

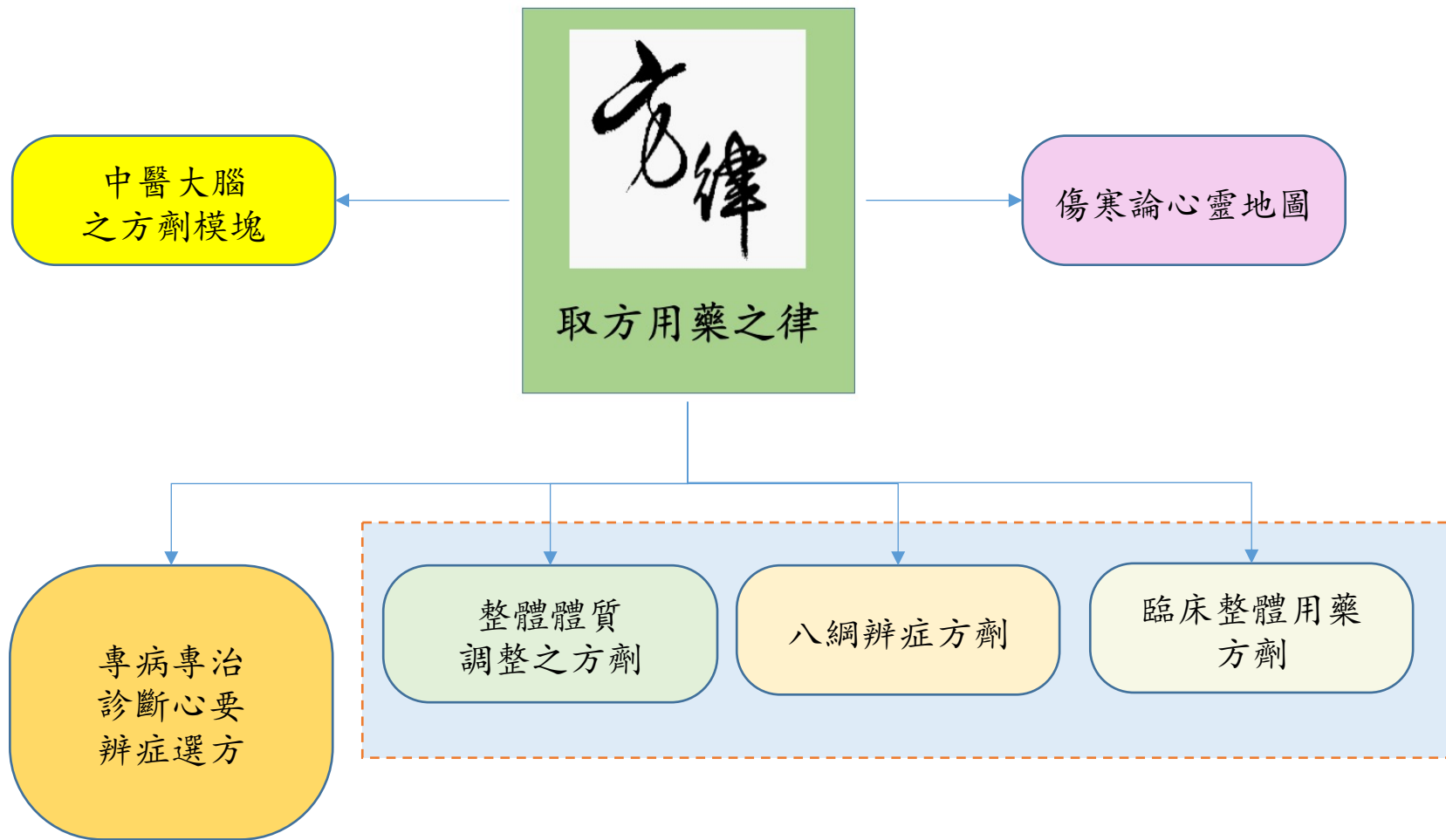
F1_001_方律_整體體質調整方劑_01

問止 大醫小課

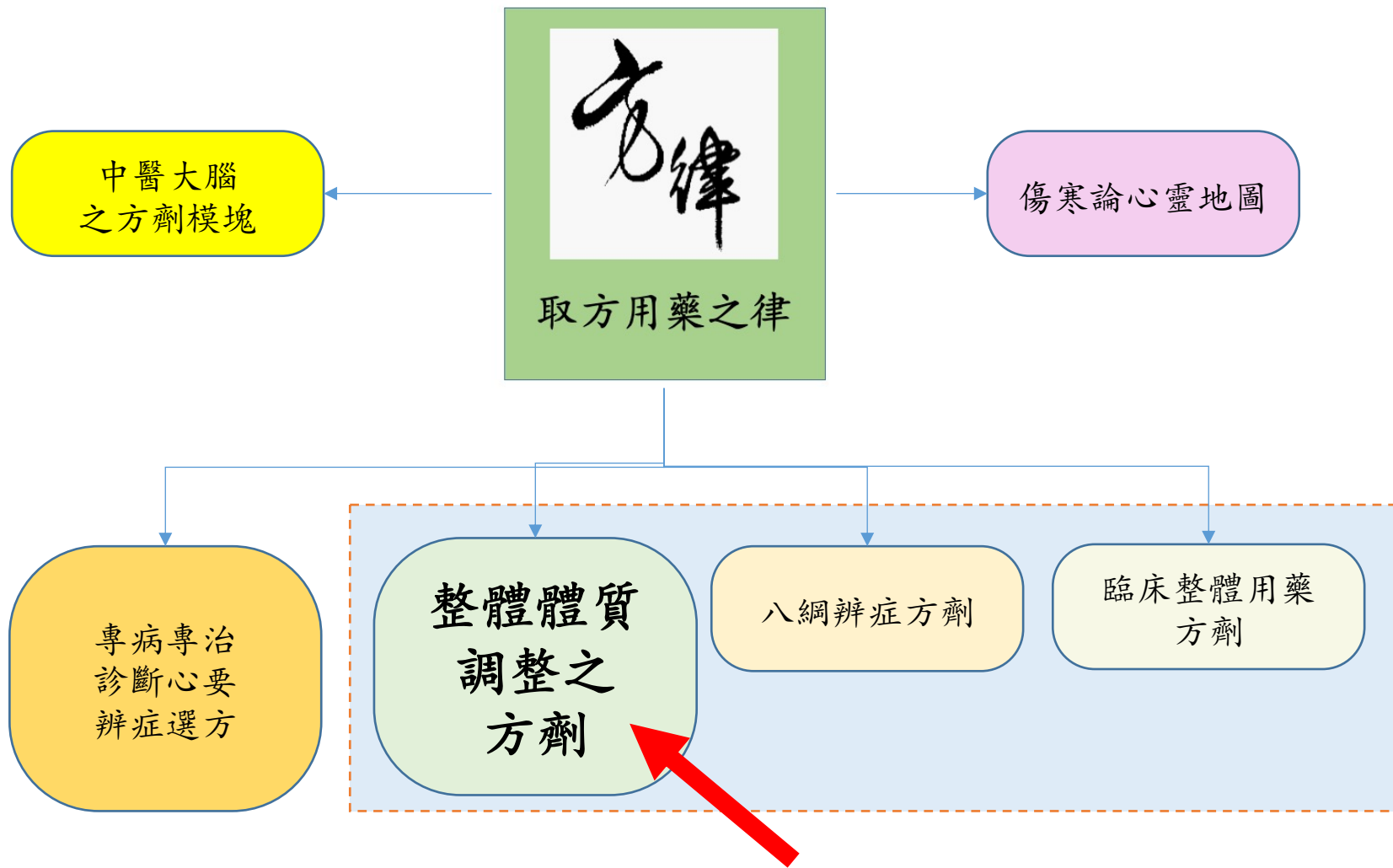


取方用藥之律

問止大醫小課



問止大醫小課





大醫小課



整體體質
調整之方劑



整體體質
調整之方劑

大醫小課

體質調整方劑 三種施治法

1

【慢性病症】

先直接只用調體質方劑，之後再來看是否需在之後配合特別症狀的方劑

2

【急性病症】

先直接只用針對症狀方劑，之後再用調體質的方劑做整體收尾

3

【一般病症】

同時把調體質之方劑去和對治特別症狀的方劑做合方，或用單味藥去加減

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

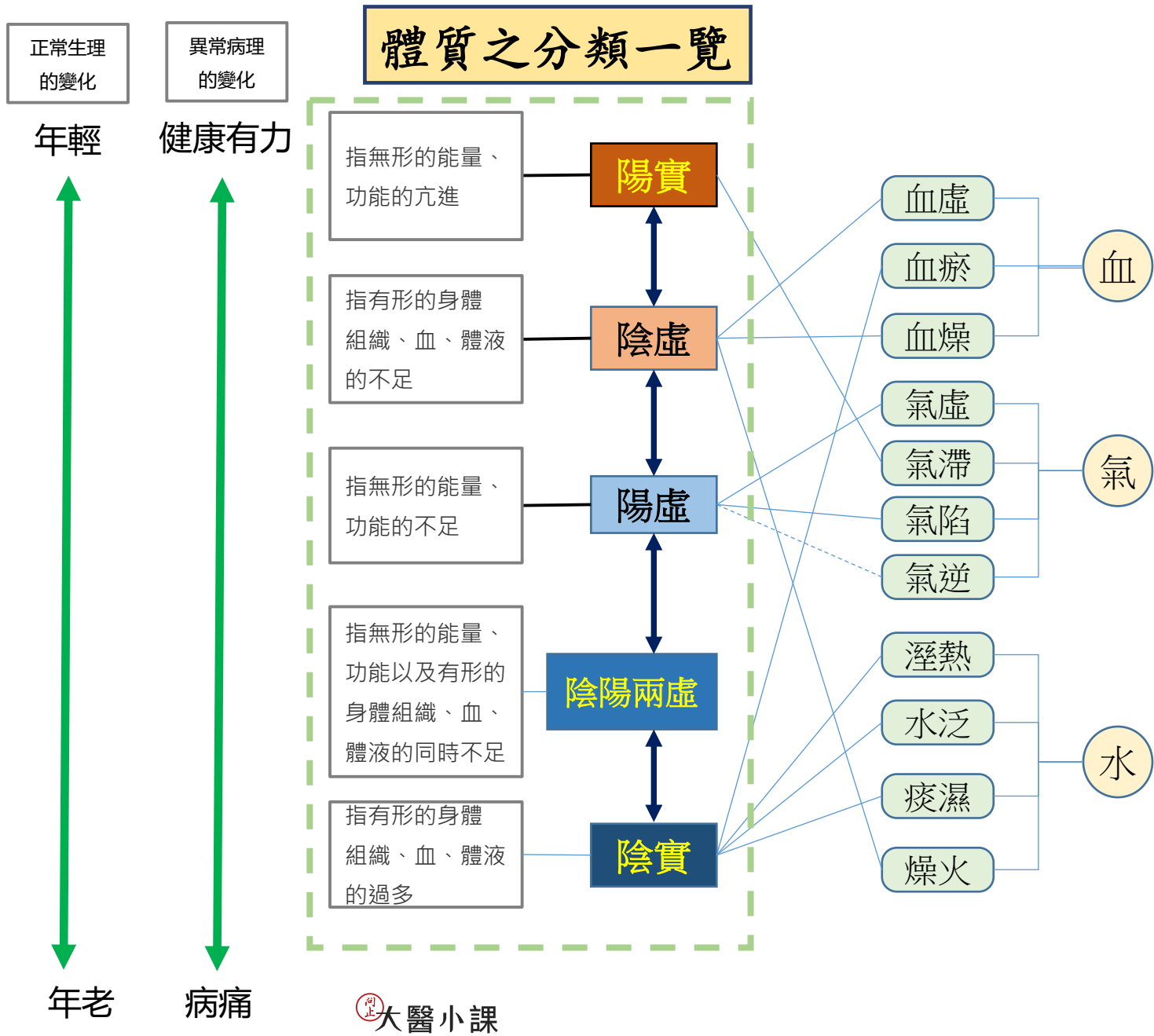
氣陷

氣逆



整體體質
調整之方劑

大醫小課



F1_002_方律_整體體質調整方劑_02

問止 大醫小課



調整血虛體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

氣陷

氣逆

方律

整體體質
調整之方劑

大醫小課



血虛

證

問診

眩暈、夜間盜汗、手麻、腳麻、視線模糊、眼酸

易怒_生氣、容易焦躁_緊張、心煩、失眠

神

月經過少、月經後期、閉經

望診

皮膚乾、面色白、唇白、舌質白淡

型

切診

細脈、虛脈、沉脈



血虛

方

總方

氣血虛

煩躁不眠
較嚴重

月經不調

治療血虛的基礎方，
泛治各種類型的貧血，
特別是紅血球不足

當歸補血湯

以補氣方帶動生血
的作用

歸脾湯

人參、炙甘草、白朮、茯苓、黃耆、
當歸、棗仁、桂圓、遠志、木香、生薑、
大棗

當歸、熟地、芍藥、川芎

四物湯

當歸、黃耆

四君子湯

人參、甘草、茯苓、白朮

月經淋漓不止

芎歸膠艾湯

婦女偏燥偏乾瘦

溫經湯

婦女水濕較重

當歸芍藥散

可把組織中水液
收回至血管，可
治血漿不足

八珍湯

同時體質**偏寒**
偏虛較重

十全大補湯

、肉桂、黃耆

F1_003_方律_整體體質調整方劑_03

問止
大醫小課



調整血瘀體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

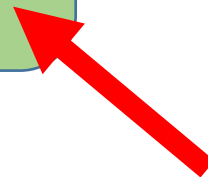
氣陷

氣逆

方律

整體體質
調整之方劑

大醫小課





血瘀

證

問診

痛證、出血、肋痛、小便不利、噁心想吐、嘔吐、斜視、肩膀痠痛、肩痛不舉、肚子痛、心下痛、偏頭痛、四肢無力、黃疸、周期性癱瘓、癱病病性癱瘓、癰疽

譫語、癲狂(狂躁型及抑鬱型精神分裂症、反應性精神病)

【經】經痛、月經過多、月經前期、潮熱、月經不調、產後出血、產後身痛、

【產】產後瘀血經閉、產後出血、產後身痛產後出血、產後身痛、

不射精症、陰莖痛、小腹痛、脫髮

神

婦

男

型

望診

舌質暗、面色暗、唇紫暗

皮膚黑斑、乾癬、神經性皮炎(慢性單純性苔癬、頑癬、牛皮癬、攝頰瘡)、銀屑病、風疹、血小板減少性紫癜

切診

澀脈、弦緊脈(氣滯血瘀)、腹部壓痛



方

總方

由痛的位置來尋方

同時有血虛之婦女

久瘀而體質尚強健

胸痛、頭痛日久不癒、痛如針刺而有定處

血府逐瘀湯

小腹之定點刺痛

少腹逐瘀湯

身痛逐瘀湯

神經痛關節痛屬血瘀氣滯者

小腹中拘急綿綿作痛

按之痛減

當歸芍藥散
當歸、芍藥、川芎、茯苓、白朮、澤瀉

按之更痛

桃核承氣湯
桃仁、桂枝、芒硝、大黃、甘草

右少腹疼痛拒按

大黃牡丹皮湯

大黃、牡丹皮、桃仁、瓜子仁、芒硝

經典的活血化瘀方。
探見各種血瘀的症狀，可以用它一試。
本方改善血液循環，促進血腫包塊的消散和吸收。男女皆可用

桂枝、茯苓、牡丹皮、白芍、桃仁

桂枝茯苓丸

月經淋漓不止

芎歸膠艾湯

婦女偏燥偏乾瘦

溫經湯

產後血虛受寒。惡露不行，小腹冷痛

生化湯

慢性虛癆，逐瘀攻下

大黃蟪蟲丸

F1_004_方律_整體體質調整方劑_04

問止 大醫小課



調整血燥體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

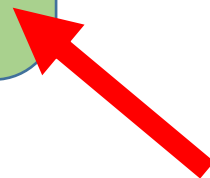
氣陷

氣逆

方律

整體體質
調整之方劑

大醫小課





血燥多來自血虛嚴重而致津液不足之陰虛且少津液，多出現皮膚方面的問題



證

問診

體重一向過輕、便秘、尿量少、閉經、皮膚癢、口乾、咽乾、吞嚥困難、癥瘕

望診

皮膚癢、皮膚乾、皮膚粗糙、濕疹、神經性皮炎(慢性單純性苔癬、頑癬、牛皮癬、攝頰瘡)、銀屑病、舌質紅、面色暗

切診

浮虛脈、細數脈



整體體質
調整之方劑

血燥

方

總方

血燥而體質
尚強健

慢性虛癆，血燥
成癥

大黃蟅蟲丸

血燥而有痤
瘡(青春痘)

上焦火熱而生痤
瘡，宜潤燥(甘
草、人參)

甘草瀉心湯

皮膚癢
為主述

體力較好，容易便
祕而喉乾

消風散

更見皮膚乾燥嚴重，
體質中間至虛

溫清飲

合「黃連解毒湯」

乾癬

以石膏、甘草補
血清熱，並用麻
黃發皮水

越婢加朮湯

治療血燥的基礎方，
先補血則血足而血
燥可減。但多用生
地為宜

四物湯

當歸、**生地**、芍藥、川芎

長期補養

依血燥陰虛而多傷肺(肺主皮毛)論治

麥味地黃丸

F1_004_方律_整體體質調整方劑_05

問止
大醫小課



調整氣虛體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

氣陷

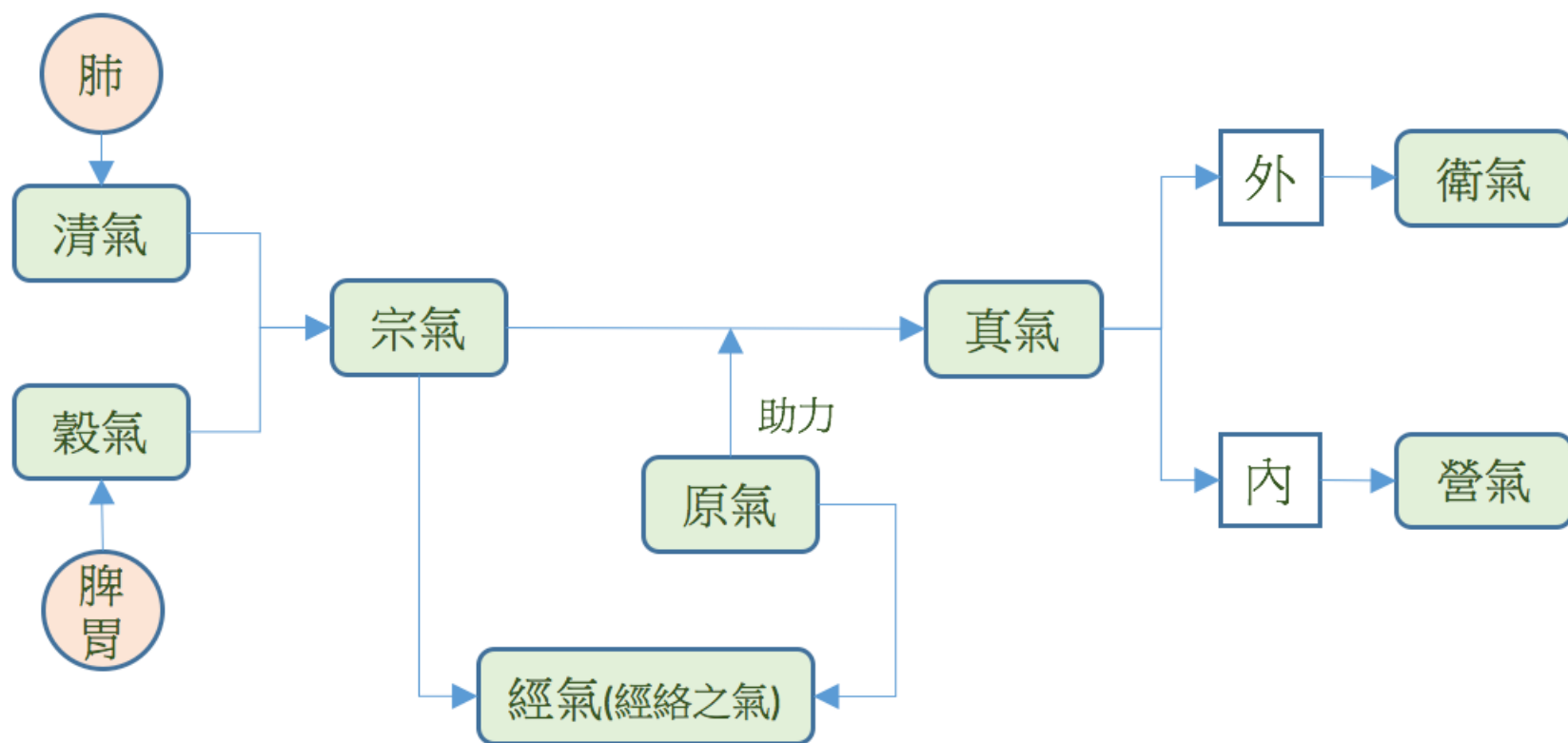
氣逆

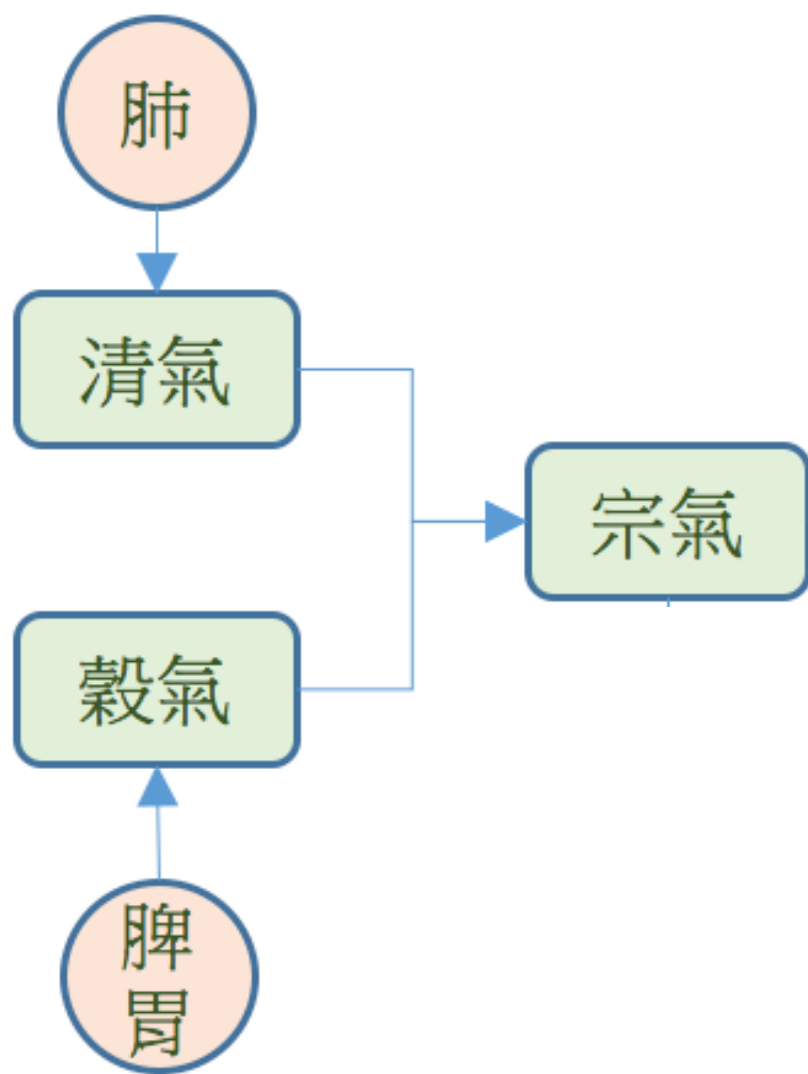
方律

整體體質
調整之方劑

大醫小課

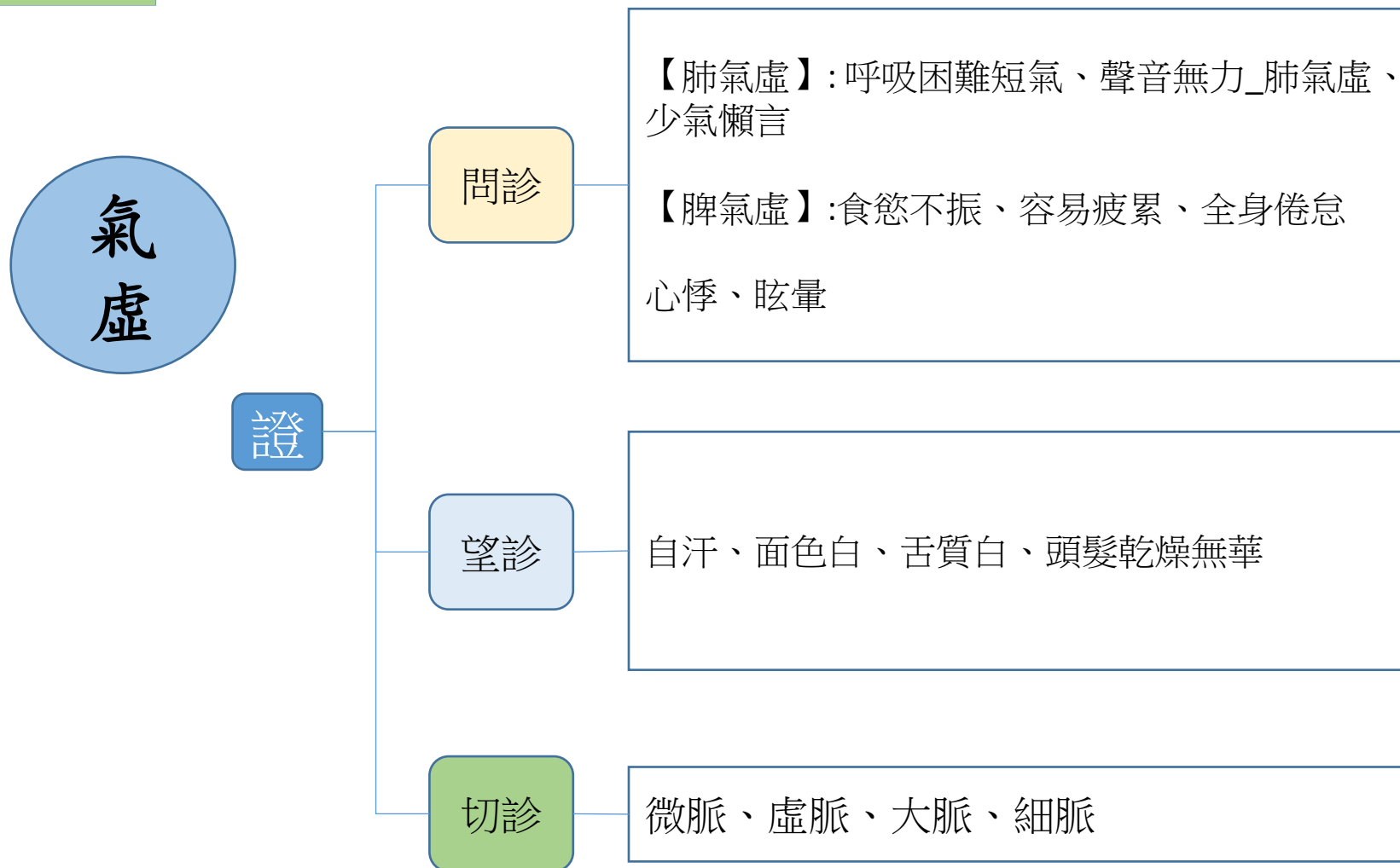
各種氣的生成與相互關係







氣虛體質多指的是宗氣虛，也就是肺氣虛和脾氣虛





整體體質
調整之方劑

方

氣虛

肺氣虛

總方

咳嗽、神疲乏力、
自汗

四君子湯

同時有陰虛者
就是津液虧虛而燥者

麥味地黃丸

麥門冬湯

肺氣虛而感冒

容易感冒

玉屏風散

抵抗感冒傳染

桂枝湯

感冒初起

葛根湯

脾氣虛

總方

納呆、神疲乏力、
自汗

四君子湯

脾氣虛而致氣陷

臟腑下垂諸症

補中益氣湯

脾氣虛而溼

舌淡苔白膩，脈
虛緩

參苓白朮散

脾氣虛而腹痛

虛勞腹痛，溫按
則痛減

小建中湯、
黃耆建中湯

F1_方律_整體體質調整方劑_06

問止
大醫小課



調整氣滯體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

氣陷

氣逆



大醫小課





整體體質
調整之方劑

證

方

氣滯

- 胸口悶、痞塊、腹脹
- 或有結代脈

- 氣為血之帥，血為氣之母。氣滯常會造成血瘀
- 【鑒別】氣滯之痛的位置不固定，而一旦氣滯造成血瘀，則痛點固定

氣滯在胸

胸痹，心中痞氣，氣結在胸，
胸滿，脅下逆搶心

枳實薤白桂枝湯

氣滯在胃

胃氣虛弱，痰濁內阻，心下痞
硬，噫氣不除者

旋覆代赭湯

肝氣鬱滯

偏實

胸脅苦滿、四肢冷、
腹痛

四逆散

偏虛

肝鬱血虛證。兩脇作
痛，寒熱往來，頭痛
目眩、口燥咽乾、神
疲食少

逍遙散

氣滯及其
它鬱症

治氣、血、痰、火、濕、食六
鬱之證。胸膈痞悶，脘腹脹痛，
吞酸嘔吐、飲食不化

越鞠丸

F1_方律_整體體質調整方劑_07

問止
大醫小課



調整氣陷體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

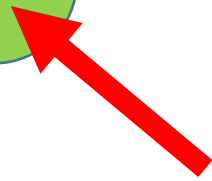
氣陷

氣逆

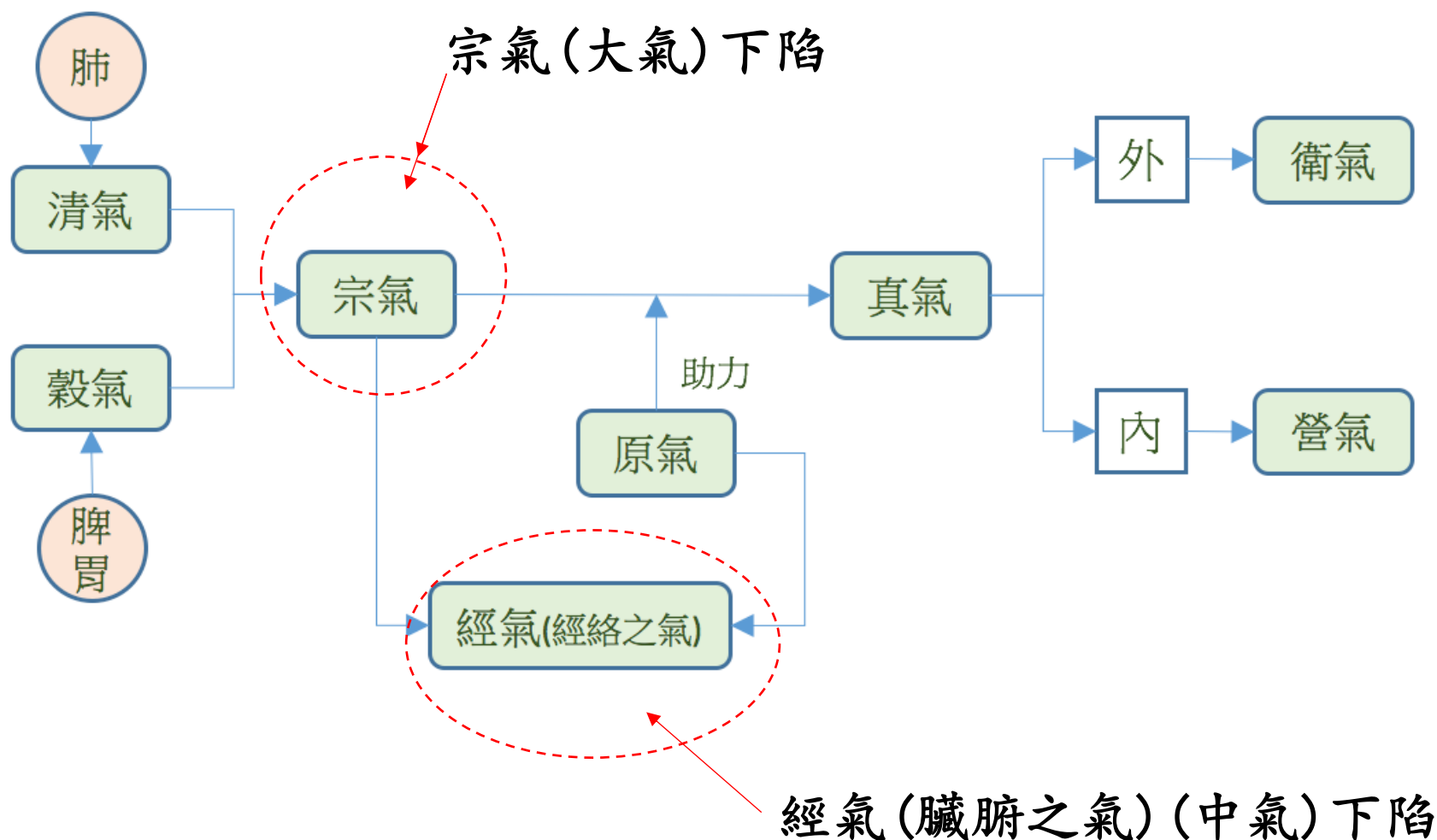


整體體質
調整之方劑

大醫小課



各種氣的生成與相互關係



方律

整體體質
調整之方劑

證

【宗氣下陷】
(大氣下陷)

呼吸困難短氣、聲音無力、肺氣虛、少氣懶、氣喘、氣逆、胸口悶、胸脅苦滿、眩暈、全身倦怠

【經氣下陷】
(中氣下陷)

氣短乏力，神疲懶言，脘腹脹墜，久泄脫肛，陰挺，舌質淡胖，脈細緩無力

氣陷

方

宗氣下陷

虛

大氣下陷而虛者的脈象成為其辨證之關鍵，即沉遲微弱，關前尤甚。其劇者，或六脈不全，或參伍不調，脈細如絲等

升陷湯

生黃耆18g 知母9g 柴胡5g，
桔梗5g 升麻3g

實

大氣下陷之實證為結胸證。
較輕者「正在心下，按之則痛，脈浮滑者」(**按了才痛**)

小陷胸湯

黃連6 半夏12 瓜蒌實20

更實

陷胸湯證更重者「結胸熱實，脈沉緊而實，心下痛，按之石硬者」(**不按就痛，按了更痛且很硬**)

大陷胸湯

大黃15克 芒硝15克 甘遂2克

有水

瀉熱開結，化飲通便。「結胸者，項亦強，如柔痙狀，下之則和」(**頸項也開始強硬了**)

大陷胸丸

大黃10g 葶藶子10g 芒硝10g
杏仁10g 甘遂4g

經氣下陷

中氣下陷之證之脫肛、子宮下垂、胃下垂、久瀉久痢。另可能兼氣虛發熱證。發熱、自汗出、渴喜熱湯、少氣懶言、肢體倦怠乏力，舌淡、苔白、脈虛軟無力

補中益氣湯

黃耆18 甘草9 人參6 當歸3 橘皮6
升麻6 柴胡6 白朮9

F1_方律_整體體質調整方劑_08

問止 大醫小課



調整氣逆體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

氣陷

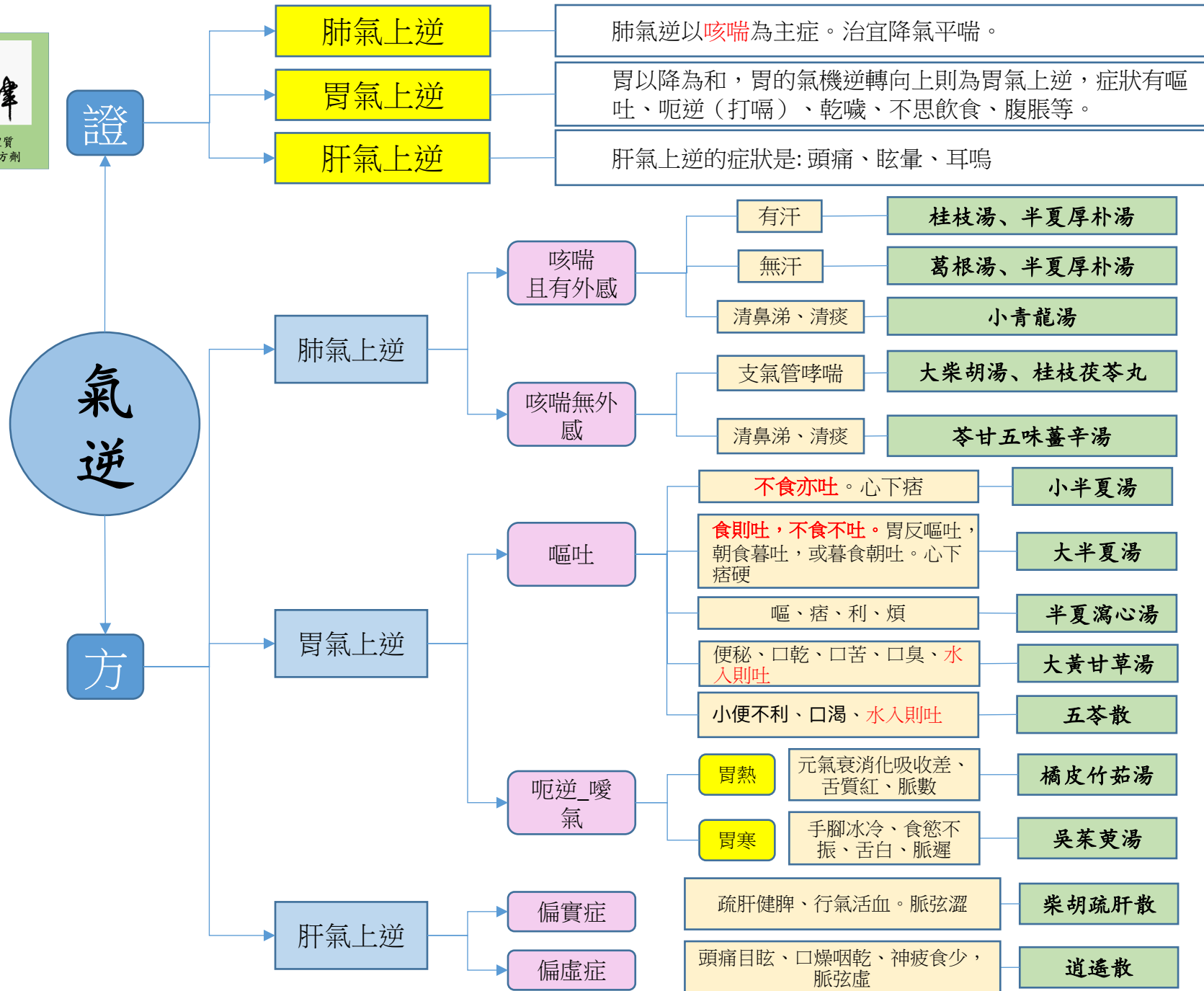
氣逆

方律

整體體質
調整之方劑

大醫小課





問止
大醫小課



調整濕熱體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

氣陷

氣逆

方律

整體體質
調整之方劑

大醫小課



濕熱

濕熱阻滯氣機

證

飲食無味、舌淡無味、全身倦怠、胸口悶、消化不良、腹脹、容易口渴、小便短赤、舌苔黃、口苦

方

和解清熱並去濕

小柴胡湯合茵陳蒿湯

濕熱阻滯脾胃

證

軟便、心下痞、心下滿、食慾不振、下利、腹瀉、水瀉、面色黃、舌質紅、濡脈、數脈、黃疸、心煩、噁心想吐、心下痛、便秘、小便短赤、容易口渴、發熱、舌苔黃、全身倦怠、消化不良、腹脹、口苦、心下壓痛

方

下利、腹瀉、水瀉

清熱和胃健脾

半夏瀉心湯

便秘

胸脅苦滿

大柴胡湯

濕熱蘊結肝膽

證

胸口悶、消化不良、腹脹、肋痛、全身倦怠、食慾不振、軟便、裡急後重、排便不淨、噁心想吐、嘔吐、心下滿、黃疸、小便黃、血尿、鼻子不通、鼻塞、舌苔黃、口苦、心煩

方

多合柴胡症

柴胡劑

(詳見下頁整理)

濕熱下注大腸

證

便血、少腹壓痛、舌苔黃、肚子痛、下利、腹瀉、水瀉、裡急後重、排便不淨、口苦、發熱、數脈、舌苔黃、全身倦怠、胸口悶、消化不良、腹脹、肛門灼熱、舌苔厚膩、痔瘡、口渴

方

下利欲飲水者，以有熱故也

白頭翁湯

若見大便臭，身痛，悶喘

葛根黃連黃芩湯

濕熱下注膀胱

證

全身倦怠、腹脹、舌苔黃、數脈、腰痛、血尿、淋病、頻尿、尿失禁、小便黃、小便短赤、小便痛、小腹痛

方

口渴、發熱、血尿

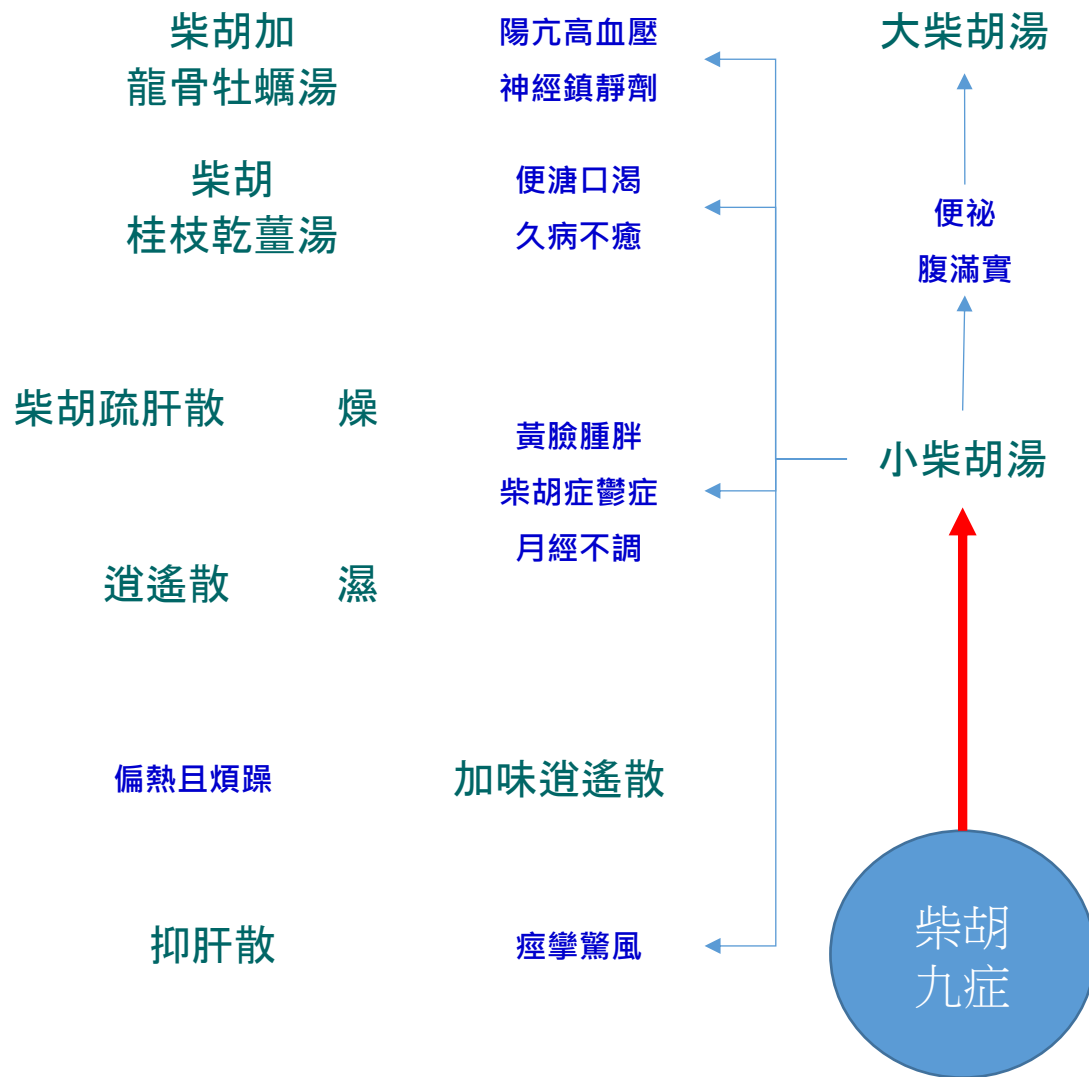
豬苓湯

經方

腰痛、小便黃、色深

八正散

時方



問止 大醫小課



調整水泛體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火



整體體質
調整之方劑

大醫小課

血虛

血瘀

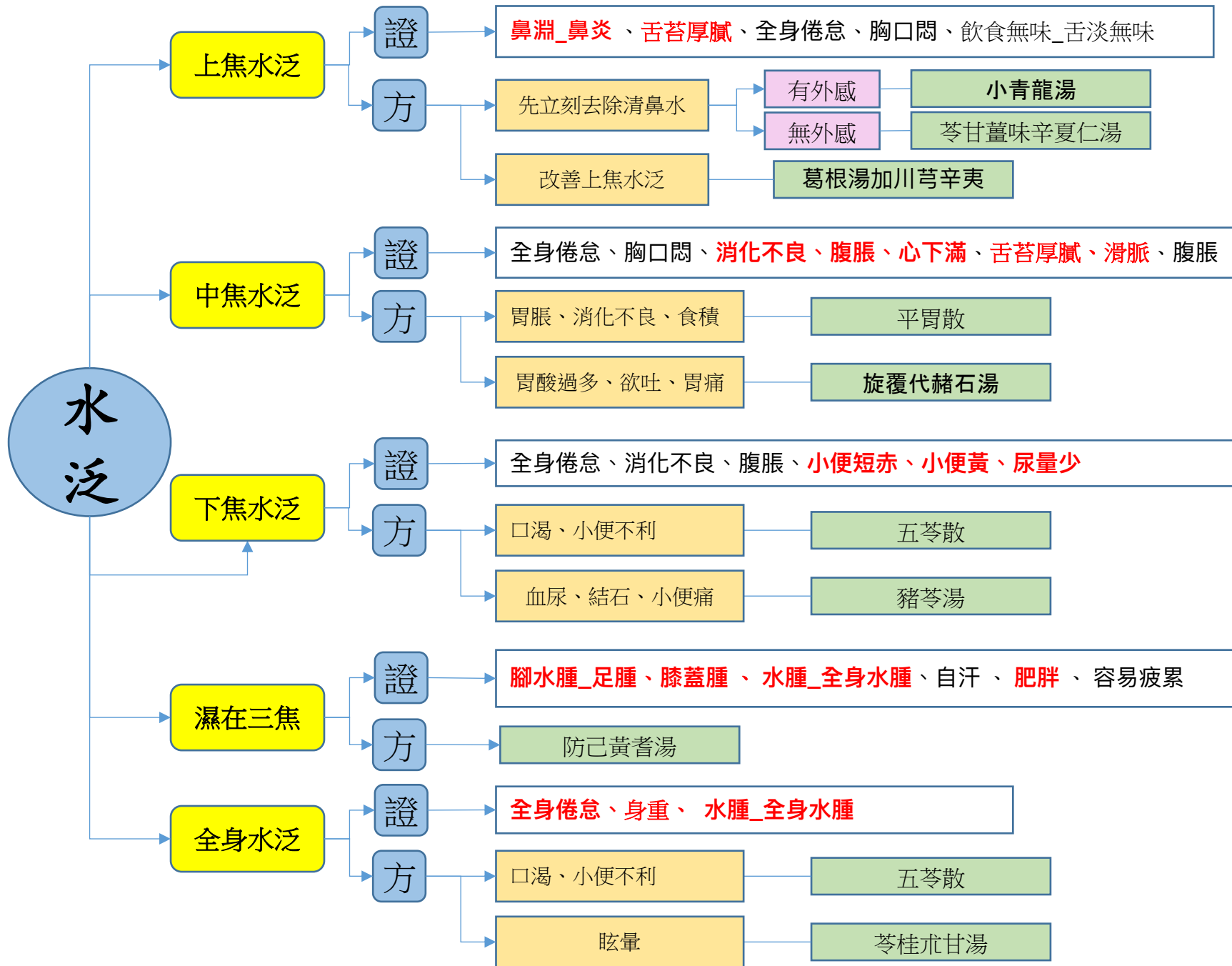
血燥

氣虛

氣滯

氣陷

氣逆



問止
大醫小課



調整痰濕體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

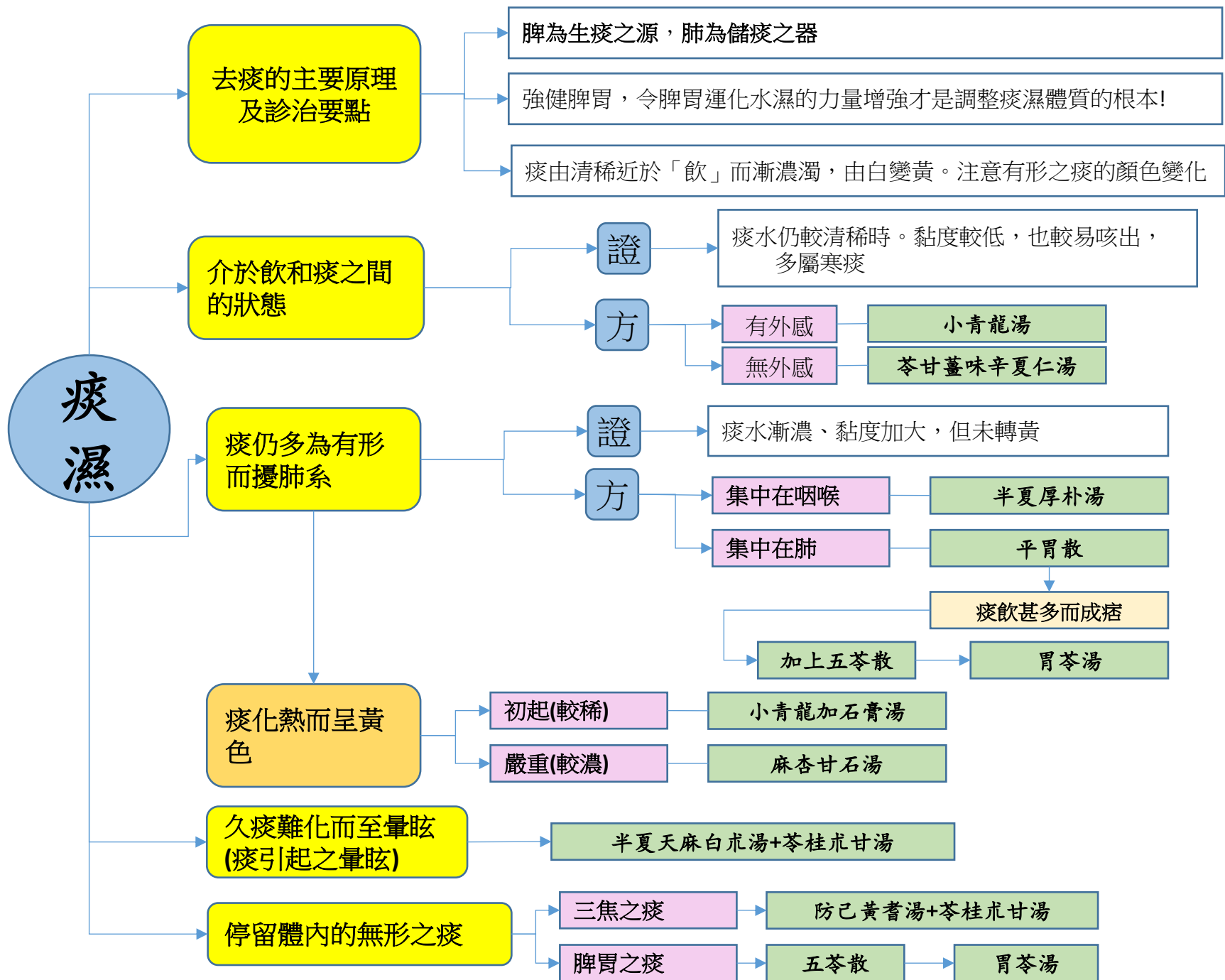
氣陷

氣逆



整體體質
調整之方劑

大醫小課



問止 大醫小課



調整燥火體質
之方劑

陽實

陰虛

陽虛

陰陽兩虛

陰實

溼熱

水泛

痰濕

燥火

血虛

血瘀

血燥

氣虛

氣滯

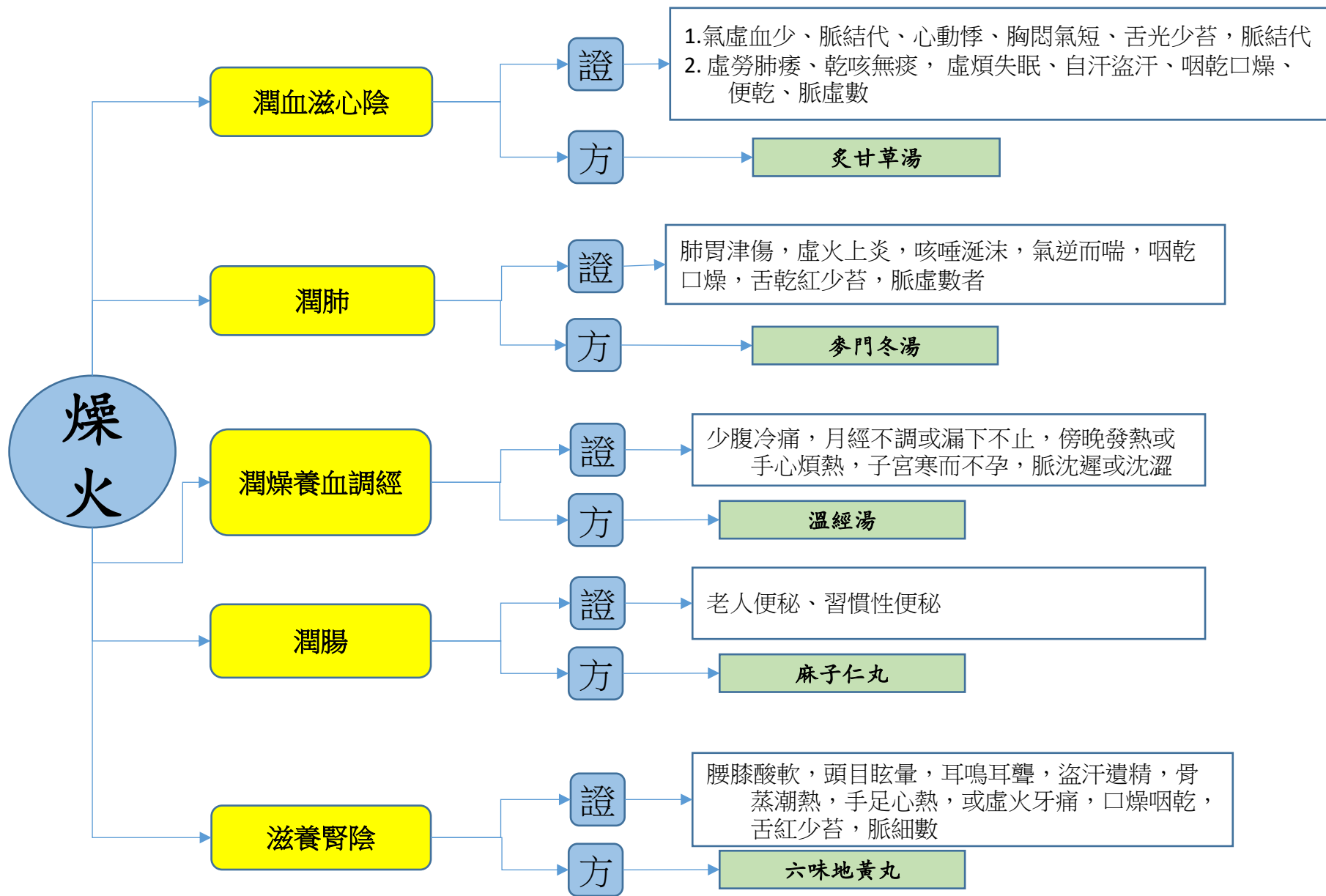
氣陷

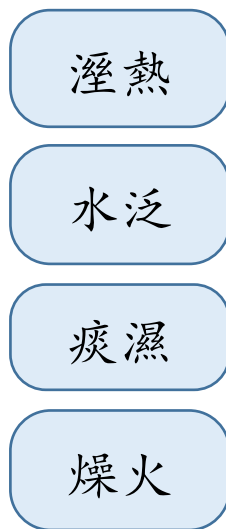
氣逆



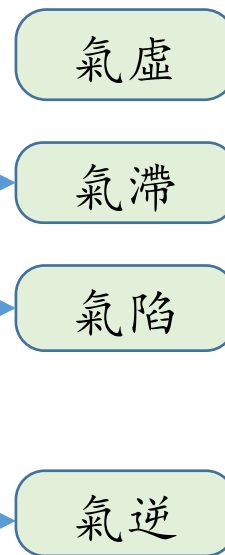
整體體質
調整之方劑

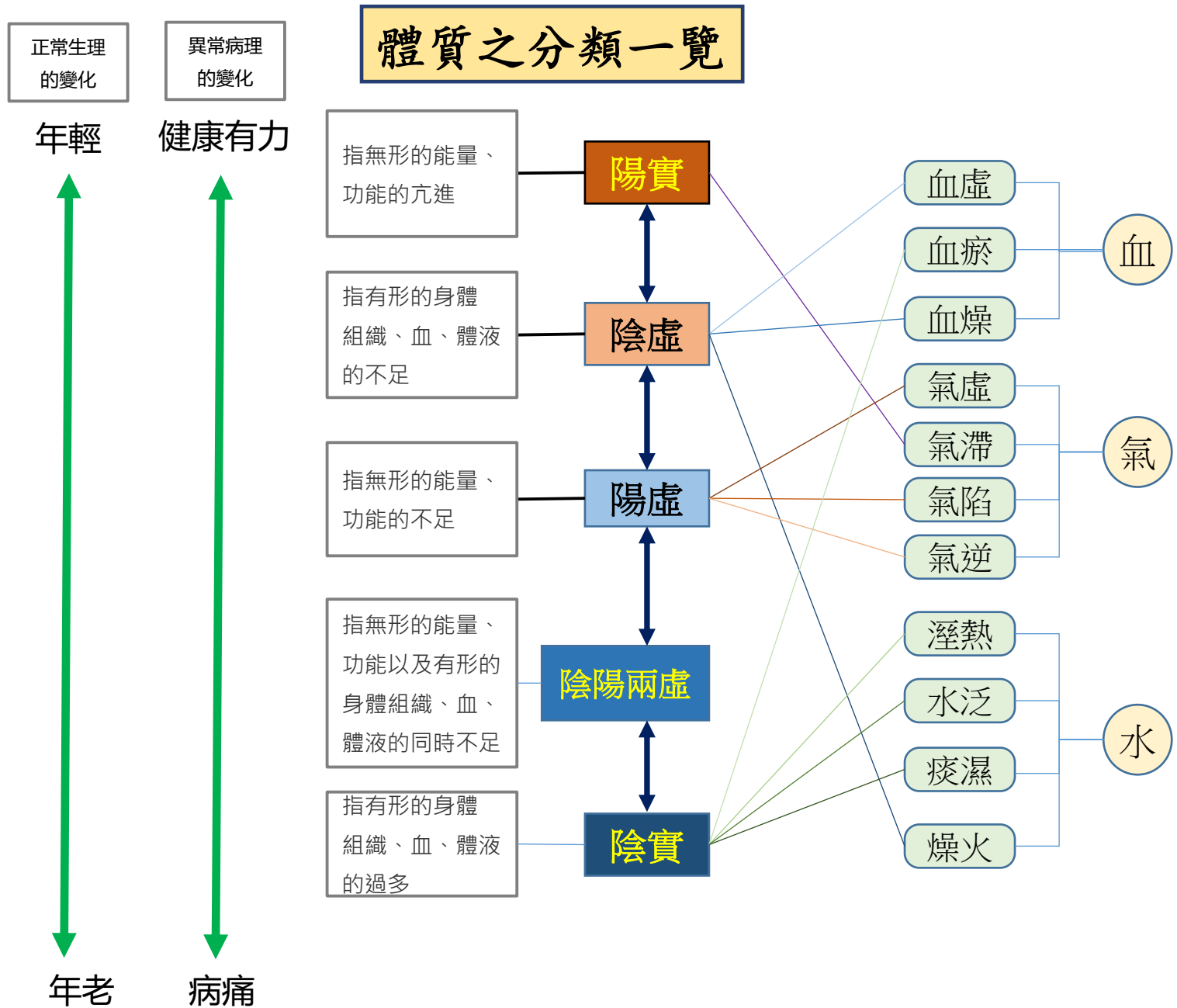
大醫小課



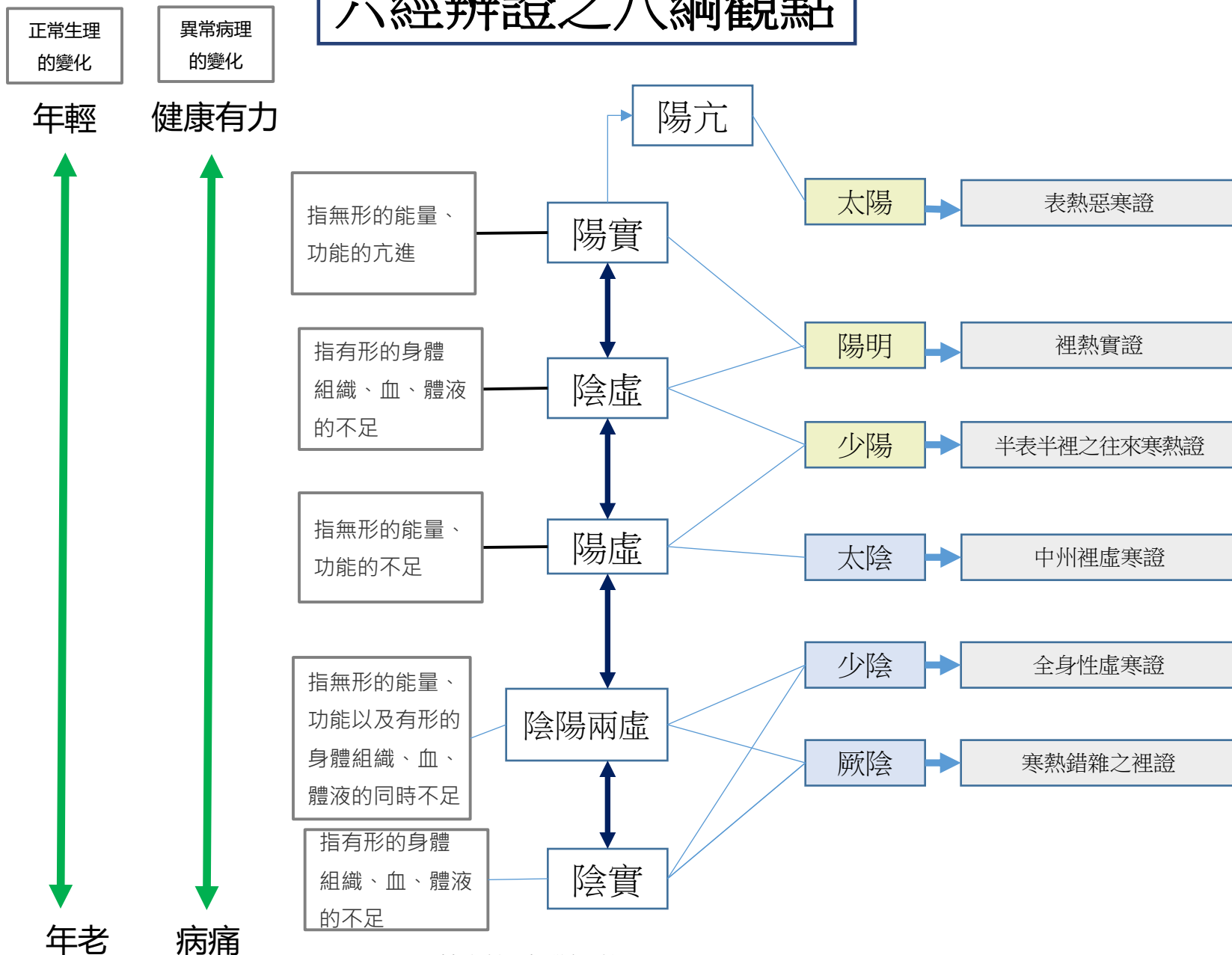


大醫小課

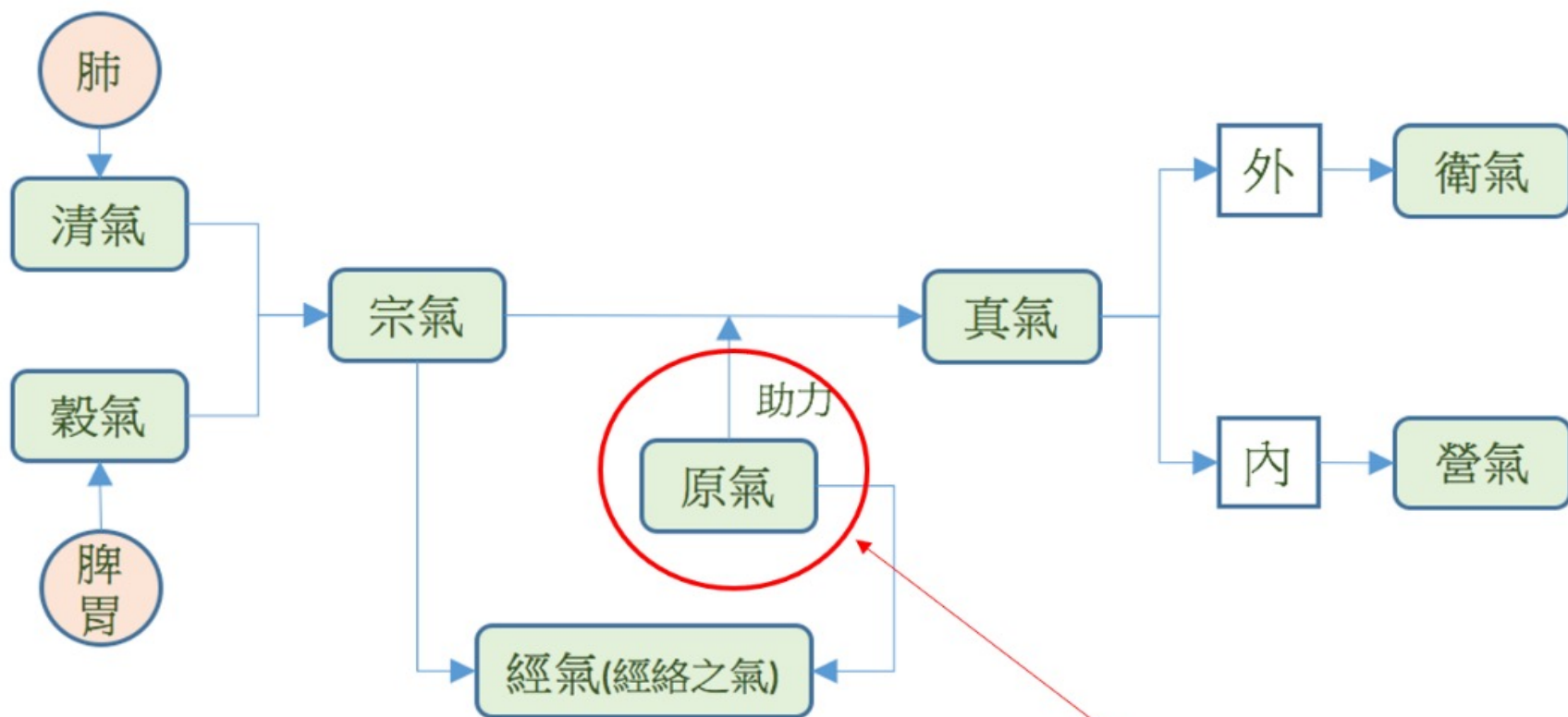




六經辨證之八綱觀點

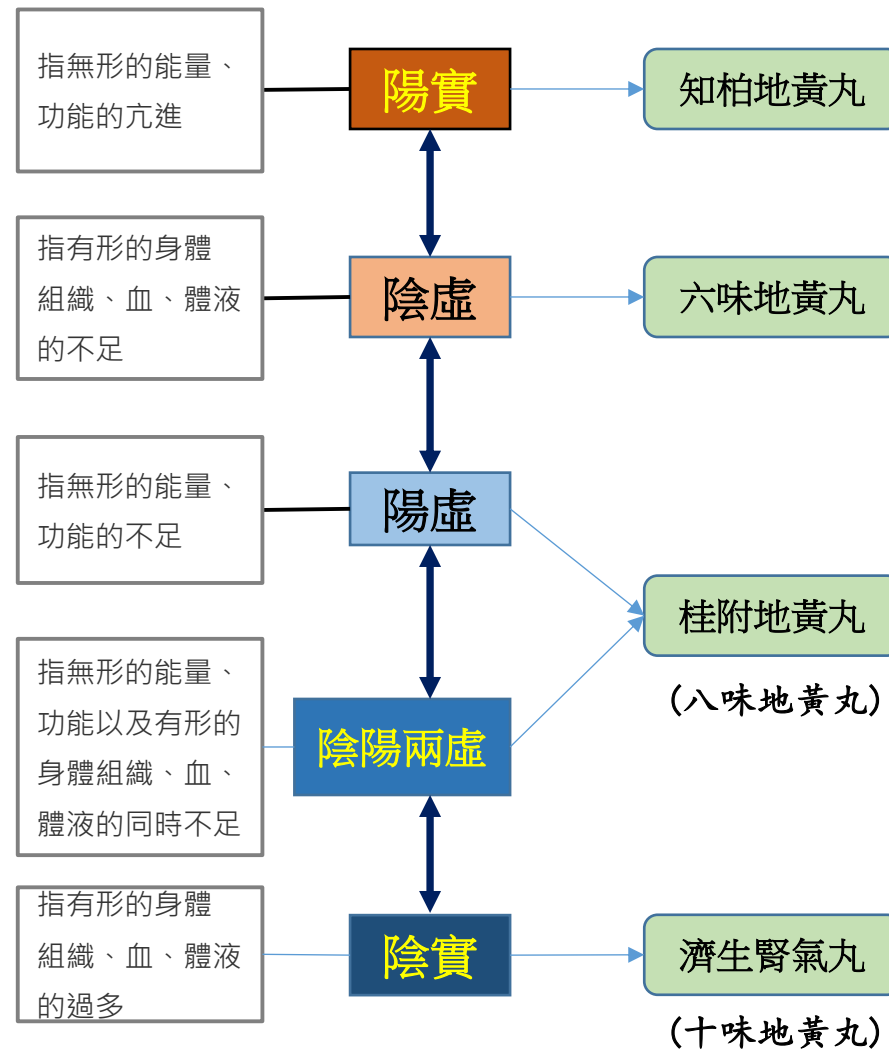


- 一身之陽虛都以腎陽虛為根本
- 一身之陰虛都以腎陰虛為根本
- (陰陽虛都源之於腎)



陰陽虛都源之於腎

陰陽虛實體質之調整方劑



地黃

山藥

山茱萸

澤瀉

茯苓

丹皮

補腎

補脾

補肝

瀉腎

瀉脾

瀉肝

菊花

枸杞子

地黃丸系列 總整理

三補

三瀉

杞菊地黃丸

肝腎陰虛所致的眩暈，耳鳴，
視物模糊，眼睛乾澀疼痛等

陰虛、盜汗、
小兒常用

六味地黃丸

+

心

熱藥

腎

肉桂

附子

八味地黃丸

(腎氣丸)
(桂附地黃丸)

手足逆冷，腰膝酸軟
小便頻數，夜尿甚擾
記憶減退，聽力衰退
耳背耳鳴，老化頗速

麥味地黃丸

肝腎陰虛所致的肺癆、咳嗽

五味子

麥門冬

黃柏

知母

知柏地黃丸

肝腎陽實火旺造成煩燥

處理下肢，利小便

牛膝

車前子

十味地黃丸

(濟生腎氣丸)
(牛車地黃丸)

雙腳無力
下肢猶寒

上善堂中醫·林大棟中醫師整理



The image part with relationship ID rld2 was not found in the file.



The image part with relationship ID rld2 was not found in the file.



調整陰陽虛實體質
之方劑

診斷心要



正常生理
的變化

異常病理
的變化

年輕

健康有力

年老

病痛

體質之分類一覽

指無形的能量、
功能的亢進

陽實

指有形的身體
組織、血、體液
的不足

陰虛

指無形的能量、
功能的不足

陽虛

指無形的能量、
功能以及有形的
身體組織、血、
體液的同時不足

陰陽兩虛

指有形的身體
組織、血、體液
的過多

陰實

血虛

血瘀

血燥

血

氣虛

氣滯

氣陷

氣逆

氣

溼熱

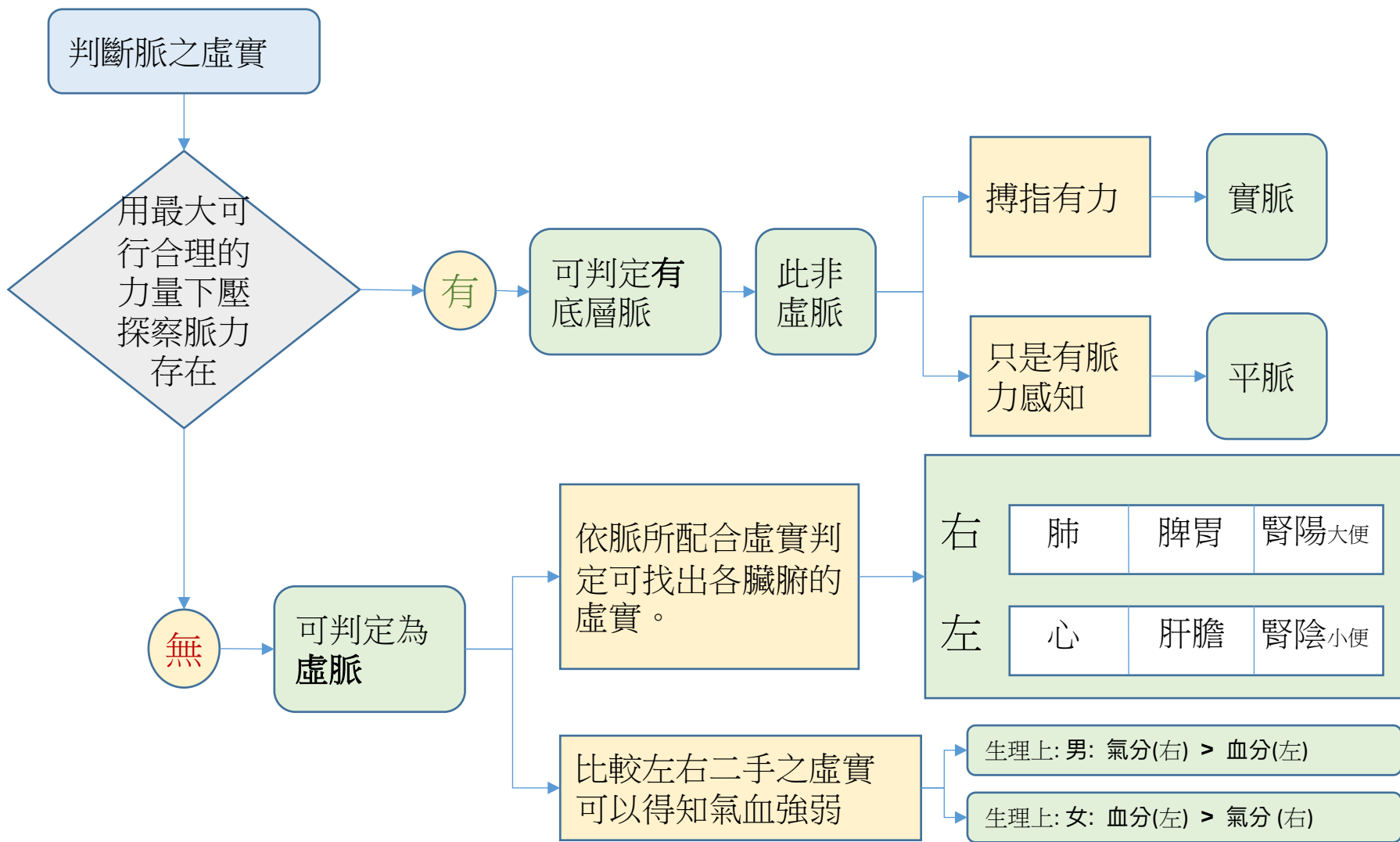
水泛

痰濕

燥火

水

	陽實	陰虛	陽虛	陰實
舌質	舌紅絳或 舌紅或紫 偏紅	舌紅，舌 形瘦薄， 有裂紋	舌淡白或 淡暗或淡 紫，胖大 有齒痕	舌暗紅或 暗紫或青 紫，帶有 瘀斑
唇		偏紅——陰 虛 偏 白——血虛		紫
舌苔	無苔或苔 黃膩，舌 面乾	無苔，舌 面乾	水滑苔	苔白厚膩， 口水很多





調整陰陽虛實體質
之方劑

案例說明

正常生理
的變化

異常病理
的變化

年輕

健康有力

體質之分類一覽

指無形的能量、
功能的亢進

陽實

指有形的身體
組織、血、體液
的不足

陰虛

指無形的能量、
功能的不足

陽虛

指無形的能量、
功能以及有形的
身體組織、血、
體液的同時不足

陰陽兩虛

指有形的身體
組織、血、體液
的過多

陰實

血虛

血瘀

血燥

血

氣虛

氣滯

氣陷

氣逆

氣

溼熱

水泛

痰濕

燥火

水

方律

整體體質
調整之方劑

年老

病痛



整體體質
調整之方劑

證

方

氣陷

【宗氣下陷】
(大氣下陷)

呼吸困難短氣、聲音無力、肺氣虛、少氣懶、氣喘、氣逆、胸口悶、胸脅苦滿、眩暈、全身倦怠

【經氣下陷】
(中氣下陷)

氣短乏力，神疲懶言，脘腹脹墜，久泄脫肛，陰挺，舌質淡胖，脈細緩無力

宗氣下陷

虛

大氣下陷而虛者的脈象成為其辨證之關鍵，即沉遲微弱，關前尤甚。其劇者，或六脈不全，或參伍不調，脈細如絲等

升陷湯

生黃耆18g 知母9g 柴胡5g，
桔梗5g 升麻3g

實

大氣下陷之實證為結胸證。
較輕者「正在心下，按之則痛，脈浮滑者」(**按了才痛**)

小陷胸湯

黃連6 半夏12 瓜蒌實20

更實

陷胸湯證更重者「結胸熱實，脈沉緊而實，心下痛，按之石硬者」(**不按就痛，按了更痛且很硬**)

大陷胸湯

大黃15克 芒硝15克 甘遂2克

有水

瀉熱開結，化飲通便。「結胸者，項亦強，如柔痙狀，下之則和」(**頸項也開始強硬了**)

大陷胸丸

大黃10g 葶藶子10g 芒硝10g
杏仁10g 甘遂4g

經氣下陷

中氣下陷之證之脫肛、子宮下垂、胃下垂、久瀉久痢。另可能兼氣虛發熱證。發熱、自汗出、渴喜熱湯、少氣懶言、肢體倦怠乏力，舌淡、苔白、脈虛軟無力

補中益氣湯

黃耆18 甘草9 人參6 當歸3 橘皮6
升麻6 柴胡6 白朮9



血虛

方

總方

氣血虛

煩躁不眠
較嚴重

月經不調

治療血虛的基礎方，
泛治各種類型的貧血，
特別是紅血球不足

當歸補血湯

以補氣方帶動生血
的作用

歸脾湯

人參、炙甘草、白朮、茯苓、黃耆、
當歸、棗仁、桂圓、遠志、木香、生薑、
大棗

月經淋漓不止

婦女偏燥偏乾瘦

婦女水濕較重

芎歸膠艾湯

溫經湯

當歸芍藥散

可把組織中水液
收回至血管，可
治血漿不足

當歸、熟地、芍藥、川芎

四物湯

當歸、黃耆

四君子湯

人參、甘草、茯苓、白朮

八珍湯

同時體質**偏寒**
偏虛較重

十全大補湯

、肉桂、黃耆

