



以药代茶，巧治百病 ——清宫中的代茶饮

文 / 北京中医药大学 张子龙 魏子楠



张子龙，博士，北京中医药大学副教授，中药学专业硕士研究生导师。中华中医药学会中药资源学分会委员，国家自然科学基金委员会同行评议专家，教育部学位中心论文评审专家，*Pharmaceutical biology*、*Natural Product Research*、《中医药导报》等审稿专家。致力于中医药文化的研究与传播，创建了“清宫医话”公众号，传承宫廷医药文化精华。

一、什么是代茶饮

代茶饮又称药茶，是指以中草药与茶叶相配合饮用，或将中草药（单味或复方）直接冲泡、煎煮，然后像茶一样饮用。其是在中医理法方药的指导下，通过辨病辨证、选方用药合制而成的一种特殊中药剂型，能够起到防治疾病、病后调理以及养生保健的功效。

二、代茶饮的历史

三国时期张揖所著的《广雅》记载：西汉以前，人们在采摘茶叶后会将其做成茶饼，冲泡时先将茶饼烤成赤色，捣末置于瓷器内加入沸水，再加上葱、生姜和桔梗，这样制成的茶可以醒酒助神。这是目前发现最早的代茶饮应用。

此后，代茶饮不断发展和创新：唐代王焘《外台秘要》提到“代茶新饮方”，并详细记载了药茶的

制作；宋代王怀隐《太平圣惠方》记载“药茶诸方”，包含葱豉茶方、石膏茶方、薄荷茶方等8首茶方；明代朱橚等人编撰的《普济方》中专辟“药茶”一篇，并阐述了药茶的适应证和饮用方法……到了清代，代茶饮的发展来到了高峰，清代宫廷常使用代茶饮；清晚期更加多见，而且种类颇多、应用广泛，深受清廷的喜爱。

三、清宫中的代茶饮

根据清宫医药档案中的记载，代茶饮按功效可分为疏风解表类、止咳类、清热类、除湿类、消导类、温中类、安神类和补益类等，经整理共有百余首。代茶饮的适用范围遍及内外妇儿、五官、皮肤、养生保健等诸多方面，精简功专、配伍有度，多由功效和主治命名，如清热泻湿代茶饮，亦有以组成命名，



如竹茹枳实代茶饮。清宫御医十分乐于将代茶饮用于养生保健和防病治病,代茶饮也深受皇族的推崇和青睐,在这里选取两个代茶饮在宫廷中的使用案例进行介绍。

(1) 四阿哥奕訢(即后来的咸丰皇帝)曾在冬季患感冒,表现为发热恶寒、咳嗽、头痛、腰酸腿软、疲乏无力、食欲不佳,经过治疗后症状明显好转,但咳嗽乏力的症状迁延不愈。御医乐泰、纪振刚开出秋梨柿饼代茶饮为他进行调理。方中秋梨清热润肺、止咳祛痰,柿饼润肺止咳,十分适用于感冒后期气阴两虚、余邪未尽导致的咳嗽,并且这服代茶饮口感甘甜、服用方便,对于小阿哥来说也很容易接受。四阿哥服

用一段时间之后就痊愈了。

(2) 慈禧太后曾因胃火炽盛、肺经风热,导致上腭咽喉疼痛。御医姚宝生采用清热代茶饮进行治疗。方中鲜青果清肺利咽、清热解毒,鲜芦根清热生津,以此达到清泄肺胃之热、生津利咽的功效。用此方代茶频频饮啜,使药液湿润于咽喉部再缓慢咽下,可在咽喉部产生持久的疗效。

四、代茶饮的现代应用

清宫代茶饮用药精准、配伍精炼、应用广泛、疗效卓著,是我国医药史上的一朵奇葩,对于现代防病治病和养生保健也具有重要的参考和借鉴意义。如陈可冀院士

曾带领课题组对出自《太医院秘藏丸散丹膏方剂》珍本的“仙药茶”(六安茶、乌龙茶、石菖蒲、紫苏叶、陈皮、泽泻、荷叶、生山楂)进行了针对高脂血症的初步研究,发现其在调脂、降浊等方面都具有一定的优势。

放眼观之,中药代茶饮以祛邪治病、防病保健为宗旨,具有饮用方便、轻灵精巧、易于接受等优点,轻浅之疾饮之可愈,危重之病饮之亦可辅助转轻。代茶饮这一古老而又独特的医疗方法凝聚了古人的智慧,在实践中证实了其功效,也可以给临床以启迪,值得深入挖掘和研究。**药物与人**