

藥箱

隨著人們保健意識的提高，有不少男士把服用六味地黃丸當成保腎壯陽、強身健體的補品。還有一些中老年人，只要腰酸腿疼就自行服用六味地黃丸，認為六味地黃丸沒有副作用，也就認為沒什麼好擔心的。其實，由於人們對中醫藥的認識還不夠，從而走入了服用六味



地黃丸“保健”的误区。六味地黃丸并非沒有副作用，不宜不加區分地長期服

不可隨便吃

用。那麼，如何正確看待六味地黃丸，又如何正確的服用呢？

六味地黃丸是什麼樣的藥

六味地黃丸的來歷

此藥源于宋代，當時的兒科專家錢

乙在《小兒藥證直訣》一書中收載有此方，原名地黃丸，是為小兒生長遲緩、發育不良所設。主要用於治療因腎精虧虛、腦髓不足所致的嬰兒一歲以後囟門遲遲不能閉合症，以補腎益陰、健腦生髓為治療大法，選用本方有很強的針對性與局限性。

六味地黃丸的組成及功效

六味地黃丸以熟地黃為主藥，滋補腎陰、填精益髓，輔以山茱萸補益肝腎，澀精斂汗，以山藥健脾補肺，固腎益精，配以澤瀉除熱滲濕，瀉腎降濁，祛腎之火，泄膀胱之熱，通利小便；牡丹皮清瀉肝火，涼血散，除骨蒸之熱；茯苓滲水利

濕，使濁水下瀉，排出體外。方中六味藥合用，以熟地黃、山茱萸、山藥為主，滋養肝、脾、腎三臟；以澤瀉、茯苓、丹皮為佐，滲濕清熱泄濁，寓瀉於補、瀉不傷正，形成了三補三瀉、相反相成之勢，使得六味地黃丸治療肝腎陰虛之症，極為有效，且補而不膩，很少出現一般滋補藥品產生的“上火”現象。由於組方嚴謹、療效顯著，被後世廣泛用於治療內、婦、兒等諸科疾病，□文/餘傑 執業藥師

一直延用至今，現收載於《中華人民共和國 主要有：腰膝酸軟、頭暈目眩、耳鳴耳聾、盜汗遺精、骨蒸潮熱（骨節間定時發熱，

猶如在蒸籠當中的感覺）或手足心熱，或消渴，口燥咽乾，或虛火牙痛，或虛煩少眠，舌紅少

苔，脈細而數。適合選用

六味地黃丸在中藥補益劑中佔有重要位 六味地黃丸。

置，為滋補腎陰的代表劑和基礎方，被醫家 在臨床中腎陰虛與腎陽虛皆有腰膝酸軟之症，兩者之區別在於對寒熱的反應，

中醫學認為腎屬五臟之一，在人體生命所謂“陰虛生內熱，陽虛生外寒”。活動中為“先天之本”，中醫學所說的 腎陽虛與腎陰虛 大的不同是腎陽虛多見“腎”，不是簡單的腎臟實體，還包含了多 畏寒怕冷、四肢不溫、手腳發冷等症狀，個系統、多個器官的功能活動。無論是先天 沒有口燥咽乾，午後潮熱的症狀，比較容易區別。腎陽虛的人不適合選用六味地黃丸。其來維繫人體的生長發育

與生殖；腎主水，即對人體的水液

主宰骨骼的質地，及關節的活動，還包

括骨髓和腦髓的充盈；腎主納氣，即將肺臟吸進的清氣予以吸納利用，以充元氣；腎開竅于耳，其華在發，即維繫耳的聽力，頭髮的生長與濡潤。

輸布與排泄；腎主骨、生髓，上通

於腦，即

禁忌。不良反應表現為胸膈痞悶、腕

腹脹滿、口

腎陰虛與現代醫學

粘乏味、食欲下降、

健康藥箱

腎陰虛證在臨床上很多見，如慢性大便溏泄等。主要原

腎炎、慢性咽炎、慢性牙周炎、復發性

因是方中熟地黃過於滋膩所致。

口腔潰瘍、高血壓、糖尿病、甲狀腺機

禁忌症

能亢進、神經衰弱、小兒佝僂病、婦女

感冒發燒、腹痛腹瀉者 這類患者即使有腎陰

虛之證也不宜服用，因為六味地黃丸為滋補之品，有斂邪之弊端，此間服用易致閉門留寇，必須待邪祛病癒後才可服用；

痰多咳嗽、腹滿便溏、舌苔白膩者 這類患者不宜服用因這類病人屬痰濕內盛，服用非但無益，反而會加重病情；

腎陽虛腰膝酸軟、小便頻、大便溏、肢冷畏寒者 這類患者不宜服用，因腎陽虛者當行溫補腎陽之法，服用六味地黃丸無異於雪上加霜。

六味地黃丸不宜服用人群

健康人群 健康人群沒有明顯腎陰虛的症狀，不適宜於自行長期服用六味地黃丸。

陽虛（包括腎陽虛、脾陽虛）者 因腎陽不足引起的勃起功能障礙患者，如果一味地服用六味地黃丸，就會“雪上加霜”。

該類病人應該選擇治療腎陽虛的藥物，比如金匱腎氣丸。

腎陰虛但脾胃功能不好者 方中組成藥物以滋潤為主，脾胃虛弱的人久服過服，必易滯脾礙胃，脾胃失和影響食欲；脾受濕困易致脾虛泄瀉，導致“虛不受補”。

六味地黃丸的適應證

更年期綜合症等症病，均可出現

腎陰虛的症狀。凡符合中醫腎陰虛證候

者皆可服用六味地黃丸。另外人體出現

對記憶中醫認為，腎虛可分為腎陰虛、

腎力下降、腰背膝足疲憊、視力疲勞、

牙陽虛、腎氣不固、腎陰不足等症型。

也齒鬆動、鬚髮早白等早衰徵兆時，服

用可兼夾其他臟腑的病變，如脾腎陰虛、

六味地黃丸亦有一定的治療效果。

肝腎陰虛等。六味地黃丸為滋補腎陰之現

代藥理研究證明，六味地黃丸具劑，專為

52 家庭医学

© 1994-2009 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. <http://www.cnki.net>

腎陰不足所設。腎陰虛的表現有顯著的增

強免疫、抗衰老、抗疲勞、抗低溫、耐缺

氧、降血脂、降血壓、降血糖、改善腎功

能、促進新陳代謝及較強的強壯作用。實

驗研究發現，六味地黃丸有興奮下丘腦—

垂體—腎上腺系統作用，能增加附辜重量、

大幅度增加精子數量、增強交配能力。這

也是六味地黃丸被廣泛應用於治療男性性

功能障礙的理論基礎。

六味地黃丸的不良反應及禁忌症

不良反應

同其他藥物一樣，服用六味地黃丸也

可能會出現某些不良反應，並有一定的用藥

藥師的忠告

現在市面上能見到的劑型有口服液、大蜜丸、小蜜丸、水蜜丸、濃縮丸、硬膠囊、顆粒劑、軟膠囊等。目前中國約有 700 家中藥廠擁有六味地黃丸的生產批號，當然各個廠家的實力參差不齊，劑型、品質也是各不相同。老字型大小中藥廠家有北京的同仁堂、湖南的九芝堂、杭州的胡慶余堂、河南的宛西藥業等。應選擇適合自己的劑型及品質有保證的生產藥廠。

六味地黃丸屬非處方藥，選用時應分辨腎陰虛、腎陽虛體質，合理運用。建議用藥以前諮詢醫師或藥師，不可單憑自己的主觀感覺隨意用藥。服藥前應仔細閱讀說明書。

六味地黃丸屬補益藥的範圍，宜空腹服用，忌食辛辣食物，感冒時停用。

FM new health

小帖士

與六味地黃丸相關地黃丸的組成與功效

六味地黃丸 熟地黃、山萸肉、山藥、澤瀉、茯苓、丹皮六味組成，適用於肝腎陰虧，虛火上升所致的腰膝酸軟，頭目眩暈，盜汗遺精，耳鳴耳聾等症狀。

知柏地黃丸 是在六味地黃丸的基礎上加入知母、黃柏兩味藥製成，主要針對肝腎陰虛火旺所致的腰膝酸痛、虛煩盜汗、遺精等症，起到滋陰降火的作用，但方中知母、黃柏藥性寒涼，平時大便稀者須慎用，以免損傷脾胃。

麥味地黃丸 是在六味地黃丸內加入麥冬和五味子，以增強六味地黃丸的養陰生津，斂肺納腎之效，對有咳嗽、氣喘、潮熱、盜汗等肺腎陰虛症狀的患者有很好的療效。

杞菊地黃丸 是在六味地黃丸的基礎上加入枸杞子和菊花兩味中藥，用於治療肝腎陰虛引起的眩暈、耳鳴、雙眼昏花、視物不清、眼睛乾澀、迎風流淚等症狀。

歸芍地黃丸 在六味地黃丸的基礎上增加了養血柔肝的當歸和白芍，對血虛頭暈、女性崩漏等療效顯著。

桂附地黃丸（金匱腎氣丸）在六味地黃丸的基礎上加入肉桂、附子兩味溫陽中藥，對腎陽虛所致的四肢冰冷、腹痛、小便清長、大便稀爛、陽痿、滑精或女子不孕症等較為適用。

明目地黃丸 是在杞菊地黃丸的基礎上又增加了針對眼病的蒺藜、石決明及滋陰養血的當歸、白芍等藥，是眼病的專藥。




中外健康文摘

WORLD HEALTH DIGEST

健康寶典 + 心靈讀本

让您在最短的时间里
获取最多最新最需要的信息

- ★ 面向城市家庭
- ★ 突出实用性
- ★ 信息量大
- ★ 撷取海内外报刊精华
- ★ 您想知道的和该知道的尽在其中



全国各地邮局均可订阅。邮发代号 80-107
每月1日、15日出版。订阅价4.5元，零售价5元，全年定价108元
发行热线：010-59648661/99 13691082818

方藥。