

# 百位名中医的经验方

健康时报记者 林敬

中医药是中华民族的瑰宝，其经典方更是代代相传。

6月19日，在2021长三角健康峰会暨第二届中医药博览会上，新一届江苏省名中医“百首效方”发布！这些药方都是经过长期临床实践证明确有疗效，又跟老百姓常见病多发病比较密切的方子。健康时报记者精选了部分经方，为大家就医提供参考。特别提示，请在医生处方后治疗。



江苏省中医院党委书记方祝元：

## 养心舒脉方：适合心慌气短的患者

胸闷、胸痛、心悸是现代常见的不适症，所以这次我推荐了“养心舒脉方”，它有益气养阴，活血舒脉的功效，特别适合冠心病、心肌缺血、动脉硬化、心律失常、心功能不全等心血管疾病所最常见的胸闷胸痛、心慌气短等临床症状的患者。这个方子已应用于临床20余年，如今已获省药监部门批准为我院的院内制剂养

心舒脉颗粒。

治心之病，须注重心主血脉、心主神明，此方用药注重调和气血、攻补兼施、寒热并调，故补而不腻、泻而不伤。方中党参、生炙黄芪健脾益气生津，皆为补气要药，同时生炙同用可防性温动火。麦冬、玉竹、百合滋阴生津、润肺宁心，养心之阴同时，与党参、黄芪、五味子相协，达到气阴双补

之功效。丹参善于祛瘀生新，消肿止痛，养血安神；牡丹皮长于清热凉血，活血散瘀；莪术破气行血、消积止痛；三药合用，活血通络，痰瘀并治，清热凉血。使用时还要随证加减。如失眠而伴心情抑郁、夜眠梦多者，加酸枣仁、柏子仁，以安神助眠。胸闷胸痛反复加重者，加失笑散、姜黄，以活血止痛、行气解郁。

养心舒脉方组成：党参 12g，麦冬 12g，五味子 6g，生炙黄芪各 15g，玉竹 12g，百合 15g，莪术 6g，牡丹皮 6g，丹参 15g。



江苏省中医院党委副书记周惠芳：

## 补肾助孕方：适合肾虚型不孕者

在临床中，肾虚型不孕症占很大比例。由于生活及工作压力增大及人流次数增多，肾虚型不孕症的发病率也逐年上升。补肾助孕方是在国医大师夏桂成教授“助孕合剂”的基础上，筛选凝练出来，适合肾阳偏虚，夹有心肝气郁的月经不调，不孕症、痛经的患者使用。一般在排卵后，也就是经前期，或是准备做试管婴儿

时移植前一周或是人工授精以后使用。每日1剂，常规水煎，早晚饭后分服，连服12天，月经来潮停药即可。

方中以鹿角片为君，有补肾助阳的功效；紫石英温阳暖宫，菟丝子平补肾阴肾阳，炒白芍、怀山药、山萸肉补肾中阴精，共为臣药；佐以柴胡疏肝解郁，鼓舞阳气，丹参养血活血、除烦安神；使以

钩藤、青龙齿镇心安神。十味中药相结合，在经前期使用，具有使“阳长至重”，舒畅心肝气机，安定心肝魂魄之功效，从而调节心（脑）-肾-子宫生殖轴功能，有利于调经助孕种子。神疲乏力、便溏者，加炒党参、炒白术、炒苍术；腰酸明显者，加杜仲、川续断；焦虑抑郁、乳胀乳痛者，加牡丹皮、广郁金、生麦芽。

补肾助孕方组成：鹿角片 10g（先煎），紫石英 10g（先煎），菟丝子 15g，炒白芍 10g，怀山药 10g，山萸肉 10g，春柴胡 6g，紫丹参 10g，双钩藤 10g（后下），青龙齿 20g（先煎）。



江苏省中医院副院长汪悦：

## 增液生津汤：解干燥综合征患者之苦

干燥综合征是常见风湿免疫病，目前西医还没有特别有效的方法，中医特色非常明显。增液生津汤以养阴生津、润燥清热为调治思路，可明显改善病人病痛症状。特别适合干燥综合征阴虚燥热证。

增液润燥汤方中重用玄参为君药，其味苦咸而性寒，可清热养阴生津，启肾水以滋肺津。以麦冬、生地黄、石斛为臣

药，其中生地黄其味甘而寒，可清热滋阴，壮水生津；麦冬性味亦甘寒，能滋肺增液，生津润燥；石斛味甘，性微寒，可益胃生津，滋阴清热；三药与君药玄参相须相宜。白芍、银花、杏仁为佐，白芍味苦、酸，性微寒，滋阴养血，敛阴和营；金银花性寒味甘，清热解毒，其味芳香而甘，无伤阴化燥之虞；杏仁性温味苦，

宣降肺气，布津润燥。甘草为使，味甘性平，补益肺脾，清热解毒，调和诸药。所以诸药合用，可共奏养阴生津、增液布津、润燥清热之功。

口干欲饮者，可加芦根、天花粉；眼干涩痛者可加菊花、谷精草；关节痛甚者，可加秦艽、郁金；咳嗽有痰者可加黄芩、橘红。本版图片由受访者供图，下转6版

增液生津汤组成：玄参 15g，麦冬 15g，生地黄 15g，石斛 10g，白芍 15g，杏仁 10g，银花 10g，生甘草 3g。每日1剂，水煎分2次口服。