

歌曰：术芍苓姜三两均，枣须十二效堪珍，
炙甘二两中输化，水利邪除立法新。

甘草干姜汤

歌曰：心烦脚急理须明，攻表误行厥便成，
二两炮姜甘草四，热因寒用奏功宏。

芍药甘草汤

歌曰：芍甘四两各相均，两脚拘挛病在筋，
阳旦误投热气烁，苦甘相济即时伸。

调胃承气汤

歌曰：调和胃气炙甘功，硝用半升地道通，
草二大黄四两足，法中之法妙无穷。

四逆汤

歌曰：生附一枚两半姜，草须二两少阴方，
建功姜附如良将，将将从容藉草匡。

卷 二

太 阳 方

葛根汤

歌曰：四两葛根三两麻，枣枚十二效堪嘉，
桂甘芍二姜三两，无汗憎风下利夸。

葛根加半夏汤

歌曰：二阳下利葛根夸，不利旋看呕逆嗟，
须取原方照分两，半升半夏洗来加。

葛根黄芩黄连汤

歌曰：二两芩连二两甘，葛根八两论中谈，
喘而汗出脉兼促，误下风邪利不堪。

麻黄汤

歌曰：七十杏仁三两麻，一甘二桂效堪夸，
喘而无汗头身痛，温覆休教粥到牙。

大青龙汤

歌曰：二两桂甘三两姜，膏如鸡子六麻黄，
枣枚十二五十杏，无汗烦而且躁方。

小青龙汤

歌曰：桂麻姜芍草辛三，夏味半升记要诀，
表不解兮心下水，咳而发热句中探。

加减歌曰：若渴去夏取萎根，三两加来功亦壮；微利去麻加薤花，熬赤取如鸡子样；若噎去麻炮附加，只用一枚功莫上；麻去再加四两苓，能除尿短小腹胀；若喘除麻加杏仁，须去皮尖半升量。

桂枝加厚朴杏仁汤

歌曰：下后喘生及喘家，桂枝汤外更须加，
朴加二两五十杏，此法微茫未有涯。

干姜附子汤

歌曰：生附一枚一两姜，昼间烦躁夜安常，
脉微无表身无热，幸藉残阳未尽亡。

桂枝加芍药生姜人参新加汤

歌曰：汗后身疼脉反沉，新加方法轶医林，
方中姜芍还增一，三两人参义蕴深。

麻黄杏仁甘草石膏汤

歌曰：四两麻黄八两膏，二甘五十杏同熬，
须知禁桂为阳盛，喘汗全凭热势操。

桂枝甘草汤

歌曰：桂枝炙草取甘温，四桂二甘药不烦，
叉手冒心虚已极，汗多亡液究根源。

茯苓桂枝甘草大枣汤

歌曰：八两茯苓四桂枝，炙甘四两悸堪治，
枣推十五扶中土，煮取甘澜两度施。

厚朴生姜甘草半夏人参汤

歌曰：厚朴半斤姜半斤，一参二草亦须分，
半升夏最除虚满，汗后调和法出群。

茯苓桂枝白术甘草汤

歌曰：病因吐下气冲胸，起则头眩身振从，
茯四桂三术草二，温中降逆效从容。

芍药甘草附子汤

歌曰：一枚附子胜灵丹，甘芍平行三两看，
汗后恶寒虚故也，经方秘旨孰能攢。

茯苓四逆汤

歌曰：生附一枚两半姜，二甘六茯一参当，
汗伤心液下伤肾，肾躁心烦得熇昌。

五苓散

歌曰：猪术茯苓十八铢，泽宜一两六铢符，
桂枝半两磨调服，暖水频吞汗出苏。

茯苓甘草汤

歌曰：汗多不渴此方求，又治伤寒厥悸优，
二桂一甘三姜茯，须知水汗共源流。

卷 三

太 阳 方

栀子豉汤

歌曰：山栀香豉治何为，烦恼难眠胸室宜，
十四枚栀四合豉，先栀后豉法煎奇。

栀子甘草豉汤、栀子生姜豉汤

歌曰：栀豉原方效可夸，气羸二两炙甘加，
若加五两生姜入，专取生姜治呕家。

栀子厚朴汤

歌曰：朴须四两枳四枚，十四山栀亦妙哉，
下后心烦还腹满，止烦泄满效兼该。

栀子干姜汤

歌曰：十四山栀二两姜，以丸误下救偏方，
微烦身热君须记，辛苦相需尽所长。

真武汤

歌曰：生姜芍药数皆三，二两白术一附探，
便短咳频兼腹痛，驱寒镇水与君谈。

加減歌曰：咳加五味要半升，干姜细辛一两具，小便若利恐耗津，须去茯苓肾始固。下利去芍加干姜，二两温中能守住。若呕去附加生姜，足前须到半斤数。

小柴胡汤

歌曰：柴胡八两少阳凭，枣十二枚夏半升，
三两姜参苓与草，去渣重煎有奇能。

加減歌曰：胸烦不呕除夏参，萎实一枚应加煮。若渴除夏加人参，合前四两五钱与，萎根清热且生津，再加四两功更钜。腹中痛者除黄芩，芍加三两对君语。胁下痞硬大枣除，牡蛎四两应生杵。心下若悸尿不长，除苓加茯四两侣；外有微热除人参，加桂三两汗休阻。咳除参枣并生姜，加入干姜二两许，五味半升法宜加，温肺散寒力莫御。

小建中汤

歌曰：建中即是桂枝汤，倍芍加饴绝妙方，
饴取一升六两芍，悸烦腹痛有奇长。

大柴胡汤

歌曰：八柴四枳五生姜，芍药三分二大黄，
半夏半升十二枣，少阳实证下之良。

柴胡加芒硝汤

歌曰：小柴分两照原方，二两芒硝后入良，
误下热来日晡所，补兼荡涤有奇长。

桃仁承气汤

歌曰：五十桃仁四两黄，桂硝二两草同行，
膀胱热结如狂证，外解方攻用此汤。

柴胡加龙骨牡蛎汤

歌曰：参苓龙牡桂丹铅，苓夏柴黄姜枣全，
枣六余皆一两半，大黄二两后同煎。

桂枝去芍药加蜀漆牡蛎龙骨救逆汤

歌曰：桂枝去芍已名汤，蜀漆还加龙牡藏，
五牡四龙三两漆，能疗火劫病惊狂。

桂枝加桂汤

歌曰：气从脐逆号奔豚，汗为烧针启病源，
只取桂枝汤本味，再加二两桂枝论。

桂枝甘草龙骨牡蛎汤

歌曰：二甘一桂不雷同，龙牡均行二两通，
火逆下之烦躁起，交通上下取诸中。

抵当汤

歌曰：大黄三两抵当汤，里指任冲不指胱，
虻蛭桃仁各三十，攻下其血定其狂。

抵当丸

歌曰：卅五桃仁三两黄，虻虫水蛭廿枚详，
捣丸四个煎宜一，有热尿长腹满尝。

大陷胸丸

歌曰：大陷胸丸法最超，半升葶苈杏硝调，
项强如痉君须记，八两大黄取急消。

大陷胸汤

歌曰：一钱甘遂一升硝，六两大黄力颇饶，
日晡热潮腹满痛，胸前结聚此方消。

小陷胸汤

歌曰：按而始痛病犹轻，脉络凝邪心下成，
夏取半升连一两，栝蒌整个要先烹。

文蛤散

歌曰：水原逾汗法门，肉中粟起更增烦，
意中思水还无渴，文蛤磨调药不繁。

白散

歌曰：巴豆熬来研似脂，只须一分守成规，
更加桔贝均三分，寒实结胸细辨医。

卷 四

太 阳 方

柴胡桂枝汤

歌曰：小柴原方取半煎，桂枝汤入复方全，
阳中太少相因病，偏重柴胡作仔肩。

柴胡桂枝干姜汤

歌曰：八柴二草蛭干姜，苓桂宜三枳四尝，
不呕渴烦头汗出，少阳枢病要精详。

半夏泻心汤

歌曰：三两姜参炙草苓，一连痞证呕多寻，
半升半夏枣十二，去滓重煎守古箴。

十枣汤

歌曰：大戟荒花甘遂平，妙将十枣煮汤行，
中风表证全除尽，里气未和此法程。

大黄黄连泻心汤

歌曰：痞证分歧辨向趋，关浮心痞按之濡，
大黄二两黄连一，麻沸汤调病缓驱。

附子泻心汤

歌曰：一枚附子泻心汤，一两连苓二大黄，
汗出恶寒心下痞，专煎轻渍要参详。

生姜泻心汤

歌曰：汗余痞证四生姜，苓草人参三两行，
一两干姜枣十二，一连半夏半升量。

甘草泻心汤

歌曰：下余痞作腹雷鸣，廿四姜苓三两平，
一两黄连半升夏，枣枚十二擘同烹。

赤石脂禹余粮汤

歌曰：赤石禹余各一斤，下焦下利此汤欣，
理中不应宜斯法，炉底填来得所闻。