

中医 单验方

ZHONGYI DANYANFANG
BAIJIA JINGYAN

百

家

经

验

叶冰◎编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中医单验方



百家经验

ZHONGYI DANYANFANG BAIJIA JINGYAN

叶冰 编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

中医单验方百家经验 / 叶冰编著. —北京: 人民军医出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5091-6834-9

I. ①中… II. ①叶… III. ①单方 (中药) —汇编②验方—汇编
IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 188866 号

策划编辑: 王显刚 文字编辑: 荣 堃 李 昆 责任审读: 陈晓平

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8707

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 8.75 字数: 135 千字

版、印次: 2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—5000

定价: 19.80 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

郑 序

中医学源远流长，博大精深，既有中医药理论指导下的经方，也不乏有效的单方、验方，它们或存在于民间群众之中，又抑或常备于名医案头，凡此种种，都为医者或群众在长期与疾病作斗争过程中的经验所得，乃实践之精华，用之得当，效如桴鼓。

看了叶冰博士发来的《中医单验方百家经验》文稿，觉得这是一本有价值的书！叶博士在广泛涉猎历代中医名著、名家及民间的单方、验方过程中，取其精华，汇编成的这本书具有方药组成简单、效验有依有据、使用简单方便的特点，内容涉及呼吸、消化、心脑血管、妇科、儿科的数十种常见病、多发病。每方既详释性味功效，又汇集古今临床医家的用法用量与心得体会，更列举典型病案与现代临床研究以验证方药之有效性，使中医单方验方真正能给广大群众带去健康的福音，更为临床一线的医生，乃至基层医疗保健工作的同仁们提供了一种思路。

叶冰博士在川、滇工作学习期间不断地拜师求教，得到多名临床名家指点，使她很快就具备了一名中医临床医生的素养，她的这种虚心求学、执着求教的精神很令人敬佩，为此，我特地请了云南四大名医吴佩衡教授之嫡孙吴荣祖先生亲自为她传授学术经验，希望她能为云南地方名医的学术传承和研究做一些工作。

很高兴看到叶冰博士这一涉及中医临床研究的初步成果问世，相信在她不懈的坚持和努力下，在中医临床的研究和推广方面，必将取得更多更好的成绩！

云南省中医药管理局局长

云南省中医药学会会长 郑 进

教授、博士研究生导师

彭 序

单验方者，药味少，主治病症明确，简便效捷。历史上有许多名家对此非常重视，如清代赵学敏所著的《串雅内外编》，就是收集流传在民间的单方、验方而成。又如近现代名医姜春华、朱良春先生等，也经常临床中运用单方、验方治病。这些单验方是历代医家与劳动人民在同疾病抗争中积累的宝贵财富，此类方剂因具有简、便、廉、效和易学等特点，一直深受广大医家与民众喜爱。

叶冰博士勤奋好学，尤潜心于中医学经验的传承与发扬，十年来访学于川滇两地数位名医，积累了较为丰富的临床经验。《中医单验方百家经验》是叶冰博士在研学历代中医名著、名家的临床经验过程中，收集并整理的关于中医单验方临床应用方面的专著。该书所收之方出处可靠、方简效验，又详列古今临床医家甚至是国医大师的用法与案例介绍，附以现代临床研究数据以佐证，使读者对所述方剂有清晰、客观的了解，并能应用自如，这无疑为广大基层中医工作者与患者提供了有益的参考资料，也对中医传统疗法的传承与研究起到了一定的促进作用，乐为之序。

成都中医药大学副校长
教授、博士研究生导师



前言

中医学源远流长，博大精深，既有中医药理论指导下的经方，也不乏有效的单方、验方，它们或存在于民间群众之中，又抑或常备于名医案头，凡此种种，皆为医者或群众在长期与疾病作斗争过程中的经验所得，乃实践之精华，用之得当，效如桴鼓。

“仙丹妙药灵芝草，不如单方治病好”“单方一味，气煞名医”，古往今来，民间流传着许多类似的俗谚，表达了民众对单方、验方的推崇与信任。所谓单方，是指药味简单，对一病一症具有特效的方，它是中华儿女在长期与疾病做斗争的实践中，亲身体验、摸索、总结出的医疗技术与经验，并成为中医学的重要组成部分。

中医学的特色集中体现在“辨证论治”，然而在论治的过程中，疗效如何，用药是关键。有时虽然辨证准确，但疗效并不理想，其因就在于用药的当否。故而，非但民间崇尚单方，即使是杏林名家，也尤为重视单方的积累与遣用。近代著名中医学家岳美中先生，较早地提出了“专病专方专药与辨证论治相结合”的原则，并促进了中医治疗水平的提高；又如近代名医姜春华先生，他在几十年的医疗实践中，也不断地挖掘和验证民间单方、验方及专病专药；再如国医大师朱良春教授也经常用单方验方治病，他常说：世上只有“不知”之症，没有“不治”之症，如果说不能治，那是我们尚未认识许多确有疗效的“未知方药”的缘故，但总会找到！

愚之所以业医，并致力于“未知方药”的找寻与整理，全赖这体弱多病之身。我自幼就药不离口，成年后又经常疲于医院挂号、候诊与取药之间，深感求医问药的艰难与辛酸。再者，有些顽疾，在西医看来束手无策，而中医却总能找到一些办法。凭着“总会找到有效方药”的信心，愚孜孜不倦地求索于古今单方验方著作中，希望有朝一日能找到更多的灵丹妙药，帮助更多苦于病痛折磨的患者早

日康复！

在我不断探寻效验单方的过程中，业已积累了一些始出名门、临床有效的单方验方，为了及时惠及求医如渴的患者，也为了求得同仁的经验交流，今不揣浅薄，将近年来收集、验证的资料整理成稿，付梓是书。由于个人才疏学浅，书中必然存在一些不足疏漏之处，恳请同仁师长赐予匡正，毋令害己误人。

本书承蒙人民军医出版社编辑的专业指导与无私帮助，才得以修订成册、面见读者，这不仅是对我这年轻一代中医的莫大鼓励，也是对挖掘、传承单方验方工作的巨大支持，在此，谨向人民军医出版社致以由衷的感谢！

子 青

壬辰龙腊月廿七于春城

目 录

第一章 呼吸科单验方	1
第一节 咳嗽单验方	1
杏仁萝卜子丸	1
三拗汤	3
桔杏大力汤	5
三子养亲汤	7
小胡椒丸	9
清化丸	11
泻白散	13
桔梗汤	15
第二节 哮喘单验方	17
一味薯蓣饮	17
葶苈大枣泻肺汤	20
鸡子治哮喘方	22
椒目劫喘散	25
第三节 咽痛、声哑、失音单验方	27
黛蛤丸	27



桂心散·····	29
针刺少商急救法·····	31
一味菖蒲饮·····	33
 第二章 消化科单验方 ·····	35
 第一节 恶心、呕吐、噎膈、呃逆、反胃单验方 ·····	35
小半夏汤·····	35
刀豆止呃散·····	38
丁香柿蒂汤·····	40
赤石脂散·····	42
白芦根饮·····	45
牛乳韭姜饮·····	47
 第二节 泄泻、痢单验方 ·····	49
车前水泻饮·····	49
益智吐泻饮·····	52
炮姜血痢散·····	54
忍冬散·····	56
萝卜止痢饮·····	58
荞麦砂糖饮·····	60
胡椒寒泄饼·····	62
 第三节 胃痛、胆囊炎单验方 ·····	65
莫氏胃痛颇验方·····	65
生姜熨痛法·····	68
姜附散·····	70
威灵定痛煎·····	72

第三章 心脑科单验方	74
半夏秫米汤	74
梔子豉汤	77
枣仁竹叶汤	79
孔圣枕中丹	81
白金丸	84
白萝卜汁滴鼻法	87
川芎芷痛方	89
蔓荆头痛饮	91
第四章 妇科单验方	93
第一节 崩漏、带下单验方	93
荆芥散	93
地榆苦酒煎	96
失笑散	98
墓头回止带煎	101
第二节 闭经、月经后期、痛经单验方	102
琥珀散	102
凌霄通经散	104
当归艾叶汤	106
第三节 不孕、胎动不安、先兆流产单验方	108
艾苏温胞饮	108
茺萸丸	111
安胎独圣散	113
第四节 乳汁不通、乳腺炎单验方	115
猪蹄通乳汤	115



丝瓜通乳散·····	117
------------	-----

第五章 儿科单验方·····	119
----------------	-----

第一节 遗尿单验方·····	119
----------------	-----

破故纸散·····	119
-----------	-----

鸡金止遗散·····	121
------------	-----

第二节 夜啼单验方·····	123
----------------	-----

灯草止啼散·····	123
------------	-----

蝉藤宁心饮·····	125
------------	-----

第三节 流涎单验方·····	127
----------------	-----

桑白止涎饮·····	127
------------	-----

芩术散·····	129
----------	-----

第一章 呼吸科单验方

第一节 咳嗽单验方

杏仁萝卜子丸

(《丹溪心法》)

【组成】莱菔子，杏仁。

【用法】杏仁 12 克，炒莱菔子 12 克，加稻米一把，水煎至米熟，取汁分 3 次服，食后温服。此为成人 1 日量，小儿酌减。

【主治】咳嗽气壅痰盛证。症见咳嗽痰多，甚则喘急上气，胸闷，舌苔厚腻或白或黄，脉滑或弦。

适用于成人及小儿感冒咳嗽，食积咳嗽，急、慢性支气管炎及哮喘。

【解读】

1. 莱菔子，又名萝卜子，丹溪曰：莱菔子治痰，有推墙倒壁之功。《本草纲目》谓：下气定喘治痰，消食除胀。时珍曰：莱菔子长于利气，生能升，熟能降。升则吐风痰，散风寒，降则定痰喘咳嗽。杏仁，汪昂谓：泻肺，除风散寒，降气行痰，治咳逆上气。二药合用以降气化痰见长，尤宜于气壅痰盛的咳嗽，症见痰多而咳逆上气。此外，二药均能散风寒，莱菔子又能消食，所以本方又可用于风寒感冒或饮食积滞的咳嗽痰多、上气喘急。

本方又常作为一个祛痰止咳药对配伍于其他止咳平喘剂中，广泛应用于寒、热、实证之咳嗽痰多者。

2. 原书用法以粥制丸服，此乃取米粥健脾之意，因本方主治痰嗽，而“脾为生痰之源”，今脾虚而失健运故多痰湿，所以用米粥健脾以治生痰之本。临床应用



中可加稻米一把共煎，以取米粥健脾之效。

3. 国医大师朱良春教授认为，莱菔子善行气，气顺则痰消，咳喘自安，他常用莱菔子治痰喘，如急、慢性支气管炎，肺炎，百日咳等。江苏省名老中医王益谦副主任医师擅用莱菔子治疗小儿咳喘，王老认为，莱菔子化痰不助火，清热不伤阳，消导不耗气，通腑不伤津，乃治小儿咳喘之君药，无论大便秘结、泄痢均可用之，对咳甚者宜加杏仁、前胡、金沸草以宣降肺气。如治一男童，21个月，咳嗽，发热，痰鸣，食少，大便燥结，方以莱菔子15克，苦杏仁、连翘、薄荷、牛蒡子、神曲各6克，金沸草9克，生甘草3克。水煎服，每天1剂，4剂则诸症减。继以莱菔子10克，连翘、生甘草各3克，煎水代茶饮，3剂后咳止、痰净。

山东省荣成市人民医院张晶医师介绍，莱菔子粳米粥可治哮喘。用法：莱菔子20克，粳米50克，将莱菔子水研后过滤，取汁，加入粳米，再加水煮为稀粥，每日2次，热服。

4. 此外，杏仁又常与厚朴配伍以复肺之宣降而定喘嗽，尤宜于咳嗽而喘逆甚者，用法用量与杏仁萝卜子丸相似。如仲景之桂枝加厚朴杏子汤，用治“喘家作”。《医宗金鉴》更谓杏仁、厚朴为“定喘之要药”。云南名医吴佩衡先生的嫡孙吴荣祖教授临床常用杏仁、厚朴（各10克）二药以宣降肺气，调畅气机，广泛用于肺气不降的咳嗽、便秘、胸闷等症。



使用注意

1. 本方以化痰见长，肺阴虚及燥咳无痰者禁用。

2. 莱菔子行气而耗气，若素见气虚者用量宜小（10克以下）。生莱菔子长于吐风痰，炒用长于消食下气化痰，食积咳嗽与小儿咳嗽宜炒用。



三拗汤

（《太平惠民和剂局方》）

【组成】麻黄，杏仁，生甘草。

【用法】生麻黄 10 克，杏仁 10 克，生甘草 10 克，生姜 5 片，水煎分 3 次食后温服。服药后以衣被盖严，待全身出微汗即可。不可使汗出过多而浸湿衣被，否则更伤正气，病必难除。此为成人 1 日量，小儿减半。

【主治】感冒风邪，鼻塞声重，语音不出，或伤风受凉，头痛目眩，四肢困倦，咳嗽痰白，胸满气短，舌淡或红润，苔白腻，脉浮紧。

适用于成人与小儿感冒咳嗽、痰多色白，鼻塞声重，声音嘶哑，头痛眩晕，四肢困重乏力等症，以及过敏性哮喘，咳嗽变异性哮喘，急性喉炎、急性支气管炎、慢性支气管炎急性发作期与肺心病急性期。

【解读】

1. 本方为仲景《伤寒论》治风寒表实证或太阳伤寒证之麻黄汤去桂枝而成，功专宣肺止咳平喘。麻黄辛温宣肺解表，杏仁苦降肺气，一宣一降以复肺之宣降而止咳。麻黄、杏仁又为《外台秘要》卷十之“二物散”，主治咳嗽上气。甘草之甘以缓二药峻烈之性，生用气平，又补脾胃不足以扶正祛邪，合麻、杏共为宣肺解表、止咳平喘之剂，用于外感风寒的咳嗽痰白、胸满气短、鼻塞声重等症。

若见咳嗽而身热不减、痰黄稠者，亦可加入石膏、黄芩等清热药易为辛凉剂而用于热证咳嗽，如麻杏石甘汤用于肺热咳嗽证是也。

2. 福建名老中医蔡友敬教授临证擅以三拗汤为主方，根据兼证不同分别加以散寒、清热、祛湿、润燥之药，广泛用于各类外感咳嗽而收效甚佳。蔡老认为，三拗汤的应用贵在麻黄一味，凡是风邪束肺者，麻黄为必用之药。若风邪兼寒、兼湿者，径以生麻黄投之；若风邪兼温、兼燥者，则改用蜜炙麻黄以减温燥之弊，而存祛风之力。又若伤阴较重或暑热之时感受风邪者，即用麻黄配伍白茅根，以增滋阴润燥之功，同样能达到祛风开肺之效。



四川名医陈绍宏教授临床则以三拗汤与瓜蒌薤白半夏汤、桔梗汤合方治疗肺心病急性发作期而见长，症见咳嗽、痰多、动则喘息、憋闷等，药用：麻黄 15 克，杏仁 12 克，甘草 10 克，瓜蒌 30 克，薤白、法半夏各 15 克，桔梗 30 克。

3. 上海中医药大学附属曙光医院呼吸科陈麒医师用三拗片（由麻黄、杏仁、甘草、干姜组成，0.5 克/片）治疗急、慢性支气管炎风寒袭肺证 80 例，每次 3 片，每天 3 次，三餐后半小时温开水送服。结果表明三拗片对急、慢性支气管炎急性发作期风寒袭肺证患者的总有效率为 93.75%，对主症咳嗽、咳痰和喘息具有明显改善作用。

4. 福建省福清市江镜镇卫生院陈敏医师应用三拗汤加减治疗小儿泄泻，效果满意。陈氏认为治湿不外乎两个途径，一是利尿，二是发汗。泄泻的病位在大肠，肺与大肠相表里。麻黄既能宣肺散邪发汗，又能通利小便，起到一药双用的作用；杏仁助麻黄宣肺散邪，甘草调和诸药，使发汗而不太过，利尿而不伤阴，又能调补中焦脾胃之气。故三拗汤用作治疗小儿泄泻的主药，收效较好。方用麻黄 3 克，杏仁 3 克，甘草 3 克。水煎分 2 次温服。方中剂量为 1 周岁小儿剂量，随年龄大小可适当加减。兼食积者加莱菔子、神曲、麦芽；腹胀加厚朴、木香；发热加黄芩、葛根、黄连；呕吐加藿香、竹茹；口渴加天花粉、葛根；泻如水样量多者，加茯苓、泽泻；体质虚弱加怀山药、扁豆。如治何某，女，1 岁 2 个月。1993 年 8 月 13 日初诊。因受凉后腹泻 3 天，每日 7~8 次，质稀，量多如水样，呕吐每日 2~3 次，口渴，尿少，微咳，无热，舌淡苔薄，指纹红。药用麻黄 3 克，杏仁 3 克，甘草 3 克，藿香 3 克。水煎分 2 次温服，1 剂后症状明显减轻，2 剂后诸症消失。



使用注意

生麻黄长于发汗解表、散寒止咳，性偏温燥，若用于小儿外感咳嗽时，宜用麻黄绒；若咳嗽而外感症状不明显时，宜用炙麻黄。



桔杏大力汤

（四川省名中医、成都中医药大学宋兴教授验方）

【组成】桔梗，杏仁，大力子。

【用法】桔梗 10 克，杏仁、大力子各 10~15 克，水煎分 3 次食后温服。此为成人 1 日量，小儿酌减。

【主治】咳嗽，咽痒咽痛，大便燥结。

适用于感冒咳嗽，咽炎、扁桃体炎、上呼吸道感染、喉源性咳嗽等各类咳嗽而伴咽痒咽痛者。

【解读】

1. 大力子，即牛蒡子。汪昂谓：润肺解热，散结除风，利咽膈，理痰嗽。临床上牛蒡子尤宜于咽痒咽痛之症，桔梗亦擅祛痰、利咽，杏仁降肺止咳，三药合用则能祛痰利咽止咳。本方乃笔者师承于四川省名中医、成都中医药大学宋兴教授时抄录在案，宋老临证常将其配伍于主证方药中，用治咳嗽伴咽痒咽痛、大便燥结者，每能获效。如治外感咳嗽：刘某，女，5 岁半。2003 年 6 月 22 日初诊。昨起咳嗽，咽痒有痰，鼻流清涕，大便燥结，鼻现青灰色，舌苔薄白。用方：香薷 10 克，陈皮 5 克，法半夏 10 克，茯苓 10 克，桔梗 5 克，杏仁 10 克，牛蒡子 10 克，前胡 10 克，枳壳 5 克，蝉蜕 5 克，生姜 5 克，生甘草 5 克。2 剂。6 月 26 日复诊，药后咳减，偶咳几声，有痰，大便仍燥结。用方：香薷 5 克，苏叶 10 克，前胡 10 克，桔梗 5 克，杏仁 10 克，牛蒡子 10 克，蝉蜕 5 克，薏苡仁 15 克，白芍 10 克，生甘草 5 克。再 2 剂而愈。

又如治哮喘咳嗽：程某，女，25 岁。2003 年 6 月 19 日初诊。自幼每遇季节交替时即发哮喘，近来因劳累后诱发咳嗽，咽痒有痰，大便二三日一行，口渴喜饮，时有头痛、心悸，舌红，脉沉弦细。用方：西洋参 5 克，麦冬 10 克，五味子 5 克，苏叶 10 克，桔梗 10 克，杏仁 15 克，牛蒡子 15 克，山药 20 克，菟丝子 10 克，杜仲 15 克，川续断 10 克，前胡 10 克，生甘草 5 克，蝉蜕 5 克。3 剂。



此外，经云：“肺主皮毛”，又云“肺合大肠”，而桔杏大力汤有宣降肺气之功，因此，宋老又常用此方配伍于复方中，用治兼有肺气闭郁的皮肤痒疹及肺气失降所致的便秘而效著。

2. 国医大师朱良春教授对风热外感初起，咽痒咳嗽之证，恒喜用牛蒡子，并常与桔梗、杏仁、桑叶、连翘、淡豆豉等味同用。朱老临床观察发现，凡咳嗽咽痒、咳痰不爽者，用牛蒡子后往往咳痰爽利；对扁桃体发炎，红肿疼痛，汤水难咽者，牛蒡子也非常适合，并常用桔梗、甘草、牛蒡子、僵蚕等药治之。孟河丁氏学派第三代传人席德治先生临床也常用桔梗3~9克、杏仁5~10克、牛蒡子6~12克与黄芩3~10克、象贝母12克等药配伍以化痰止咳，用于咳嗽之痰热壅肺证而效著。

3. 本方通治各类咳嗽而伴咽痒咽痛者，并可配伍于辛温、辛凉等剂中用于寒证或热证的咳嗽。安徽青阳县中医院孙克勤医师用自拟牛蒡子汤（炒牛蒡子15克，桔梗10克，杏仁10克，麻黄10克，射干10克，甘草3克）辨证加减治疗喉源性咳嗽32例，每天1剂，10天为1个疗程，全部临床治愈。

山东省青州市中医院李霞医师用本方加味（桔梗6克，杏仁8克，牛蒡子9克，桑叶9克，薄荷叶6克。水煎服）治风热咳嗽，症见痰黄黏稠，鼻流浊涕，咽红口干，苔黄，效佳。



使用注意

牛蒡子性冷滑利，有通利大便之力，尤宜于咳嗽而见大便燥结者，临床使用中应视患者脾胃虚实而酌情增减牛蒡子的用量。若素见脾胃虚寒泄泻者则当忌用或配伍温中、健脾药（干姜、白术等）。