

## 目 录

第一章	注意结合老年人特点，细观察、勤 分析、慎下药、常总结 .....	(1)
第二章	补法在老年病中的临床应用 .....	(6)
第三章	老年常见病的治疗 .....	(24)
第四章	防治老年病应当药物和体质锻炼相 结合 .....	(35)
第五章	岳老常用方剂索引 .....	(40)

# 第一章 注意结合老年人特点， 细观察、勤分析、慎下 药、常总结

衰老是人类生命中的一种规律性表现。人自出生后，经童年、青年、中年而至老年，到一定年龄时，就出现一系列的衰老征象。当然，这和社会条件、个体条件都有关系。我国解放后，由于人民保健事业的飞速发展，城乡人民的寿命都有普遍的延长，推迟了衰老的年龄，这说明人类可以控制生命的发展，达到延年益寿，为社会造福，为群众谋利益。我们是辩证唯物论者，不同意什么“永生论”，但也不同意那种把衰老的迟早看作是注定的，不可改动的、悲观的唯心主义形而上学观点。

根据社会传统概念，认为六十岁就算进入了老年行列，九十岁可以看作是长寿的人。从预防观点上看，把五十岁左右看作是老年前期是必要的。岳老认

为，人到六十岁时，脉确有变化，以粗大为多，血压也常有变化，主气虚。但也有一类人，在六十岁以后另出现一种较小的脉，主健康长寿，这种情况也不少。关键在于注意日常的体质锻炼和保健，从积极方面着手。历史上不少封建统治者求长生不老，尤其汉魏到唐初，风行一时，均以服“金石药”为贵，其结果“疽发于背”、烦躁、中毒致死者甚多，欲延寿而反促“命期”，贻害不浅。

在老年病的保健医疗工作中，要注意做到：“细观察、勤分析、慎用药、常总结”。平时要多留心其脉、舌变化规律，纳食、二便及睡眠情况，知其常才能知其变。例如有的老年人呈“六阳脉”，平素就很粗大，临终前还是“六阳脉”，若平时不细观察，下药就会与素常体质不合。老年人的病缓解可能慢一些，因为生理功能衰减，不象年青人，一、二剂药也许就治好了。有的老年人肠胃尚结实，大黄用四、五钱不泻，有的用一、二钱却泻得不得了。了解素质寒热虚实之偏，饮食喜暖喜凉，喜酸嗜咸，对于施治均有参考价值。有的老年人大便二天一次，俗谓“后门紧”，主多寿；食多便少，主运化功能旺盛，也要了解，作到细观

察。

《内经》谓：“邪之所凑，其气必虚”。老年人因为抗病力弱，最怕外感。即所谓“老怕伤寒少怕痧”。有外感时，往往体温应高而不扬，根据“留而不去，其病为实”的原则，要疏邪。光补虚不行，补了就有可能犯“实实”之误。治疗时用量不要过大，要谨慎，细致。因为老年人生理机能衰减，治疗时可“祛邪”和“补虚”并行。具体说，如患感冒，有的以补中益气丸二、三钱加苏叶一钱同煎饮服，发发汗，就可好转，《局方》参苏饮也可以，一般量不宜大，不加辨证，动手就麻黄汤、桂枝汤、银翘散、桑菊饮下去不行。因为老年人常在有内伤基础上又外感风寒，症状发热头痛，呕逆咳嗽痰多，头目眩晕，或大便泄泻，或发汗而发热不止，可用参苏饮，既治外感，又兼顾内伤，是“扶正兼以去邪”的好方子。当然也有“大实之火”，要用“攻破药”，甚至有用白虎汤、承气汤的，那是“变证”，要认准了用才行。一般说，老年病平常保养要用“温和药”，针对一定证候才用攻剂，发散剂。老年人有的体质甚弱，无力康复，动辄感冒，喷嚏流涕，目微昏，轻度恶寒发热，肢体易出汗，甚或一开门窗，或夜睡翻身，

亦患“感冒”，予银翘散，桑菊饮等轻剂，透表清热，即可暂愈，但不日又可复发。岂知这种情况往往是“正虚似邪”，并非真的“感冒”，越服去邪方药，卫阳越虚，无御外之力，越发容易招致外界冷暖的侵袭，这种似病非病的证候，只有“扶正”，才能使卫气增强，抗病有力，以上提到的补中益气汤加苏叶方就是针对这一情况用的。有的老人饭后或行路汗出感冒，一有流感流行就容易感染，汗出恶风，经常怕冷怕热，为“里气虚馁，卫阳式微”，若投以玉屏风散小量频服，改善体质，用以治本，补气益卫，固表止汗，效果很好。岳老对老年常患感冒者往往处方玉屏风散长期服用，积以时日，效果自见。有的则处方王肯堂《证治准绳》的白术黄耆汤，对气虚汗多易感冒者亦验。总之，要参照张仲景治病的法则：“驱邪外出，因势利导”，不能“药过病所”，“诛伐无过”，要做到“慎用药”。

高年人精神、体力、心功能常较弱，好吃西洋参，此药性味甘寒，比东北参好些，但若有病，就不够了。例如心气虚、心脉不畅、心悸、气短、失眠，应加汉三七和琥珀。参三七（以云南、贵州产者为好），个大，力大。生三七活血消瘀力强，制三七（轧面以香

油炒成虎皮色，香油量不宜多）则补虚力大，功同人参。处方可以人参五钱，三七五钱，琥珀二钱半共为细末，调匀，装入胶囊，每次 1 分半至 2 分，每日 2—3 次。老年人怕吃药，也怕汤药，药量小不怕，药力到就行。为提高效果，必要时也可用老山参，如装胶囊不便吞服，也可蒸露饮之。如兼有气喘症状，可以蛤蚧尾换琥珀末，有助于温肾定喘、化痰。

“细观察、勤分析、慎用药、常总结”。还有一个意思就是不要急于求成，要适应老年人的特点。岳老曾治疗一老年肾结石病人，用清热化湿药治疗过程中，阳痿加重，曾考虑用桂附、阳起石、海狗肾等“兴阳药”，因恐刺激力过大反招致性功能短暂兴奋长时衰减，改用平补药，于方中加入具有兴阳作用之当归三、四钱，服十五剂而恢复。以后强肾药则用杜仲三钱、牛膝三钱、补骨脂四钱巩固。必要时才用鹿茸、蛤蚧尾等量为末，每次服一分，于清利药中加用，也有效而无副作用，此类动物药因较贵，不太常用。

## 第二章 补法在老年病中的临床应用

老年人通常表现为体质减弱，机体功能减退，抗病能力低下等证候特点，因此在防病或治病时，补益法则是临床上经常应用的，有不少病是从“补”上下手。不过真正运用得好也颇难。气虚补气，血虚补血，阴虚滋阴，阳虚温阳，原是通例，但在实践中，若补得不合适，反将阻碍“经络气机”；辨不准“阴阳虚实”，还可能出现相反的后果。

老年病应用补法一般分平补、调补、清补、温补、峻补和食补六种，现分述如次。

### 一、平补法

补气四君，补血四物，气血双补八珍，这是寻常的治法。所谓“虚劳诸不足，风气百疾”，是指各类“虚损”及“气弱”，上岁数的人多“气弱”，这是很重要的

两个方面。张仲景《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治篇》载对虚劳病的治疗经验，单纯“虚劳虚烦不得眠”的，用酸枣仁汤；“失精”用天雄散；“五劳虚极”，内有瘀血的，“缓中补虚”，用大黄蠱虫丸；治“虚劳诸不足，风气百疾”，则用薯蓣丸，很适用于老年人，因高年气血虚损，常有周身不适、头眩、肢痛、麻木诸证，所谓“风眩”、“风痹”“或五劳七伤者”。薯蓣丸共有二十一味药，此方以山药为君，调理脾胃，内有四君、四物，气血双补。干姜补阳，而山药滋阴，则阴阳兼顾。方中并有阿胶，滋养阴血，但量较少，与补气药相伍，起到气血双调，气旺血生作用。方中有桂枝、柴胡、防风、白薇等动药，升阳达表，驱除“风气”。杏仁、桔梗升降气机，补而不滞，不是“呆补”。薯蓣丸方中的大豆黄卷是黑豆，不是黄豆，有生发之气，可以补肾。此方补中有行，不偏阴，不偏阳，不偏气，不偏血，配伍很好；调理脾胃，气血两补，内外并治，使“阴平阳秘，精神乃治”，此方孙思邈于《千金方》中承受了下来，添了黄芩，改阿胶为鹿胶，共二十二味药，用治“虚劳”常见症状眩晕。宋《太平惠民和剂局方》有牛黄清心丸、实为薯蓣丸加麝香、



牛黄、冰片、雄黄、硃砂、羚羊角而成。清乾嘉时，官员中服用牛黄清心丸者甚夥，因平素饮食中吃“荤”的多，用此清凉药后心腹舒适。薯蓣丸自汉唐宋元至明清，代代相承，若没有好效果不会这样普遍应用的。从传统上看，要注意继承。临床用药，一般用于保养的要平和，用于治病的要有针对性。由于薯蓣丸方不寒不热，不攻不泻，不湿不燥，故可常服无弊。岳老曾分别给一例“肾虚”之老年病人，及一例脑动脉硬化病人服用此方数年，经过良好，后者则以薯蓣丸加鹿角胶、黄芩和冬虫夏草施治。冬虫夏草阴阳俱全，冬虫属阴，夏草属阳，起阴阳并补作用，所以起效。岳老称过去在农村行医时，曾治疗一例“温病发热汗出”后不能下地走动的病人，诸方不验，后以牛黄清心丸治愈。有的人看到薯蓣丸药味多，视为“普通敷衍药”，不对。此方对平时睡眠不好，精神不支，“阴阳气精不足”者俱可用，有强壮作用。另有回天再造丸或回生再造丸，为验方，可治“痰火内发”，为薯蓣丸加白花蛇，虎骨等，共有五十八味药，基本上还是薯蓣丸。现在出的再造丸内有动物药，为调补或峻补药，与薯蓣丸以草木药为主的不同。

## 二、调补法

老年人全身功能衰减，吸收，运化自不例外，常常是吃稀了不行，吃油腻了不行，吃多了也不行，这就要调理生理功能，应用调补法。中医理论脾主运化吸收，胃主纳谷消化。肝胆也是属于消化的器官。“胆犯胃”，“肝乘脾”，是常见的证象。肝为“罢极之本”，情志不畅，可影响脾胃功能。通常辨证，呕吐吞酸痞膈胀满属“犯胃”，泄泻胀满为“乘脾”。老年人胀满，泄泻，消化不良，与一般治法中专用的桔皮、枳实、神曲、山楂、麦芽、大腹皮甚至槟榔、厚朴、青皮等理气降逆，以消导开破药为主者应有不同，老年人用这些药后有时反无矢气，应以“补”为主，辅之以“调”。可参考叶天士养胃降逆，李东垣补脾升阳法选方施治，并宜以李东垣用药法小剂频投、长期守服的规格投药较好。四君子汤、五味异功散加些阴药，香砂六君子汤、参苓白术散、资生丸加味都是很实用的。1973年10月底，岳老曾诊治一例七十高龄的男性患者，病人素常多病，曾患肝炎。来诊时称腹胀、纳呆，长期以来每餐不及一两，午后心下痞硬，暖气不止，大便

稀薄，诊断为浅表性胃炎。因服西药多不耐受或有不良反应，改用中药半年余，药后则腹胀稍舒，不多时则胀满又起，逐日加重，有碍工作。诊之脉濡无力，右关沉取欲无，左关稍弦，舌本苔白而润，应属肝脾不和，脾胃升降失调，脾虚尤为主要矛盾，脾因虚日久而不振。患者过去用开破药较多，未着重补脾胃以扶基本，愈开破运化功能愈弱，故应取“塞因塞用”法，健脾和胃。患者进食一两亦作胀，故药剂亦不宜大，遂改以“资生汤”治疗，处方：党参九钱，焦白术九钱，炒苡米九钱，茯苓四钱半、焦山楂六钱、化桔红六钱、神曲六钱、川连一钱二分、白豆蔻一钱二分、泽泻一钱五分、桔梗一钱五分、藿香一钱五分、炙甘草一钱五分、炒扁豆六钱、建莲子肉六钱、山药六钱、麦芽五钱、芡实四钱半、砂仁一钱。上药共为粗末，每用三钱，水煎两次，合成一茶盅(约200毫升)，作一日量，午、晚饭后半小时温服半盅。一周后，暖气减，矢气多，胀满轻，胀的时间亦缩短，脉沉取较有力，舌苔少，纳食由每餐一两增至二两，续服原方半月，脾虚基本全愈，后仍服此方一个时期巩固效果。此方为缪仲淳在宋《太平惠民和剂局方》参苓白术散上

加味而成，方中以参、苓、术、草、扁豆、苡米温健脾阳，以芡、莲、山药滋养脾阴，扶阳多于护阴，补脾元提脾气，并以陈皮、曲、楂、麦、砂、蔻、藿、桔理气降逆，黄连清胃厚肠，补中有调取效。明朝医生王肯堂曾用资生丸治其父脾胃病，饮食增多，年近九十而终。《医宗金鉴·名医方论》用之治疗妊娠三月呕吐，用原分量研粗末。有的人喜用温胆汤、逍遥散加减作为调补，应用得好，也可取效。

补法最忌“蛮补”，好象人参之外，就是鹿茸、肉桂、黄芪。调补是为不受峻补之人而设。外感温热病后，气液虽亏，但夹有气郁、痰涎、瘀血、食滞、湿浊、或“败精”者，应辨证调理之。古云：“病有三虚一实者(虚多实少)，先治其实，后补其虚”。对于老年人，治实不可太猛，猛了就要“伤正”。也不应太轻，轻了治不及本。要入细。虚证夹实如为“湿热盘踞中焦”，用吴又可的四苓汤加陈皮调脾胃而宣其湿热；气虚者香砂理中汤，小其剂而补之；液虚者用五汁饮，以清润法而调补之。上面提到过的属“胆热犯胃”者，可用二仁绦夏汤合左金丸(桃仁九粒、柏子仁一钱半，当归须一钱半，茜草一钱半，旋复花三钱，

青葱管三至五寸（冲），半夏二钱、黄连一钱半、吴茱萸六分，此方以茜草代新绛），治应忌刚用柔，以治疗犯胃的恶心、干呕、脘痞、胁胀、胃痛不食、吞酸嘈杂症状。属“肝木乘脾”者，药宜远柔用刚（喜燥恶湿），以治疗腹胀满、大便或溏或不爽之证，如逍遥二陈汤（枳壳五分、白术八分、半夏、云苓各一钱半，桂皮、归须、赤芍各一钱、川柴胡五分，薄荷四分，炙草二分，代代花十朵）。若胃阴亏乏，而肝风内扰，可用黄连阿胶鸡子黄汤或养胃汤加减调补。胃虽虚而不受补的，法当和胃气，用和胃二陈汤（二陈汤加干姜一钱，阳春砂五分）。补胃之法应别阴阳、寒热。胃阳受伤，用陈皮、半夏、干姜、砂仁之类。胃阴受伤，应甘寒养胃，用麦门冬汤略加代代花，豆蔻花，建兰叶、炒香枇杷叶等合调补胃阴之法。

补中辅调。调气解郁，选炒川贝、制香附；除痰控涎，选半夏、桔红。去瘀活血，选五灵脂、生蒲黄、桃仁、红花（有热用丹皮、丹参）。消食导滞，选山楂、神曲、平胃散。利湿泻浊，选滑石、赤苓、冬葵子、榆白皮、佩兰叶、晚蚕沙；通逐败精，选杜牛夕，韭菜白。

### 三、清补法。

清补是补而兼清的治法，如生地、二冬、白芍之用，即所谓清滋法，常用于温热病后阴津血液耗伤、邪热未全净者。老年人病后，体力有待康复，肺胃之津液伤，理当清养肺胃之阴以促进康复，如《金匱要略》的麦门冬汤（麦门冬、人参、半夏、甘草、粳米、大枣）。《伤寒论》的竹叶石膏汤（竹叶、石膏、麦冬、半夏、粳米、人参、甘草）。叶天士的养胃汤（沙参、麦冬、玉竹、花粉、桑叶、白芍、山药、甘草）等。照顾肺胃之阴。石斛、生地是常用的，石斛应用的指征之一为舌光红或淡红缺少阴津者。若随便开清养胃阴的药，是不合适的。

肺胃之阴是津液，心肝脾肾之阴为血液之阴，伤阴伤血液，在方药的取舍上当然不同。养心阴用清燥养荣汤（四物汤减川芎之燥，并有麦冬、炙草、花粉），复脉汤（《温病条辨》方）也可用。养肝阴则以一贯煎为好。养脾阴则以慎柔养真汤（党参、黄芪、白术、石莲子、山药、麦冬、白芍、甘草、五味子。方见《慎柔五书》）为好，煎法上要求弃头煎，服二、三煎者，

取其清补脾阴、甘淡滋脾之意，可谓深得清养脾阴之法。肾分“外肾”和“内肾”，“外肾”包括阴囊，脊髓，生殖器，滋肾阴主要是清滋内肾，可选用黄连阿胶鸡子黄汤，六味地黄汤合犀角地黄汤等。清滋脑肾一般说要用粘腻有形浓厚之品，如加味大补阴煎（熟地四钱，龟板四钱，知母八分，黄柏八分，猪脊髓一条，甲鱼头一枚，煎煮后以清酱半匙兑上后喝，取其滋填，也可用六味地黄汤加三胶（阿胶、鹿胶、龟板胶）。方药之用，各有所宜，非动物药常常滋补，很难调理“外肾”病。

清补要注意清而不凉，因病后阴阳俱伤，凉了不合适。还要注意滋而不腻，否则脾胃吸收不入。这就是说要时时照顾脾肾，因为阴虚的病人常常阳也不足，尤其是用“凉药”更可能伤肾阳和脾阳。

#### 四、温补法

温补即补阳，阳虚者用。温而兼补，附子、干姜、肉桂之类。不过要注意辨脏腑。肾中之阳，为先天所基；胃中之阳，为后天所生，应注意区别。肾中之阳，贵降纳，因肾主封蛰，不纳则浮，若过升则肾

气浮于上，可导致先天真气消亡。胃中之阳，喜升浮，虚则反陷于下，若再行清降，则胃气遇抑不生，更不足了。现在有的人往往什么情况都用补中益气汤，这不对，补中益气汤应当在脾阳下陷肾不虚的情况下用。此方，历经应用，确是好方，为善于继承张仲景而灵活应用的范例，此方配伍规律严谨（如同外科的阳和汤、五味消毒饮，内科的苏子降气汤，均广泛为医生所流传应用），对“饥饱劳役，中气不足”，子宫脱垂、直肠脱垂、前列腺肥大等，均可用。要掌握好适应症，用错了可起不良反应，如肾不纳气，肾气上浮，用了可更上浮，甚至使牙浮动。

温补胃阳，可用理中汤，黄耆建中汤，归耆建中汤等。

温补肾阳。四逆汤为刚剂回阳，补少阴心肾之阳的方剂；少阴肾不纳气，肾阳式微，和心脏性喘息均可用。四逆汤，通脉四逆汤，白通加入尿猪胆汁汤，均温补肾阳。

柔剂养阳为另一类温养肾脏之法。因为肾为阴多之脏，肾阳不足常影响肾阴，所以要用柔剂养阳法。清《冯氏锦囊方》全真一气汤可选用。金匱肾气丸中阴



药与阳药比例为 25:2，符合传统理论“升少火”法，有如春风初有温暖之意。中医理论认为“少火生气，壮火食气”，桂附量太大就不是“升少火”，就不是“有如春风”了。所以右归饮加大桂附用量，应兼有脾阳衰的证候而总恢复不了的才用。所以蒲辅周老中医对脾阳虚者用理中汤健脾阳不效者，主张用右归丸。

金匱肾气丸应用时，丸剂一般比汤剂好，因为是逐渐助长生机，如同前面所比喻的“春风拂拂”使“萌蘖生虫”。后人的济生肾气丸由此方化出，另有适应症，宜于肾阳虚的水肿，岳老用以治疗老年人慢性肾盂肾炎，有获基本治愈者。

此外，温补肺阳，可用保元汤。温补心阳，可用人参养荣汤。温补脾阳，于补中益气汤外，可用六君子汤。温补肝阳，可用当归四逆汤。温补督脉，可用龟鹿二仙胶。

阴阳学说为中医辨证治疗中要紧密注意联系应用的大法，方剂选择也应注意把握阴阳。

## 五、峻补法

适应于垂危极虚病人，非大剂汤液不能挽回者。

例如独参汤，煎好后需时时灌服，正如温毒大病之必须用大剂败毒散一样，“杯水”难救“车薪”，量少了不行。风寒暑湿燥火中，数“火”厉害。火有形，热无形，顷刻可以“燃遍满山树林”，所以对外感大证必用大剂。

“极虚”证候常见于心力衰竭、产后、大失血后、大出汗、大劳累后等的情况，治疗应不断给以补养，才能挽救生命。疾病有虚有实，有盛有衰，治疗有的调整生理功能，有的针对病机。

要挽回大虚的证候，常需以参附煎成膏剂备用（剂量比例为人参一两、附子一两或八钱），每日服数两膏剂以挽救大虚阳微或将脱。

阴虚可用人参、麦冬、熟地，也得煎熬成膏，日服十两或八两，以温开水冲服，以救津液将枯之证。临床治疗上一般输液恐不能等同于熟地、麦冬之资生津液之功用。

垂危大虚病人的及时治疗很重要，有时“草木之品”不行，需用“动物药”。岳老曾治疗一例产后大虚的病人，发烧，经常 38℃ 以上，用过多种退热药，烧不去，脉虚数，岳老处方当归生姜羊肉汤（熟羊肉二

两熬汤加药)，羊肉也吃，服三剂后烧就退了。羊肉实为动物性大补之品。

黄牛胶、龟板胶、阿胶，鹿胶均为动物药品，大虚者常用，有效。治疗脊髓空洞症病人，这些药都有用，可加大量黄芪做引子，也可加用猪脊髓，能好转，但疗程较长。岳老经验用小母鸡炖黄芪要煮八小时，可补慢性肾炎之极虚证。

猪、牛、羊脊髓也均为峻补佳品。健步虎潜丸就是以猪脊髓为引子的，本方滋阴降火，强壮筋骨，对于老年人肝肾阴虚，精血不足所致筋骨痿软，腿足痿弱无力，行步困难，腰膝痠楚者颇适用，中风后遗症及慢性关节病选用，但须多服方效，亦可选用三痹汤加三胶。

阳中之阴极虚，宜龟胶，人乳、牡蛎、麋茸之类。阴中之阳极虚，宜鹿胶、鹿茸、海狗肾之类。

峻补多兼顾气血，气血双补方如十全大补汤、大补阴煎等。阴阳并补的，如右归饮，此方中有阴药。气血阴阳同补者，如全鹿丸，此方老人肥胖痰多者不宜用。

老人气血枯，髓枯，当滋养血液，集灵膏较理想。

填补精髓也可用河车大造丸，对老年人慢性咳喘固本止咳喘有效。回天再造丸填补精髓也很好用。育阴潜阳，则可用三甲复脉汤、大定风珠等，对于高血压动脉硬化阴虚阳亢、眩晕、升火、心悸、肢麻有效。

## 六、食补法

食补分平时食补和病后食补两大类。老年人运化、吸收功能往往低下，尤其是大病之后，肠胃功能更形衰弱，常需进行食补，调整饮食，促进消化功能康复，起到药物治疗所不能完全起到的作用，所以有“药补不如食补”一说。外感伤寒温病后，或病后因食劳、怒劳而反复，需选用清淡入脾药治疗才比较合理，但不如食补。

医生要了解饮食品，尤其是指导老年人食疗，更需了解，包括肉食、鱼类、果品等。中医学著作中有关“饮食谱”的论述很多，本草学著作尤其是《本草纲目》上，把谷食、肉类、鱼类都列为本草，作为药物加以阐述，统计不下百数十种，例如苡米、莲肉、芡实、谷芽、麦芽、鳖肉、鸡肉、羊肉、牛肉等，均列入本草。

现在有的医生，往往一开方就开大方大药，连丸散膏丹都不喜欢用，这不好。必开的药，当然要用，但饮食品中如山药、苡米、扁豆、莲子、谷芽、麦芽、神曲、山楂等，也不应小看，这些东西常是有作用的药物。

人身脏腑有阴阳，体质不同，属阴喜温性药物，属阴再吃寒性东西就不合适了。属阳的体质的人，喜凉性、阴性食物，给温性、热性东西吃了肠胃更亢盛，甚至有发烧的，所以根据体质特点，饮食尽可能要有所选择。医生的责任就是要心中有数，引导其吃什么？凉性的，还是热性的？应吃哪几种？饮食习惯，南北有异。普通习惯，于大病后多鼓励进食平常的、常食的方物。所谓“南甜北咸、东辣西酸”。所以议论忌口应注意常食方物的特点。好吃鸡的人吃鸡没事，好生疮者吃了就不好。肠胃有习惯性，老年人几十年生活过来了，要注意了解。不但平时不吃，有病时更不能吃。有的人肠胃对某些食物过敏，不吃牛肉，吃了就牙痛，有的吃了蛭、蛤就呕，有的闻狗肉味就干呕。

药物中的饮食品很多，应用得当，对于康复健壮大有裨益，择要列举于次。

麦冬和百合：清润之品，可清肺润肺。

真柿霜：清痰解热。

人乳：补血“宝物”。

童便：降火。六分干姜炭煎后兑入一半童便可治鼻衄。

雪梨：生食清火，煮熟滋阴。

苡米汤：治肺热和阴虚。

莲子、芡实粥：治遗精与泄泻。

扁豆、红枣粥：专补脾胃。

桂圆肉汤：养心脾。

乌鸡白凤丸：补阴除热、可治肝炎后综合征。

猪肺蘸白芨末：治虚劳咳血。

谷食中面和酒曲、蚕豆、豆油、酒醋：均为至温食品，发热及“六阳人”不甚宜。

糯米、粳米、黑豆、黄豆、豌豆、江豆：均性平。

小米、荞麦、芸豆、豆腐、豆豉、豆浆等：性寒、宜喜寒凉性食物者服食之。

瓜菜类中生姜、大葱、大蒜、韭、胡荽菜、芥子、胡萝卜：性温。

山药、薤白、胡芦、南瓜：性平。

苋菜、油菜、白菜、莼菜、白苣菜、黄瓜、甜瓜、丝瓜、西瓜、竹笋、芋头、茄子：性寒。

果品类中龙眼、荔枝、大枣、饴糖、沙糖、白糖、莲子、葡萄、蜂蜜、胡桃、乌梅、木瓜、橄榄、李子、栗子：性温。

黄精、枇杷、青梅、花生：性平。

梨、菱，藕，桔、瓠、百合、甘蔗、白果、柿饼(干)：性寒。

生李：性温、助湿生痰。

生桃：性燥，助热生毒。

禽兽类中鸡肉、鸭肉、雉肉、犬肉、羊肉、牛肉、鹿肉及猫肉：性温。

雁肉、猪肉、鳊：性平。但猪肉虽性平，多食不免有动痰之患。

兔肉、麋肉：性寒(鹿肉则属阳)。

鳞介类中鲫鱼、鲢鱼、海虾、鲢鱼、鳙鱼：性温。

鲤鱼、银鱼(面条鱼)、乌贼鱼：性平。

鳊鱼(黑鱼)、鳗鱼、田鸡、螃蟹、鳖、龟、蛤子、

牡蛎：性寒。蟹及螃蟹中毒者，苏叶、黄连可助解。

虾肉：性燥，有时不免动风、动火。

中医论药常凭性味，依其升降浮沉及寒热温凉平之性组方选药。我们在应用时，要讲辩证法，不可“见汗止汗”，“见热退热”。饮食品的治疗上的应用也要注意。一般说，气辛而荤而辣者，多助火散气。气重而甘者，多助湿生痰。体柔而滑者，多食之不化。烹调不熟者，服之多气壅。尤其老年人，更应注意。

以上六种补法，参考前人所论，结合临床实践所得，加以发挥。



## 第三章 老年常见病的治疗

### 慢性支气管炎

老年人慢性支气管炎很多，治疗时不宜只顾虚弱，过多地应用补剂。尤其是急性发作时，过于发散，不先事疏解，或只补虚不去邪，都可能使外邪久驻，病情加剧。

保元汤合生脉散加麻黄、附子、枸杞对老年慢性支气管炎有效，此方标本兼顾，肺肾同治，还可酌加葶苈、大枣。本方对老年肺气肿，肾虚作喘及心气虚作喘均可用。岳老曾治疗一例老年妇女，患长年咳嗽，为慢性喘息性支气管炎，感冒或劳累后即发作，夜间常不能平卧，平卧时即咳嗽气喘，曾用延年半夏汤，略有好转，用玉屏风散合六君子汤加补骨脂、紫河车也未控制，改用此方得以控制。停药又作，服药则好转，屡经验证。后以此方配成丸药缓调。

老人慢性咳嗽于外邪扫除后，咳嗽基本平复，可

服固本丸扶正培本。

关于麻黄的应用。肾不纳气，肾虚咳喘者要慎用，以上所述方剂也用了麻黄，但有五味子和附子，起到互相制约的作用，所以可用。射干麻黄汤也有麻黄，还有细辛、半夏、五味子、款冬花。五味子可纳肾气。小青龙汤中也是既有麻黄，也有五味子。

半夏性温味辛，生用效显。半夏经水煎则无毒，是温化寒痰的常用药。本草“十八反”中有“半夏反乌头”，所以有的人认为半夏和乌、附不能同用，其实张仲景《伤寒论》中就有小青龙汤证恶寒者加附子的经验总结，还是可以配伍使用的。稀痰用半夏，稠痰则用竹茹、天竺黄、竹沥、海浮石。葶苈则泻“肺中粘痰”，也治胶痰。皂角治胶痰也很好，可配制成皂角丸应用。葶苈也常与大枣同用。胶痰是指痰液粘稠胶浓。

## 支气管哮喘

中医治疗咳喘和哮喘，一般是新咳治肺，痰咳治脾，虚喘治肾。支气管哮喘痰气交阻，上壅于肺，痰多者肺脾同治，可用苏子降气汤。虚者加人参，气逆

短气息促者，可加盞沉香 1~3 分冲服，肾不纳气，可加五味子、冬虫夏草。以此方法曾控制过一些老年哮喘病，或使发作间隔延长。

风寒袭肺者，应先治风寒。新喘呼吸急促，胸闷息粗，可用定喘汤。

痰喘也用六安煎或六君子汤加苏子、杏仁、厚朴。

肾不纳气、肾虚精气亏乏作喘者，可以八味地黄汤加鹅管石、补骨脂、五味子。平时可服金匱肾气丸。麻杏甘石合汤半夏厚朴汤治哮喘有效。

哮喘病人阳虚易治，阴虚难治。阴虚病人缓解期可用《温热经纬》上的集灵膏扶正治本。抬肩作喘，鸡鸣前后起作喘息而汗出者，为危候，可用回生黑锡丹六十粒吞服，或用蛤蚧尾为末服之。

## 冠心病

根据传统理论，“胸为清阳之府”，“心体阴而用阳”，所以治疗“胸痹心痛”应以阳药及通药以廓清阴邪，不可掺杂“阴柔滋敛”之品。因为冠心病的病机可能与“胸阳衰弱，浊阴干犯清阳”有关。心居阳位，属

于少阴经脉，主血，血属阴，故“心体阴而用阳”，不容“浊邪侵袭”。本病老年人尤多见，因年高者代谢失调，胸阳不振，津液不能蒸化，血行缓慢迂滞，易成“痰浊”，“血瘀”。故应宣痹行气，活血化瘀。可用通心阳之瓜蒌薤白白酒汤，瓜蒌薤白半夏汤，枳实薤白桂枝汤。薏苡附子散也可用。活血化瘀则可用“变通血府逐瘀汤”（血府逐瘀汤去地黄、柴胡、白芍加肉桂、薤白）。开寒闭则可用苏合香丸。这些方剂治疗冠心病心绞痛有一定效果。老年人“心脉痹阻”心痛、心悸、胸闷，人参、三七、琥珀末有益心气，通脉络之效，可每日服三次，每次服二分，偏重化瘀者三七生用，偏重补虚者三七芝麻油拌半干炒如虎皮色用。气阴不足者用洋参，喘者加蛤蚧尾同研末服用。心肌梗塞者可用生脉散或生脉散加保元汤补气生津为主方，益阴复脉用炙甘草汤，岳老认为老年心肌梗塞作喘者也可用黑锡丹50粒送服，通瘀血、止喘。

## 高血压病

老年高血压病人其舒张压常较难降，不易控制。此类患者气虚的多，可有肾气虚及中气虚之不同。用苦

寒泻肝或二仙汤之类不起效用，用大量黄芪有时可有一定作用。用法：一般黄芪用一两以上，配陈皮一钱。王清任《医林改错》中的补阳还五汤也有一定效果，但有“火热”者不宜用。张锡纯《衷中参西录》镇肝熄风汤对肝阳上亢型老年病人也适用。有的病人血压波动，忽高忽低，李东垣半夏白术天麻汤为粗末小量频服，有助调整。

## 肾及输尿管结石

本病为“五淋”中的“石淋”，多为下焦湿热酿成，间有肾阳不足或肾阴不足而致者，也有因气滞血瘀，气道不行，血脉瘀阻而成者，审其因之不同而辨证选方用药。湿热下注者用猪苓汤、石苇散；肾阴虚者六味地黄汤合二至丸；肾阳虚者济生肾气丸或六味地黄加小茴香、巴戟肉；偏实证者用八正散或活命饮；气滞血瘀者用木香流气饮或血府逐瘀汤。本病在老年中也相当常见，岳老曾以金钱草七两、海金沙一两、块滑石四钱、甘草梢一钱、川杜仲六钱、川牛夕四钱、洗石苇三钱、车前子四钱、扁蓄三钱、广木香一钱半、全当归四钱、王不留行四钱、大生地五钱进退加

减治疗一例老年肾结石患者，前后用金钱草三十余斤以清热利湿，并用强肾药，排出结石，并使左肾功能由丧失而基本恢复。以猪苓汤、石苇散、八正散为主方加减治疗老年尿路结石，也都行之有效，都有排出结石的案例。

## 慢性肾炎

老年慢性肾炎一般不用峻下或发汗的方法，多取健脾温肾补气法治疗。六君子汤治“气虚痰饮、吐呕痞满，脾胃不和，变生肿症”较好，所以对于疲劳、血虚、腹软、脉弱、平素手足易冷者可用，还可辨证加木香以通三焦，加砂仁以通中气。脾虚身重浮肿也可用实脾饮，以达到气行水行，~~实脾以制水~~的目的。济生肾气汤也可用，本方岳老很少用于幼童及青年，多用于中年后尤其老年病人。治水肿方剂中五苓散，五皮饮均较稳妥，对于老年人，~~初起用黄芪剂~~（防己茯苓汤、防己黄芪汤），末后用地黄剂（济生肾气丸常服），对消肿及改善肾功能均有一定作用。氮质血症病人用大黄附子细辛汤或温脾汤也有一定效果。

## 糖尿病

老年糖尿病肺燥、胃热、肾阴虚表现常很突出，病久也可阴损及阳，常见肾阳虚衰和阴阳俱虚。针对这一病机，岳老常以六味地黄汤加石膏、附子治疗，每剂附子用八分，石膏用三钱，不验时按比例适当递加附子石膏量，以附子推动石膏发挥止渴作用。糖尿病末期皮肤生疮疖的很多，常久治不愈，岳老经验鹿茸有效，每次服一分，每日二次，即可生效，此方岳老曾给自己用过，确有较快收口和止痒功用，加蛤蚧尚可降血糖。

## 前列腺炎

本病一般呈慢性经过，属中医“劳淋”范畴。劳累即重，急性发作时可有脓尿及血尿，尿频，尿急及尿痛，可用猪苓汤加生大黄，红细胞多加元参、旱莲草，善后可用金匱肾气丸或济生肾气丸，如属阴虚，则用六味地黄丸。肾脉虚数，舌根发白的慢性病也可用济生肾气丸作汤常服。八正散不好用，因阴虚证的多，用了恐苦寒化燥，小蓟饮子也不理想，岳老曾治疗一

例前列腺肥大伴有前列腺炎的老年病人(七十二岁),尿流分叉或细,不易排出,用济生肾气汤一个月余后,排尿基本正常。

## 慢性泄泻

老年人慢性泄泻有的用健脾法可以取效,对于谷食不化,便溏薄、次数多、精神差、面色萎黄、舌淡、脉缓弱的较好,如参苓白术散,补中益气汤等都可用。但也有用健脾法总健不起来的,岳老说蒲辅周老中医生前曾和他共同讨论过,认为还得用右归丸,以升肾火和蒸发脾阳,或脾肾双治。老年人肾阳太衰,黎明之前,肠鸣作泄,称五更泄或鸡鸣泄,或肾泄,古方有用资生丸的,还不够,应加右归丸。还有一种是属于“肝气乘脾”的痛泄,要用“抑肝扶脾”法才行。岳老曾治疗一高年妇女,腹泄数月,泄前必腹痛,曾用治脾治肾法均略好转而不能根治,诊之肝脉弦,脾脉弱,遂以刘草窗“痛泻要方”加川芎以条达肝气,升运脾气,日见好转,后以异功散善后。有此证,用此方药,效果确实很好。



## 便秘

老年人大便秘结是相当多见的，多为气血不足所致，气虚则大肠传送无力，血虚则少津不能滋润大肠。也有年高体衰肾阳衰微而为寒秘、冷秘的。气虚者舌淡苔薄脉弱，有时大便并不干结，但排出困难，甚至排便时汗出气短，补中益气汤加肉苁蓉主治。血虚津少者可用《沈氏尊生书》润肠丸，方中当归是治老人便秘养血润肠的好药。阳衰温通可用《局方》半硫丸或加当归、肉苁蓉、核桃肉。

## 慢性肝炎

老年慢性肝炎常表现有“血瘀”证候，面色晦暗，肌肤甲错、肝大、肝区痛、舌质暗红，或有瘀斑，脉多弦涩，这些常为气郁已久，病久入络，营气络脉瘀阻的表现。岳老认为“肝病如邪”，不宜伐肝，宜调肝，调中加补。光补不行，不论补肝或补脾都不行。脾胃证状也可能很突出，为肝盛脾弱，病根还是在肝，肝为多血之脏，仍以调补为好，可用柴芍六君汤合当归补血汤加活血化瘀的瓦楞子、刀豆子。这方面有效的

病例还比较多。

一般都认为肝炎病机是“湿热蕴积”所致，以清热利湿为治。在初期有湿热征象者，是正治法。但若执一法一方，不辨证施治，久清热必伤阳，久利湿必伤阴，阴阳俱伤，则必导致阴阳俱病，转化成他种病变。岳老曾治一例久病肝炎久治不愈者，用补血益气法很快治愈。也有的用清化法不效，以李东垣圣愈汤而使肝功能获显著好转者。

## 震颤麻痹综合征

老年人脑动脉硬化引起震颤麻痹综合征的并非少见。中医治疗可以使症状减轻。岳老认为本病病机和中风前驱相似，为气虚血瘀，肝风内动的表现，可用益气活血通络法治疗。岳老曾治疗两例本病高年患者，获显著效果，一例右上下肢震颤，左侧亦受影响，“假面具”，头前倾，躯干俯屈，走路呈“慌张步态”，一举步就下蹲，脉浮大，经用补阳还五汤治疗（黄芪四两、当归一钱半、川芎一钱、桃仁一钱半、红花一钱半、赤芍一钱半、地龙三钱），一周后好转，两周后举步下蹲动作消失，走路“慌张步态”显著减轻。另一

例走路转弯时欲倾倒，迈碎步，右脉大，主气虚，经用补中益气汤加龙骨甘松后，迈步稍变大，后以健步虎潜丸巩固。

## 偏枯

老年人半身不遂或脚力不好，三痹汤有效，此方比独活寄生汤、济生肾气汤好。岳老曾治疗一例六十岁老年病人，走路无力，下不了床，服二十剂后能走数里地。补阳还五汤和黄芪汤对气虚者适用，对慢性病尤适用，据称黄芪可延长细胞寿命，很值得研究。老年人用时伍以陈皮可防滞涩，比例为一两配一钱。

## 失眠

老年人表现心脾不足，多梦易醒，食少不寐的很多，经年如此，当以归脾汤补益心脾缓调。有属于心烦、头晕、耳鸣、健忘、心悸、腰酸、阴虚火旺的，可以补心汤送交泰丸或硃砂安神丸。胃失和降，痰火内扰，苔腻脉滑数的，黄连温胆汤可以取效。

## 第四章 防治老年病应当药物 和体质锻炼相结合

伟大领袖和导师毛主席指出：“唯物辩证法认为外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因通过内因而起作用”。“凡能做到的，都要提倡，做体操，打球类，跑跑步，爬山、游泳，打太极拳及各种各色的体育运动。”毛主席的这些教导，对于防治老年病同样具有极为重要的指导意义。防治老年病不能光靠药物，更不能乞灵于“贵重药”和迷信“抗老药”，药物虽然在一定条件下可以发挥防治疾病的作用，但毕竟是一种外力，外因还得通过内因而起作用，我们要调整和调动内在的抗病能动性，预防疾病，战胜疾病。中央一位老同志在介绍战胜肺结核和糖尿病的经验时说：“我靠两个法宝，一个是革命乐观主义，一个是户外生活多”。主要“就是体育锻炼，在每顿饭前走一千步，饭后走两百步，每顿饭吃八、九分饱，……我除控制饮

食，严禁吃糖外，每次饭前饭后坚持按规定步行，没有一次间断，连续做了六个月，体重逐渐显著减轻，我的糖尿病也随之逐渐减轻”。多年来，岳老本人患有几种慢性病，但他坚持每天上午散步走路，身体情况好时，还要上小坡，由于坚持了“动为纲，素经常，劳逸当”的原则，使病情一般稳定，并能坚持每天一定时间的学习、著述，每周还能坚持一定量的临证工作，这些，都说明了体质锻炼的重要性。革命导师恩格斯在《自然辩证法》中指出：**在活的机体中，我们看到一切最小的部分和较大的器官的继续不断的运动，这种运动在正常的生活时期是以整个有机体的经常的平衡为其结果，然而又经常地处在运动之中”。**运动是生理上的需要，老年人虽然体力受限制，容易疲劳，更难以胜任运动量较大的活动，但结合每个人的身体条件，进行一些力所能及的锻炼，还是可以的，也是必要的。

我国古代在和衰老作斗争中，存在着两种思想的激烈斗争，一种是消极的“静养”，“清心寡欲”，强调“内养功”，“以静养神”。另一种则是主张锻炼，如唐尧时代以舞蹈运动防治关节病，不少医书介绍的“导

引术”(实际是体操的一种)和“吐纳术”(实际是呼吸体操)防治疾病的经验。《三国志》介绍了华佗创“五禽戏”锻炼身体的观点:“人体欲得劳动,但不当使极耳,动摇则谷气得销,血脉流通,病不得生,犹如流水不腐,户枢不蠹是也”。其学生吴普按此法锻炼,年近九十仍相当健壮,耳不聋,目不冥,牙齿完坚,饮食无损”。清代颜元在批判宋程朱理学“闭门养心”谬论的同时,在《颜目斋言行录》中指出:“一身动则一身强”,这是在改善体质,防病治病方面具有朴素唯物主义思想的观点,颇资借鉴。

结合老年人的特点,以下几种锻炼方式可以试用:

### **穴位按摩**

如按压迎香、擦风池、风府以防治感冒。擦太阳、头维以防治头痛。指压内关以防治心悸。擦肾俞、涌泉以强肾壮腰。擦丹田以调理脾胃等,简便并可自行。

### **拍打肢体**

以拳头、手掌或三合板裹以薄棉拍打臂、腿、腰、

腹，以活血通络，舒筋定痛。

## **坚持走路**

对于改善体质，改善心功能，治疗肥胖病等有效。可根据身体情况采用平地步行，坡地步行，慢速或快速的方法，一般初起宜1~2里地，然后渐增，量力施行。

## **简化太极拳**

可根据体力，练个别动作或半套，对改善肢体活动功能，防治高血压都有帮助。

## **气功疗法**

可根据病情选作放松功或强壮功、坐功或站功，以防治消化系统和心血管系统病。

## **导引吐纳**

即呼吸体操。主要是于仰卧时，让腹部有节奏地于吸气时鼓起，呼气时陷下，每天进行数次，每次10~20分钟，以防治由于慢性呼吸系统病引起肺气肿，

呼气不足、过快、过短的缺陷，改善气短、气促等症状。

由于在这方面实践经验不够，仅略举点滴以引起注意。



## 第五章 岳老常用方剂索引

### 一 划

一贯煎(《柳洲医话》): 沙参、麦冬、当归、生地、川楝子、枸杞子。

### 二 划

二仁绛夏汤(古方): 桃仁、柏子仁、归须、茜草(代新绛)、旋覆花、葱管、半夏。

二陈汤(《局方》): 桔红、半夏、茯苓、甘草。

二至丸(《证治准绳》): 女贞子、旱莲草。

二加龙骨牡蛎汤(《小品》): 龙骨、牡蛎、白薇、附子、白芍、甘草、大枣、生姜。

八正散(《局方》): 车前子、木通、瞿麦、扁蓄、滑石、甘草梢、栀子、大黄、灯芯。

十全大补汤(《医学发明》): 熟地、白芍、当归、川芎、党参、白术、茯苓、炙甘草、黄芪、肉桂。

人参三七琥珀末(《经验方》): 红人参(或洋参)、三七、琥珀。

人参汤(《金匱要略》): 人参、白术、炮姜、炙甘草。

人参天冬生地汤(《温病条辨》,即三才汤): 人参、天冬、干生地。

人参蛤蚧散(《卫生宝鉴》): 人参、蛤蚧、杏仁;甘草、茯苓、贝母、桑白皮、知母。

人参败毒散(《局方》): 羌活、独活、柴胡、前胡、川芎、枳壳、人参、茯苓、桔梗、甘草。

### 三 划

三仁汤(《温病条辨》): 杏仁、滑石、通草、竹叶、厚朴、苡仁、半夏、白蔻仁。

三子养亲汤(《张氏医通》): 苏子、白芥子、莱菔子。

三痹汤(《妇人良方》): 独活、秦艽、防风、细辛、当归、芍药、川芎、干地黄、杜仲、牛膝、党参、茯苓、甘草、桂心、黄耆、续断。

三甲复脉汤(《温病条辨》): 牡蛎、鳖甲、龟板、

炙甘草、生地、生白术，麦冬、麻仁、阿胶。

大黄附子汤(《金匱要略》)：大黄、附子、细辛。

大定风珠(《温病条辨》)白芍、阿胶、龟板、生地、麻仁、五味子、牡蛎、麦冬、甘草、鸡子黄、鳖甲。

大活络丹(《兰台轨范》)：牛黄、冰片、犀角、地龙、细辛、香附、南星、首乌、威灵仙、龟板、大黄、防风、青皮、乌梢蛇、白花蛇、两头尖、安息香、贯仲、麝香、松香、血竭、附子、全蝎、甘草、熟地、人参、葛根、公丁香、豆蔻仁、赤芍、元参、黄芩、虎骨、草乌、官桂、沉香、乌药、当归、乳香、没药、白术、僵蚕、骨碎补、天麻、木香、藿香、羌活、黄连、麻黄、蕲蛇。

大承气汤(《伤寒论》)：大黄、厚朴、枳实、芒硝。

小青龙汤(《伤寒论》)：麻黄、桂枝、干姜、细辛、五味子、半夏、白芍、甘草。

大补阴丸(《丹溪心法》)：知母、黄柏、熟地、龟板。

小活络丹(《局方》)：川乌、草乌、地龙、南星、乳香、没药。

小柴胡汤(《伤寒论》)：柴胡、黄芩、半夏、人参、甘草、生姜、大枣。

大柴胡汤(《伤寒论》): 柴胡、黄芩、枳实、白芍、  
大黄、半夏、生姜、大枣。

#### 四 划

六味地黄丸(《小儿药证直诀》): 熟地、山药、山  
萸肉、茯苓、丹皮、泽泻。

六和汤(《局方》): 藿香、厚朴、砂仁、杏仁、半  
夏、木瓜、赤苓、人参、扁豆、白术、甘草、生姜、  
大枣。

五味消毒饮(《医宗金鉴》): 金银花、野菊花、公  
英、紫花地丁、紫背天葵。

六安煎(《景岳全书》): 金沸草、白芥子、半夏、  
陈皮、茯苓、甘草。

天麻钩藤饮(《杂病证治新义》): 天麻、钩藤、生  
石决明、牛膝、桑寄生、杜仲、山栀、黄芩、益母  
草、珠茯神、夜交藤。

无比山药丸(《千金方》): 山药、苁蓉、熟地、山  
萸肉、茯神、菟丝子、五味子、赤石脂、巴戟、泽  
泻、杜仲、牛膝。

五汁饮(《温病条辨》): 梨汁、荸荠汁、鲜芦根

汁、麦冬汁、藕汁。

五苓散(《伤寒论》)：桂枝、白术、茯苓、猪苓、泽泻。

五皮饮(《澹寮方》)：桑白皮、陈皮、大腹皮、茯苓皮、生姜皮。

牛黄清心丸(《痘疹世医心法》)：黄连、黄芩、山梔、郁金、牛黄、朱砂。

六君子汤(《局方》)：人参、白术、陈皮、半夏、茯苓、炙甘草。

天王补心丹(《世医得效方》)：人参、玄参、丹参、白茯苓、五味子、远志、桔梗、当归、天冬、麦冬、柏子仁、酸枣仁、生地。

## 五 划

半夏天麻白术汤(《脾胃论》)：半夏、白术、天麻、桔红、黄芪、黄柏、麦芽、神曲、苍术、茯苓、干姜、泽泻、人参。

半夏厚朴汤(《金匱要略》)：半夏、厚朴、紫苏、茯苓、生姜。

平胃散(《局方》)：苍术、厚朴、陈皮、甘草、生

姜、大枣。

玉屏风散(《世医得效方》): 黄芪、白术、防风。

白虎加人参汤(《伤寒论》): 知母、石膏、粳米、甘草、人参。

玉女煎(《景岳全书》): 石膏、熟地、麦冬、知母、牛膝。

石苇散(《证治汇补》): 石苇、冬葵子、瞿麦、滑石、车前子。

半硫丸(《局方》): 半夏、硫黄。

右归丸(《景岳全书》): 熟地、山药、山萸肉、枸杞子、杜仲、菟丝子、附子、肉桂、当归、鹿角胶。

左归丸(《景岳全书》): 生地、山药、山萸肉、菟丝子、枸杞子、牛膝、鹿角胶、龟板胶。

左金丸(《丹溪心法》): 黄连、吴茱萸。

归脾汤(《济生方》): 人参、黄芪、白术、茯神、枣仁、桂圆肉、木香、炙甘草、当归、远志、生姜、大枣。

加味大补阴煎(岳老经验方): 熟地、龟板、知母、黄柏、猪脊髓、甲鱼头。

四神丸(《内科摘要》): 补骨脂、肉豆蔻、吴茱萸。

莢、五味子、生姜、大棗。

四逆散(《傷寒論》)：柴胡、甘草、枳實、芍藥。

四逆湯(《傷寒論》)：附子、干姜、甘草。

生脈散(《內外傷辨惑論》)：人參、麥冬、五味子。

失笑散(《局方》)：五靈脂、生蒲黃。

白頭翁湯(《傷寒論》)：白頭翁、秦皮、黃連、黃柏。

仙茅湯(《驗方》)：仙茅、仙靈脾、當歸、巴戟肉、黃柏、知母。(又名二仙湯)

仙方活命飲(《外科經要》)：炙山甲、天花粉、生甘草、乳香、白芷、赤芍、象貝、防風、沒藥、皂角刺、當歸尾、陳皮、銀花。

## 六 划

安宮牛黃丸(《溫病條辨》)：牛黃、玉金、犀角、黃連、朱砂、冰片、珍珠、山梔、雄黃、黃芩、麝香。

至寶丹(《局方》)：朱砂、麝香、安息香、犀角、冰片、牛黃、琥珀、雄黃、玳瑁。

导赤散(《小儿药证直诀》):生地、木通、甘草梢、竹叶。

导痰汤(《济生方》):半夏、陈皮、枳实、茯苓、甘草、南星。

地黄饮子(《宣明论》):干地黄、巴戟、山萸肉、石斛、肉苁蓉、五味子、肉桂、茯苓、麦冬、附子、石菖蒲、远志。

防己黄芪汤(《金匱要略》):防己、白术、黄芪、甘草、生姜、大枣。

防己茯苓汤(《金匱要略》):防己、茯苓、黄芪、桂枝、甘草。

变通血府逐瘀汤(岳老经验方):当归尾、川芎、桂心、桃仁、红花、牛膝、枳壳、柴胡、桔梗、瓜蒌、薤白。

阳和汤(《外科全生集》):熟地、白芥子、鹿角胶、肉桂、炮姜炭、麻黄、生甘草。

当归四逆汤(《伤寒论》):当归、桂枝、白芍、细辛、炙甘草、木通、大枣。

当归补血汤(《内外伤辨惑论》):当归、生芪。

血府逐瘀汤(《医林改错》):当归、生地、桃仁、



红花、枳壳、赤芍、柴胡、甘草、桔梗、川芎、牛膝。

当归生姜羊肉汤(《金匱要略》): 当归、生姜、羊肉。

异功散(《小儿药证直诀》): 人参、白术、茯苓、甘草、陈皮。

当归六黄汤(《兰室秘藏》): 当归、生地、熟地、黄连、黄芩、黄柏、黄芪。

## 七 划

沙参麦冬汤(《温病条辨》): 沙参、麦冬、玉竹、桑叶、生甘草、天花粉、生扁豆。

补中益气汤(《脾胃论》): 人参、黄芪、白术、甘草、当归、陈皮、升麻、柴胡。

补阳还五汤(《医林改错》): 当归尾、川芎、黄芪、桃仁、地龙、赤芍、红花。

麦门冬汤(《金匱要略》): 麦冬、人参、半夏、甘草、粳米、大枣。

苏子降气汤(《局方》)苏子、陈皮、半夏、当归、前胡、厚朴、肉桂、炙甘草、生姜。

苏合香丸(《局方》): 白术、青木香、乌犀屑、香

附子、朱砂、诃黎勒、白檀香、安息香、沉香、麝香、丁香、荜拨、龙脑、苏合香油、熏陆香。

苇茎汤(《千金方》): 苇茎、桃仁、冬瓜仁、苡仁。

身痛逐瘀汤(《医林改错》): 桃仁、红花、当归、炙甘草、五灵脂、制香附、地龙、秦艽、羌活、乳香、川芎、牛膝。

鹿尾二仙胶(《证治准绳》): 鹿角、龟板、枸杞子、人参。

## 八 划

河车大造丸(吴球方): 紫河车、人参、生地、杜仲、天冬、麦冬、龟板、黄柏、茯苓、牛膝。

定喘汤(《证治准绳》): 白果、麻黄、桑白皮、款冬花、半夏、苏子、杏仁、黄芩、甘草。

实脾饮(《济生方》): 附子、干姜、白术、甘草、厚朴、木香、草果、大腹皮、木瓜、茯苓、生姜、大枣。

青娥丸(《局方》): 补骨脂、杜仲、胡桃肉、大蒜头。

肾气丸(《金匱要略》): 地黄、山药、山萸肉、茯苓、泽泻、丹皮、附子、桂枝。

固本丸(西苑医院内科呼吸组方): 黄芪、党参、白术、防风、云苓、炙草、陈皮、半夏、补骨脂、紫河车。

虎潜丸(朱丹溪方): 龟板、黄柏、知母、熟地、当归、白芍、锁阳、陈皮、虎骨、牛膝、猪脊髓。

和胃二陈汤(古方): 干姜、阳春砂、陈皮、半夏、茯苓、甘草。

延年半夏汤(验方): 半夏、别甲、柴胡、桔梗、人参、枳实、吴萸、槟榔、生姜。

知柏地黄汤(《医宗金鉴》): 知母、黄柏、熟地、山萸肉、淮山药、丹皮、泽泻、茯苓。

炙甘草汤(《伤寒论》): 炙甘草, 人参、桂枝、生姜、阿胶、生地、麦冬、麻仁、大枣。

参蚧散加三七(岳老经验方): 人参、蛤蚧、三七。

参附龙牡汤(《世医得效方》): 人参、附子、龙骨、牡蛎。

参苓白术散(《局方》): 人参、茯苓、白术、桔梗、山药、甘草、白扁豆、莲肉、砂仁、苡仁。

参苏饮(《局方》): 党参、苏叶、葛根、桔梗、姜半夏、茯苓、陈皮、甘草、木香、枳壳、生姜、红枣。

## 九 划

保元汤(李东垣方): 肉桂、炙草、人参、黄芪。

济生肾气丸(《济生方》): 熟地、山药、萸肉、丹皮、茯苓、泽泻、附子、肉桂、牛膝、车前子。

香砂六君子汤(《局方》): 木香、砂仁、人参、白术、茯苓、陈皮、半夏、甘草、生姜、大枣。

宣痹汤(《温病条辨》): 防己、杏仁、连翘、滑石、苡仁、半夏、蚕砂、赤小豆、栀子。

牵正散(《杨氏家藏方》): 白附子、僵蚕、全蝎。

保和丸(《丹溪心法》): 六曲、山楂、茯苓、半夏、陈皮、连翘、莱菔子。

独参汤(《伤寒大全》): 人参。

枳实薤白桂枝汤(《金匱要略》): 瓜蒌、薤白、枳实、桂枝、厚朴、半夏。

复元活血汤(《医学发明》): 柴胡、天花粉、当归、

红花、甘草、山甲、炒大黄、桃仁。

指迷茯苓丸(《直指方》): 姜半夏、茯苓、枳壳、芒硝。

加減复脉汤(《温病条辨》): 即炙甘草汤去参、桂、姜、枣, 加白芍。

## 十 划

益胃汤(《温病条辨》): 沙参、麦冬、生地、玉竹、冰糖。

栝蒌薤白半夏汤(《金匱要略》): 栝蒌、薤白、半夏。

射干麻黄汤(《金匱要略》): 射干、麻黄、细辛、紫苑、款冬花、半夏、五味子、生姜、大枣。

桂枝加龙骨牡蛎汤(《金匱要略》): 桂枝、芍药、生姜、大枣、甘草、龙骨、牡蛎。

真武汤(《伤寒论》): 附子、茯苓、白术、白芍、生姜。

桂枝芍药知母汤(《金匱要略》): 桂枝、芍药、甘草、麻黄、白术、知母、防风、附子、生姜。

柴胡加桂枝龙骨牡蛎汤(《伤寒论》): 柴胡、桂枝、

生龙骨、铅丹、生牡蛎、云苓、大黄、半夏、黄芩、党参、炙草、大枣(去铅丹加代赭石)。

资生丸(缪仲淳方)：人参、白术、茯苓、炙草、陈皮、山药、建莲、芡实、苡米、扁豆、神曲、楂肉、麦芽、厚朴、薏仁、藿香、泽泻、桔梗、川连。

逍遥散(《局方》)：柴胡、白术、白芍、当归、茯苓、甘草、薄荷、生姜。

润肠丸(《沈氏尊生书》)当归、生地。

柴芍六君汤加味(岳老经验方)：柴胡、白芍、党参、白术、云苓、炙草、生姜、大枣、半夏、陈皮、刀豆子、瓦楞子、桔叶。

逍遥二陈汤(验方)枳壳、白术、半夏、茯苓、桂皮、归须、赤芍、柴胡、薄荷、炙草、代代花。

## 十 一 划

清燥救肺汤(《医门法律》)：桑叶、石膏、杏仁、甘草、麦冬、人参、阿胶、枇杷叶、黑芝麻。

清燥养荣汤(时方)：当归身、白芍、生地汁、炙草、花粉、麦冬。

清营汤(《温病条辨》)：犀角、生地、玄参、竹叶

心、银花、连翘、黄连、丹皮、麦冬。

清暑益气汤(《温热经纬》): 西洋参、石斛、麦冬、黄连、竹叶、荷梗、甘草、知母、粳米、西瓜翠衣。

羚羊钩藤汤(《通俗伤寒论》): 羚羊角、桑叶、川贝、鲜生地、钩藤、菊花、白芍、甘草、竹茹、茯神。

黄连温胆汤(《千金方》): 半夏、陈皮、茯苓、甘草、枳实、竹茹、黄连、大枣。

黄芪桂枝五物汤(《金匱要略》): 桂枝、芍药、生姜、大枣、黄芪。

鹿角胶丸(《医学正传》): 鹿角胶、鹿角霜、熟地、人参、当归、牛膝、茯苓、白术、菟丝子、杜仲、虎骨、龟板。

猪苓汤(《伤寒论》): 猪苓、泽泻、茯苓、阿胶、滑石。

葶藶分清饮(《丹溪心法》): 葶藶、乌药、益智仁、石菖蒲、(一方加茯苓、甘草梢)。

慎柔养真汤(《慎柔五书》): 党参、黄芪、白术、石莲子、山药、麦冬、白芍、甘草、五味子。

排尿路结石方(岳老经验方)：金钱草、海金沙、滑石、甘草梢、杜仲、牛膝、石苇、车前子、扁蓄、广木香、全当归、王不留行、大生地。

黄连阿胶鸡子黄汤(《伤寒论》)：黄连、阿胶、鸡子黄、黄芩、白芍。

## 十 二 划

温脾汤(《千金方》)：附子、人参、大黄、干姜、甘草。

温胆汤(《千金方》)：半夏、陈皮、甘草、茯苓、枳实、竹茹、大枣。

痛泻要方(刘草窗方)：生白芍、生白术、陈皮、防风。

葛根芩连汤(《伤寒论》)：葛根、黄芩、黄连、甘草。

葶苈大枣泻肺汤(《金匱要略》)：葶苈、大枣。

越鞠丸(《丹溪心法》)：川芎、苍术、香附、山栀、六曲。

犀角地黄汤(《千金方》)犀角、生地、丹皮、赤芍。



黑锡丹(《局方》): 黑锡、硫黄、川楝子、胡芦巴、木香、炮附子, 补骨脂。

集灵膏(《温热经纬》): 人参、枸杞子、天冬、麦冬、生地、熟地、牛膝、白蜜、肉豆蔻、补骨脂、阳起石、沉香、茴香、肉桂。

琼玉膏(《洪氏集验引方》): 人参、生地、茯苓、白蜜、冰糖。

### 十 三 划

解语丹(《医学心悟》): 白附子、石菖蒲、远志、天麻、全蝎、羌活、南星、木香、甘草。

滚痰丸(《丹溪心法》附录引方): 大黄、黄芩、礞石、沉香。

### 十 四 划

酸枣仁汤(《金匱要略》): 酸枣仁、知母、川芎、茯苓、甘草。

膈下逐瘀汤(《医林改错》): 五灵脂、当归、川芎、桃仁、丹皮、赤芍、乌药、延胡索、甘草、香附、红花、枳壳。

## 十 五 划

鬲痹汤(《医学心悟》):羌活、独活、桂心、秦艽、当归、川芎、甘草、海风藤、桑枝、乳香、木香。

镇肝熄风汤(《衷中参西录》):牛膝、生赭石、生龙骨、生龟板、生白芍、玄参、天冬、川楝子、生麦芽、茵陈、甘草。

薯蓣丸(《金匱要略》):山药、人参、茯苓、白术、甘草、当归、芍药、干地黄、川芎、干姜、阿胶、桂枝、柴胡、防风、白敛、杏仁、桔梗、大豆黄卷、神曲、麦冬、大枣。