

## 经典名方

青娥，古代指少女美貌，也指耳前鬓发。方名青娥，表明该方有“乌鬓发，益颜色”之功效，能使人鬓发变黑，人显年轻。

## 补肾强腰名方——青娥丸

□北京中医药大学教授 耿俊英/任天池

青娥丸为补肾良方，首载于宋代的《和剂局方》，据说“青娥丸”的来历与唐代相国郑姻有关。

唐宪宗时，宰相郑姻奉朝廷之命，出任岭南节度使。因年高体弱，加之南方气候潮湿，任职不久即因湿邪感伤内外，引起多种疾病发作，身体渐渐衰竭。服用多种“补剂”，也未见效。这时，一位来自词陵国（今印尼爪哇或苏门答腊）的船主，名李摩诃，获知郑的病况后，向郑献上一方，并配好药，嘱其服之。郑初时未敢服，经摩诃再三苦劝，才服下。不料，药后七八日，病情开始减轻，于是又坚持服用数日，不但痊愈，身体也强壮了许多。

三年后，郑相国罢郡归京，将此方录下传之他人。经多人服用后，发现该方不仅对腰痛、脚气（注：指因湿造成的下肢肿胀或萎软之症，不是脚癣）等有良效，经常服该药还能“壮筋骨、活血脉、乌鬓须、益颜色”。对老年人有延年益气、悦心明目的作用。因此方功效卓著，后人诗曰：“三年持节向南隅，人信方知药力殊，夺得春光来在手，青娥休笑白髭须。”“青娥丸”之名大概就缘由于此。

其温肾壮阳，益精养血作用较强，主治肾阳虚衰、精血亏损、身体羸弱、神疲阳痿、腰膝酸痛。

元代许国祯将原方中的大蒜去掉，加草薢，即成胡桃丸（见《御药院方》）。此方加强祛风湿、止痹痛的作用，主治肾虚而兼风湿腰痛。

元代危亦林将原方去大蒜，加草薢、黄柏、知母、牛膝（载《摄生众妙方》），也称青娥丸，是阴阳并补、平补肝肾之方，有滋肾、助阳、壮筋骨、祛风湿作用。主治肝肾不足、腰膝酸痛、阳痿、遗精、早泄。

至今，青娥丸仍是治疗肾虚腰痛的常用方药，并被广泛地应用于临床。现在《中国药典》所载的青娥丸就是以《和剂局方》配方为基础，用现代制药工艺制成的中成药。据临床报道，用本方加减治疗慢性腰肌劳损、骨质增生、骨质疏松症、冠心病及黄褐斑等属于中医肾阳虚证者，均取得了一定的疗效。

需要注意的是，肝肾阴虚火旺腰痛者、外感寒湿腰痛者、下焦湿热腰痛者以及外伤淤血腰痛者均不宜用青娥丸。

编辑/于嘉男

【方药】杜仲（盐炒）480克，补骨脂（盐炒）240克，胡桃仁（炒）150克，大蒜120克。

【用法】将以上4味研为细末，炼蜜为丸，每丸6~9克。口服，每次1丸，每日2~3次。

【功效】补肾强腰。方中杜仲补肝肾、强腰膝、壮筋骨，且能镇痛，是中医治疗肾虚腰痛的要药；补骨脂能补肾助阳；胡桃仁补肾固精；大蒜宣通祛寒、行滞通络，以利壮腰止痛。

【主治】因年老体弱、房劳过度而引起的肾虚腰痛。表现为疼痛不止、坐立不安、膝软乏力、过劳加重，平卧则疼痛减轻。

《和剂局方》青娥丸是治疗肾虚腰痛的名方，对后世医家有一定的影响，在其基础上相继出现了一些行之有效的名方。

比如，宋代王璆将原方去大蒜，加鹿茸、没药，成方补髓丹（见《是斋百一选方》），

## 康复 颈椎病、腰椎病、肩周炎

在人口老龄化的社会中，有相当比例的中老年人正在忍受着犹如骨里插刀的骨病折磨。颈椎病、腰椎病、肩周炎、骨关节病变等各类骨病，影响着人们的生活质量，严重的患者只好选择手术治疗，给患者经济、精神上带来了一定的压力。上海交通大学研制了一种国内首创的高科技产品——骨刺敷贴膜，让您摆脱骨病带来的一系列困扰。这种治疗新技术荣获**国家科技进步奖**。它以价格低、疗效好的优势赢得了广大患者的认可和信赖。

**骨刺敷贴膜的奥秘：**采用电晕放电技术，利用生物静电刺激，以活血化淤通脉，止痛消肿等功效，有效抑制骨刺生长，增强血液循环和修复局部组织损伤，具有止痛、消炎、消肿等作用。

**适用范围：**各部位的骨质增生症，颈椎、腰椎、膝关节、足跟骨刺、骨关节退行性病变，软组织劳损性疼痛，颈椎病，腰椎病，肩周炎等。

一个疗程（5盒）起办邮购

优惠价：205元/5盒

咨询电话：021-64510758

联系人：王易

邮购地址：上海市宜山路515号环线广场1号楼11层F座 邮编：200235

上海东亨生物科技有限公司出品

沪食药监械(准)字2005第2260546号  
沪医械广审(文)第2005060139

END 结束

更多内容



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...





## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】** >> <https://www.fozhu920.com/list/>

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>**