



# 膏方知识十二问

### 前言

中药膏方,我国悠久中医文化的瑰宝。当下,越来越多的人选择中药膏方来养生保健、调理亚健康、治疗慢性病。近几年,我们瑞康医院一直开展膏方服务,积累了丰富的经验。但很多人对膏方还比较陌生,为此,我们把膏方的一些知识在此进行简要介绍,帮助大家了解膏方,关注膏方,从而正确使用膏方。



膏方有多种分类方法,根据不同的分类法主要有以下几类:  
(1)根据方中是否含有动物胶或胎盘、鹿鞭等动物药分为:素膏——由中草药组成;荤膏——处方中含动物类药物。  
(2)根据制作过程是否加入蜂蜜、麦芽糖等糖类分为:清膏——中药煎煮浓缩后直接收膏而成者;蜜膏(膏滋)——收膏时加入蜂蜜、麦芽糖等糖类而成者。  
(3)根据处方药物是否针对个人情况而定分为:个性化膏方——针对每个人的具体情况,辨证选用药物和剂量而临时开处的膏方,针对性强,疗效好;成方膏方——针对某一类型人群而预先做好的膏方,不能根据个人的具体情况改变药物成份和剂量,针对性不够强,疗效较个性化膏方稍差。但方便,随开随用。

## 一、什么是膏方?

膏方,是一类经特殊加工制作而成半流体或半固体膏状的中药制剂,是中医常用剂——丸、散、膏、丹、汤、酒、露、锭之一。口服的膏剂称为膏方。



## 二、膏方有什么作用和优势?

膏方具有良好的扶正祛邪作用。其药力和缓持久,以缓图功。是养生保健、调理体质,抗衰老以及各种慢性病调治很好的中药剂型。  
与常用的中药汤剂相比,膏方具有无需自己煎煮,省去大量煎药时间和麻烦;浓度高,体积小,药性稳定,方便携带和服用;气味轻,口感舒适,易于坚持长期服用的优势。适合快节奏生活的现代人。  
与中成药相比,膏方具有能根据个人辨体、辨证施药,一人一方,针对性强,疗效更好的优势。

## 三、什么人适合使用膏方?

膏方主要适用于中药效果比较好,而且需要比较长时间使用的群体,主要有以下几类:  
(1)注重养生保健的健康人;  
(2)体质已出现偏颇,但无任何不适之人;  
(3)亚健康状态者(体虚、易感冒、疲劳、失眠、健忘等);  
(4)患各种慢性疾病,如癌症、糖尿病、心脑血管病、皮肤病、妇科病等需要长期调治者;  
(5)病后、手术后康复者。加快身体康复,提高抵抗力,防止复发;  
(6)养颜美容者。

## 四、膏方应该在什么季节使用?

一年四季都可以使用膏方。  
由于膏方不含防腐剂,温暖潮湿的环境容易霉变,过去因为没有冷藏设备和密封小包装保存,所以多在寒冷的冬季服用。现在,每个家庭都有冰箱保存,或使用了密封小包装,膏方如同中药汤剂和中成药一样,只要适合个人的情况,不管是滋补性膏方还是调理性和治疗性膏方,一年四季都可应用。

## 五、什么时间服用膏方合适?

根据膏方的作用,选择服用的时间。  
(1)空腹服:一般指饭后3小时至饭前半小时服的时间内服。滋补性膏方,适宜空腹服用。如空腹服用肠胃有不适感,可以改在饭前半小时(约饭后2小时左右)服用。  
(2)饭前服:一般指饭前15~30分钟服。病在下焦者适宜饭前服。  
(3)饭后服:一般指饭后15~30分钟服。病在上焦者适宜饭后服。  
(4)睡前服:一般在睡前15~30分钟服。安心神、镇静安眠的膏方宜睡前服用。

## 六、膏方的服法有几种?

膏方的服法主要有3种:  
(1)溶化:将膏含在口中,让其慢慢在口中溶化,治疗口腔、咽喉和食管等病可用此法。  
(2)冲服:将膏放在杯中,用开水冲入搅匀,使之溶化后服。如果方中用滋腻药较多,且配药中胶类或糖类剂量又较大,膏黏稠难化者,用开水炖开后再服。根据病情需要,也可将温热的黄酒冲入服用。  
(3)调服:将阿胶、鹿角胶等胶剂或冬虫草等贵重细料研细末,用适当的汤药或黄酒等,隔水炖热,调和后服用。

## 七、膏方需要用多长时间?

膏方药力和缓持久,主要用于需要较长时间调补、调理和治疗的的人群。所以,膏方一般都要使用1个月以上,长者半年一年,甚至更长。养生保健者每年用1-2个月,调理体质者,用3个月左右,治疗慢性病者可用半年一年或更长,可间断使用。

## 八、膏方是如何制作的?

膏方制作工艺复杂,费时长,技术要求高。一般要经过配药、验料、浸泡、煎煮、浓缩、收膏、分装、凉膏、保存等几道工序。  
(1)配药:由一名中药师专人负责按处方调配药物,再由另一名中药师复核后才送制备区。  
(2)验料:由制药中药师认真核对所送来物料与处方是否相符。  
(3)浸泡:将药材饮片放入煎煮锅中,加8~10倍量的清水浸泡约为1-12小时,使药材充分浸透,易于煎出。  
(4)煎煮:煎煮2次,第一次约1.5小时,第二次约1小时,如有必要还煎第三次。每次都压榨取出药液,药液用滤网过滤。



(5)浓缩:将2次煎煮的药液合并浓缩。药液煮沸后,用勺不断捞去浮沫,浓缩至稠厚状,搅拌均匀,滴落成线即可。这时的浓缩药液称为“清膏”。浓缩后期要注意调整火候,以免溢出和煮糊。  
(6)收膏:于清膏中加入事先炼制或炖化好的糖和胶类辅料,继续加热,充分搅拌,以免粘底起焦。在收膏行将结束时,兑入细料药粉和核桃、元肉、黑芝麻等事先加工好的药材及辅料,边加边搅拌,混合均匀,直至“翻云头”或“挂旗”或“滴水成珠”即完成收膏。  
(7)分装:将制成的膏趁热分装入事先准备好的药罐,贴上标签。  
(8)晾膏:膏刚制成时温度较高,将分装好的成膏移入凉膏间,自然放凉,凉透后加盖,送冰箱保存。

## 九、如何保存膏方?

膏方是纯中药制剂,不含防腐剂,在温暖潮湿的环境容易霉变,因此,宜放冰箱保存。每次服用取膏后也应及时放回冰箱保存。密封小包装者可常温下存放阴凉处保存。

## 十、膏方分为几类?

## 十一、膏方发展史

秦汉以前——外用膏问世。《内经》记载用动物脂肪做膏外敷治病。



汉代——内服膏应用开始。外敷称膏,内服称煎。《金匱》大乌头煎、猪膏发煎。  
唐代——膏方由治病向养生延伸。《千金要方》有40个膏方,以治疗外科和风湿痹病为多,同时开后世补虚、康复、养生抗衰老先河,创杏仁煎、地黄煎、枸杞煎等膏方。  
宋代——治病和滋补养生都广泛使用膏方。膏方的叫法由“煎”逐渐向“膏”过渡。  
金、明代——膏方迅速发展,制作工艺日趋完善。养生、补虚、抗衰老膏方发展较快,从药用延伸到膳食调养。如明代《御制饮膳调补指南》的琼玉膏、天门冬膏。  
清代——膏方已成为临床治疗疾病的常用手段,广泛应用于内外科各科。如《本草纲目》的益母草膏、《寿世保元》的茯苓膏等。吴尚先《理喻辨文》系统地论述了膏方理论,治疗疾病机制的总结:“今人但知磨膏用膏,风痹用膏,而不知一切脏腑之病皆可膏用”。叶天士《临证指南医案》的膏方应用不限于冬季,其他季节也有使用。晚清名医张聿青著《膏方》,强调膏方运用要辨证而施,不拘泥于补益之膏方。清代上至宫廷御用,下至民间滋补养生,用膏方补益盛行于世。  
现代——膏方应用如火如荼,方兴未艾。

## 十二、在瑞康医院如何开处和领取膏方?

想用膏方的客人,选择您适合的膏方医生挂号就诊,医师根据您的疾病、体质、证候等进行综合判断后,开出膏方处方和医嘱。  
医师开膏方处方后,您就到门诊收费处交费,再把处方交到药房。  
开个性化膏方者,交费5个工作日,凭发票到中药房取膏。开成方膏者,立取可取。

## 基层群众需求迫切 医生专家义不容辞

### 记我院“千场中医药壮瑶医药科普知识讲座及义诊”系列活动

为深入贯彻落实广西壮族自治区卫生厅关于开展千场中医药壮瑶医药科普知识讲座和义诊活动的精神,广西中医药大学附属瑞康医院积极响应,第一时间成立了由院长梁健任组长的领导小组,医疗服务部积极协调,制定详细的活动实施方案,通过海报张贴,社区宣传、媒体播放等形式将义诊活动向社会公告,方便更多群众获得义诊服务。  
活动开展以来,瑞康医院派出全国名老中医、桂派中医大师、广西名(老)中医、自治区中医药文化科普专家、以及博士、硕士研究生、临床骨干等专家团队500多人次、护士100多人次不辞辛劳,走过了隆安、马山、横县、武鸣、南丹等县,开展基层卫生适宜技术推广会20多次;下到南宁市江西、亭子等乡镇卫生院、各社区、民办学校等等,举办中医养生健康讲座50多场,发放中医健康宣传资料20000多份,发放健康知识书籍2000多本,义诊及讲座人数达到10000多人次,为1000多名群众进行大肠癌筛查,为1000多名中老年人进行脑中风高危筛查,为1000多名贫困家庭儿童进行免费视力筛查。通过义诊及讲座,中医药“简便廉验”的特色优势在基层得到发挥。利用广西中医药大学及附属瑞康医院的优势,为社区患者提供高效优质、简、验、便、廉的中医药、民族医药诊疗技术及中西医结合治疗技术,为患者解决“看病难、看病贵”的问题,深受广大居民的欢迎。



江南亭子社区卫生所义诊现场。

## 名老中医进社区 居民足不远方享健康福利

名老中医专家素来抢手,为了让社区居民零距离接触名老专家,享受国医大师带来的高水平医疗服务,我院多次派出全国名老中医、桂派中医大师、广西名(老)中医走进社区,让居民足不远方,在家门口就能享受免费的专业服务。  
在南棉社区,全国名老中医、我院心血管内科三病区荣誉主任蒙定水教授的就诊台左右挤满了耐心等待的居民,大家都想就心脑血管疾病的问题请教老中医。一位阿姨说,平时名老中医难得能挂上号,现在他亲自到社区来,可得抓住机会跟老专家好好要个方子。为了培养群众建立中药方要养生的健康观念,我院特派全国名老中医蓝青强、蒙定水、广西名中医罗志娟、黄彬等多位著名中医专家为市民免费体质辨识,亲自把脉开方。一些居民拿着以往的病历、X光片等影像资料前来咨询看病。一些病友居民则欣然接受着中医推拿按摩、点穴治疗。

## 健康书籍赠百姓 心血管疾病知识普及民间

“千场中医药壮瑶医药科普知识讲座和义诊活动”开展以来,瑞康医院领导带队,各科室博士专家团队参与的义诊队伍足迹遍布南宁各城区及高校,并深入到扶绥县、马山县、宾阳县、田东县、大新县等多个县区,医院为普及群众了解和掌握中医药知识,普及中医药民族医药“治未病”理念,我院在派出团队的同时,组织中医专家于义诊现场开设养生大讲堂,普及治未病理念。10月26日一大早,65岁的覃大爷来到广西中医药大学附属瑞康医院北湖南棉社区卫生服务中心,等候全国名老中医、瑞康医院国医堂方显明教授关于中医养生保健的专场讲座。方显明教授在讲座中向中老年朋友们纷纷点头称赞,认真笔记加深记忆。在广西民族大学,广西名老中医、广西中医药大学附属瑞康医院健康管理中心农泽宇主任现场讲述健康养生之道,他引用《黄帝内经》中“饮食有节”“起居有常”“不妄作劳”的观点,结合中医理论,从饮食、作息、运动三个方面讲解了中医养生保健知识。他说,日常饮食要因时而变,不同季节应选择不同食物,做到天人合一;要多做散步、骑自行车等有氧运动;要保持乐观健康的生活态度。



全国名老中医蒙定水为群众义诊。

及心血管保健知识,自费购买胡大一教授编写的《国人健康手机号》,赠予前来参加义诊的群众累计达2000余本,为医院送健康“进社区、进街道、进基层”活动添砖加瓦,普及中西医保健知识,强化中老年人预防心脑血管疾病的意识及常识。心血管疾病是全球发病率最高,死亡率最高,致残率最高,并发症最多,发病率最高的疾病。我国心血管病现患人数为2.9亿,每年我国约有350万人死于心血管疾病,占总死亡原因总数41%,《国人健康手机号》中的“健康手机号140-6-543-0-268”是胡大一教授提出的围绕心血管系统疾病构建的一道健康防线,是保持心血管健康的危险因素控制目标。  
患有高血压的76岁林大爷接受赠书后说,“健康手机号,方便查看,可信度高,能吸引我读下去,也说明作者写得很用心,也说明你们花了心思去选择这本书。这本书讲的是心血管疾病的,要拿回去慢慢读,虽然不像现场咨询医生一样能快速解决问题,但是拿了这本书就像请了一个家庭医生。”



唐友明书记向红十字会负责人了解华学生身体情况。

## 授之以渔传技术 帮扶基层助推诊疗进步

为丰富送健康下基层活动内涵,专家博士们在义诊之余,发挥各自专长轮番为基层医院医务人员现场讲课,开展中医基层卫生适宜技术推广会,以授之以渔的方式助推基层医疗水平提升。在隆安县中医院,范学政博士阐释《神经外科在脑卒中防治中的作用》,张涛博士讲解《消化内科的新进展》,秦伟夫博士分享《便秘的中医防治》

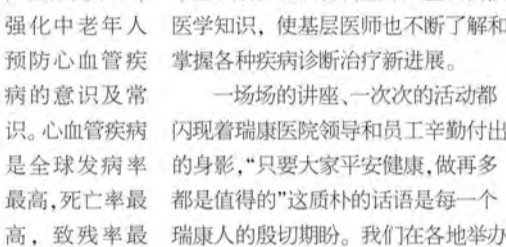
## 健康书籍赠百姓 心血管疾病知识普及民间

“千场中医药壮瑶医药科普知识讲座和义诊活动”开展以来,瑞康医院领导带队,各科室博士专家团队参与的义诊队伍足迹遍布南宁各城区及高校,并深入到扶绥县、马山县、宾阳县、田东县、大新县等多个县区,医院为普及群众了解和掌握中医药知识,普及中医药民族医药“治未病”理念,我院在派出团队的同时,组织中医专家于义诊现场开设养生大讲堂,普及治未病理念。10月26日一大早,65岁的覃大爷来到广西中医药大学附属瑞康医院北湖南棉社区卫生服务中心,等候全国名老中医、瑞康医院国医堂方显明教授关于中医养生保健的专场讲座。方显明教授在讲座中向中老年朋友们纷纷点头称赞,认真笔记加深记忆。在广西民族大学,广西名老中医、广西中医药大学附属瑞康医院健康管理中心农泽宇主任现场讲述健康养生之道,他引用《黄帝内经》中“饮食有节”“起居有常”“不妄作劳”的观点,结合中医理论,从饮食、作息、运动三个方面讲解了中医养生保健知识。他说,日常饮食要因时而变,不同季节应选择不同食物,做到天人合一;要多做散步、骑自行车等有氧运动;要保持乐观健康的生活态度。



中医治未病知识广受受欢迎。

在马山县中医院,我院专家为马山县卫生局及中医院医务人员和各乡镇卫生院人员进行《老年人心脑血管疾病防治》、《消化内科的新进展》、《急腹症的诊治》等多场知识讲座。  
专家们所在领域上的渊博学识和丰富经验吸引与会学员凝神听课,不时记录知识要点。教学双方均反馈这种“送健康”要用持久,多多益善。基层医生表示很愿意参加业务培训,为基层医师提供了又一条新的学习途径,希望以后多组织各科深入基层传授医学知识,使基层医师也不断了解和掌握各种疾病诊疗新进展。  
一场场的讲座,一次次活动都闪现着瑞康医院领导和员工辛勤付出的身影,“只要大家平安健康,做再多都是值得的”这质朴的话语是每一个瑞康人的殷切期盼。我们在各地举办义诊、讲座和赠书等多种形式的活动,旨在指导广大群众进一步了解和掌握中医药文化科普知识,熟悉中医药民族医药“治未病”理念和养生保健基本方法,让中医药民族医药发挥实效,为大众健康服务。未来我们将继续努力,让中医药民族医药惠及千家万户!(图/文:信息宣传部)



为农民工子弟做视力筛查。

## 健康书籍赠百姓 心血管疾病知识普及民间

“千场中医药壮瑶医药科普知识讲座和义诊活动”开展以来,瑞康医院领导带队,各科室博士专家团队参与的义诊队伍足迹遍布南宁各城区及高校,并深入到扶绥县、马山县、宾阳县、田东县、大新县等多个县区,医院为普及群众了解和掌握中医药知识,普及中医药民族医药“治未病”理念,我院在派出团队的同时,组织中医专家于义诊现场开设养生大讲堂,普及治未病理念。10月26日一大早,65岁的覃大爷来到广西中医药大学附属瑞康医院北湖南棉社区卫生服务中心,等候全国名老中医、瑞康医院国医堂方显明教授关于中医养生保健的专场讲座。方显明教授在讲座中向中老年朋友们纷纷点头称赞,认真笔记加深记忆。在广西民族大学,广西名老中医、广西中医药大学附属瑞康医院健康管理中心农泽宇主任现场讲述健康养生之道,他引用《黄帝内经》中“饮食有节”“起居有常”“不妄作劳”的观点,结合中医理论,从饮食、作息、运动三个方面讲解了中医养生保健知识。他说,日常饮食要因时而变,不同季节应选择不同食物,做到天人合一;要多做散步、骑自行车等有氧运动;要保持乐观健康的生活态度。

## 健康书籍赠百姓 心血管疾病知识普及民间

“千场中医药壮瑶医药科普知识讲座和义诊活动”开展以来,瑞康医院领导带队,各科室博士专家团队参与的义诊队伍足迹遍布南宁各城区及高校,并深入到扶绥县、马山县、宾阳县、田东县、大新县等多个县区,医院为普及群众了解和掌握中医药知识,普及中医药民族医药“治未病”理念,我院在派出团队的同时,组织中医专家于义诊现场开设养生大讲堂,普及治未病理念。10月26日一大早,65岁的覃大爷来到广西中医药大学附属瑞康医院北湖南棉社区卫生服务中心,等候全国名老中医、瑞康医院国医堂方显明教授关于中医养生保健的专场讲座。方显明教授在讲座中向中老年朋友们纷纷点头称赞,认真笔记加深记忆。在广西民族大学,广西名老中医、广西中医药大学附属瑞康医院健康管理中心农泽宇主任现场讲述健康养生之道,他引用《黄帝内经》中“饮食有节”“起居有常”“不妄作劳”的观点,结合中医理论,从饮食、作息、运动三个方面讲解了中医养生保健知识。他说,日常饮食要因时而变,不同季节应选择不同食物,做到天人合一;要多做散步、骑自行车等有氧运动;要保持乐观健康的生活态度。



媒体报道活动盛况。