



药房里买得到的 传世名方

全家人都能用的家庭常备中成药

专家精选
名医名方
安全有效

最易被滥用的药
龙肝泻胆丸、牛黄解毒丸，不是一上火就能吃。



最易被用反的药
感冒清热冲剂驱外寒而非清内热，热性的感冒服用会“火上浇油”。



加味逍遥丸
舒肝清热、健脾养血，男女都能用的战痘祛斑剂。

少腹逐瘀丸
活血逐瘀，祛寒止痛，赶走“血瘀女”的痛经烦恼。

金匮肾气丸
温补肾阳、化气行水，让脾虚的胖子减肥不反弹。

六味地黄丸
男人过了四十，多有肾阴虚，如果头晕耳鸣、腰膝酸软，就该吃点六味地黄丸。

生脉饮
唯一能在夏天吃的补药，益气、养阴，对心悸气短、自汗尤其有效。

我们至今仍旧能在药店买到、在医院药房拿到的中成药，很多
都有着经年累月的历史，最长的应该算“五苓散”了吧，它是汉代
医圣张仲景的方子，至今已经用了1800多年。再没有什么比时间更
能检验一个事物存在的合理性了，能历经近2000年仍旧使用，只能
说这个药非常准确地抓住了中国人的体质特点，能解决国人身体中
的很多问题。遗憾的是，那些和五苓散一样至今服务于我们的先人
遗产，并没被我们正确而充分地利用，它们在很多时候被我们用反
了、用歪了、用窄了，而其中的任何一种误用都足以影响经典药物
发挥它们的经典效力。



感冒清热冲剂、肾气丸 最易被用反的中成药

所谓用反了，就是说把寒性的药物用在了寒性病上，或者把热性的药物用在了热性病上，这样的后果肯定是雪上加霜，火上浇油。类似错误比如常用的感冒药——感冒清热冲剂，目前北方地区更多的是同仁堂生产的，绿色的包装袋，喝起来很苦的那一种。

这个方子里边是一组温性的、可以散寒的药物，针对的是因为着凉而发的感冒。这种感冒的主要症状是浑身发冷、没有汗，因为没有汗，所以病人会觉得周身酸疼紧绷，自己都感到如果能发点汗，就会轻松很多。这样的一组症状，中医讲是“风寒束表”，就是寒气把原本能保护身体、温暖身体的人体“卫外之气”束缚住了，人体失去了保护，自然觉得冷。所以这种药物吃下去是要发汗的，而且只有发汗，这个药物的效果才能发挥到最大化，也只有发汗，这种类型的感冒才会得以缓解。

从这个意义上说，这个药的名字应该叫“感冒驱寒冲剂”更恰当，因为它的效果是祛除外寒，而不是清理内热。所以，如果你的感冒是热性的，感冒发热的同时还有嗓子疼、嗓子红的特点，吃这个药就类

似火上浇油了。一般情况下，嗓子的问题会在服药后的第二天加重，因为嗓子红、疼是热性感冒的标志性症状，这个时候吃起错了名字的感冒清热冲剂，就是把药吃反了，用热药治了热性病。

另一个最容易吃反的药物就是补肾药。

首先，现在人肾虚的肯定多，但是需要澄清的是，肾虚并非全是因为色欲过度导致的，这是一个被人们狭隘、曲解了的概念。

的确，中医认为“肾主生殖”，这个“肾”也不是西医认为的那个单纯负责泌尿的肾，而是兼顾了生殖、全身物质、能量代谢，各个器官功能发挥的一个系统的总称，除了和生殖有关，还关系到大脑。中医讲，“脑为髓之海，肾主骨生髓”，所以中医说的“肾”与大脑、与人类的思维关系密切，因此，造成肾虚的原因除了生殖、色欲之外，还有用脑过度，而后者是现在绝大多数人都在所难免的。

除了工作中思考问题，生活中人际关系的日趋复杂、信息的过度饱和，都使现代人不能控制地增加用脑的强度，只要是在都市中谋生，用脑过度几乎就是一种现代的生活方式。这也是现代人白发增加、白发出现的时间提前的原因之一。

中医有“肾，其华在发”的理论，肾气、肾精充足与否，是可以从头发的质地和颜色上看出来的。无论什么原因导致的肾精亏虚，可以是因为性欲过度，也可以是因为用脑过度，甚至可以因为一场大病，只要伤了肾气、肾精，都可以使人早生华发。

鉴于肾虚的普遍性，补肾药也成了常用药。但问题随之而来，因为任何一个器官都是分阴阳的，肾虚中有肾阴虚和肾阳虚之分，这两种虚的寒热性质是完全对立的，肾阴虚的人是因为阴液少、水分少，

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/>