



十全大补汤的“前世今生”

文 / 北京市东城区第一人民医院 刘祖涵



刘祖涵 中/西药主管药师，中/西药执业药师，临床药师。承担处方点评、医嘱点评、科普宣传、药品不良反应上报以及带教工作，参与国家自然科学基金项目的编写和执行工作，发表核心期刊文章数篇。

在国家博物馆的中医药文化展览中，我被一味汤剂深深吸引——它的名字叫“十全大补汤”。展柜里陈列着方中各种药材，尤其是那根人参，显得格外特别。那么，十全大补汤究竟是一种什么样的汤剂呢？让我们一同走近它的“前世今生”。

一、出自哪部医书

十全大补汤最早记载于宋代的《太平惠民和剂局方》卷五，别名“十全饮”。此外，《仁斋直指》卷十五中也有记载，称其为“十补汤”。这些经典医书的记载，为十全大补汤奠定了深厚的历史基础。十全大补汤作为中医药的经典方剂，历经千年仍被广泛应用，它不仅承载着丰富的中医药文化内涵，也为现代人的健康保驾护航。

二、由哪些药味组成

十全大补汤由以下药材组成：人参（去芦）、熟地

黄、当归、黄芪、白术、茯苓（去皮）、白芍、川芎、肉桂、甘草（炙）、生姜和大枣。这些药材相互配合，共同发挥补气养血、健脾益肾的功效。

三、各药的性味归经、功效及古籍记载

人参，性微温，味甘、微苦，归脾、肺、心、肾经，功效为大补元气、复脉固脱、补脾益肺，《神农本草经》载其“主补五脏，定魂魄，除邪气，开心益智”，是补气的重要药材。

熟地黄，性微温，味甘，归肝、肾经，能滋阴补血、益精填髓，《雷公炮制药性解》提到其“活血气，封填骨髓，滋肾水，补益真阴”，是补血的重要药材。

黄芪，性微温，味甘，归脾、肺经，可补气健脾、升阳举陷、益卫固表、利尿消肿、托毒生肌，《神农本草经逢原》提到其“性虽温补，而能通调血脉，流行经络”，是补气的重要药材，增强了整个方子的补气之力。

白术，性温，味苦、甘，归脾、胃经，能益气健脾、燥湿利水、止汗、安胎，《本草汇言》称其为“扶植脾胃，散湿除痹，消食除痞之要药”，是健脾的重要药材。

茯苓，性平，味甘、淡，归心、肺、脾、肾经，可利水渗湿、健脾、宁心安神，《世补斋医书》称其为“治痰主药”，是利水消肿的重要药材。

当归，性温，味甘、辛，归肝、心、脾经，能补血调经、活血止痛、润肠通便，《本草正》提到“其味甘而重，故专能补血，其气轻而辛，故又能行血”，是补血的重要药材。



白芍，性微寒，味苦、酸，归肝、脾经，能养血敛阴、柔肝止痛、平抑肝阳，《本草求真》中提到：“赤芍药与白芍药主治略同，但白芍有敛阴养血之力。”

甘草，性平，味甘，归心、肺、脾、胃经，可补脾益气、祛痰止咳、缓急止痛、调和诸药，《神农本草经》提到其“坚筋骨，长肌肉，倍力”，是调和方中药性的重要药材。

川芎，性温，味辛，归肝、胆、心包经，能活血行气、祛风止痛，有“血中之气药”之称，可通达气血、化瘀止痛。

肉桂，性大热，味辛、甘，归肾、脾、心、肝经，能补火助阳、散寒止痛、温经通脉，是治疗下元虚衰的重要药材。

四、方义分析

十全大补汤的配伍精妙，各药材相互配合，共同发挥强大的补益作用：①人参与熟地黄。一补气，一养血，气血双补，为方中君药。②白术、茯苓。健脾渗湿，协助人参益气补脾，增强脾胃运化功能。③黄芪。助人参大补肺脾之气，提升机体的整体气虚状态。④当归、白芍。养血合营，助熟地黄补益阴血，改善血虚症状。⑤川芎。活血行气，使补而不滞，促进气血运行。⑥肉桂。温肾散寒，扶助元气，增强方剂的温补作用。⑦生姜、大枣。作为引子，调和脾胃，引导药力更好地发挥作用。

全方共奏益气补血、养血安神的功效，适用于多种气血两虚的症状。

五、什么病证适合服用十全大补汤

十全大补汤性温而不热，平补有效，养气育神，醒脾止渴，扶正辟邪，温暖脾肾。适用于以下症状：男子、妇人诸虚不足，五劳七伤，不进饮食，久病虚损，时发潮热，气攻骨脊，拘急疼痛，夜梦遗精，面色萎黄，脚膝无力。一切病后气不如旧，忧愁思虑伤动血气，喘嗽中满，脾肾气弱，五心烦热，并皆治之。

六、现代临床应用

1.用于月经过少者

妇女以血为主，气血亏虚、冲任血海空虚会导致月经过少甚至闭经。十全大补汤通过补气生血，使气血充盈，胞宫得以濡养，从而恢复月经量。可再添加山药、益母草、香附等药材，增强益气健脾、活血调经的作用。

2.用于疾病或手术造成气血两虚的患者

例如骨折手术患者，术后气血两虚，十全大补汤可补气生血，抑制血红蛋白丢失，改善术后贫血；还可起到抗炎、促进骨折愈合、减少并发症及促进康复等作用。

3.用于白细胞减少症

白细胞减少症属于中医“虚劳”“血虚”的范畴。其病因主要包括：①先天不足，肾气素虚，主骨生髓功能减弱，精血难以化生；②后天失养，脾胃运化无力，生化之源不足，不能化生气血；③服用某些药物，抑制骨髓造血功能；④在治疗肿瘤的过程中应用放疗和化疗手段对白细胞产生同步杀伤作用等。十全大补汤具有温补气血的作用，对白细胞有提升之力，既能补气，又可生血；既升白细胞，又增红细胞。

七、用药须知

十全大补汤适用于气血两虚且体内寒气较重的患者，其他患者不宜服用，否则容易引起上火等不良反应。体内有湿热、实热及阴虚火旺者不宜服用。夏季不建议使用此汤剂，以免燥热伤身。

考虑现代人的体质，十全大补汤里的人参也可用党参替换，如制剂十全大补丸和十全大补膏用的都是党参。还可以根据需求换成太子参，太子参补气健脾，生津润肺，药效更加平稳，且不良反应比人参小。

十全大补汤作为中医药的经典方剂，历经千年仍被广泛应用。它不仅承载着丰富的中医药文化内涵，也为现代人的健康保驾护航。希望这篇文章能帮助您更好地了解十全大补汤，合理应用。