



四物汤的全方位解读

文 / 天津市北辰区中医医院 申永叶



申永叶 初级中药师。

2024级中国中医科学院西苑医院中药临床药师培训学员（肿瘤方向）。目前主要从事中药处方点评、用药咨询以及合理用药科普宣传等相关工作。愿不断精进专业技能，为促进临床合理用药和中医药传承发展贡献力量。

四物汤被赞誉为“补血调经之主方”，以精妙的组方、广泛的应用和独特的疗效，深受历代医家推崇，并且在现代医疗实践中依旧发挥着重要作用。

一、四物汤的前世今生

四物汤的起源可以追溯到唐朝。在蔺道人所著的《仙授理伤续断秘方》中，它用来治疗外伤瘀血作痛。至宋代被收载于《太平惠民和剂局方》后，四物汤才真正声名远扬，广泛应用于临床。此后，它逐渐发展成为调理妇科疾病、补血调经的经典方剂，在妇科领域大放异彩。

四物汤由当归、川芎、白芍、熟地黄组成，看似简单，实则配伍精妙。当归作为君药，味甘，性温，归肝、心、脾经，具有补血活血、调经止痛的功效，为补血要药。川芎和熟地黄共为臣药。川芎味辛，性温，归肝、胆、心包经，能活血行气、祛风止痛，与当归搭配，在补血的同时还能避免血液瘀滞。熟地黄味甘，性温，归肝、肾经，擅长滋阴补血、填精益髓，和当归一起，增强了补血的效果。白芍作为佐药，味苦、酸，性微寒，归肝、脾经，能养血柔肝、缓急止痛，进一步提升了全方补血的作用。这四味药相互配合，共同发挥补血活血、调经养颜的功效，对血虚引发的各种病症都有显著疗效。

二、四物汤的加减运用

四物汤之所以备受青睐，除了其基础配方的精妙，还在于它的灵活性。中医讲究辨证论治，根据患者不同的病症和体质，四物汤可以进行巧妙的加减变化，以适应不同疾病的治疗需求。

● 二连四物汤：在四物汤的基础上加入黄连和胡黄连，这两味药具有清热燥湿的作用，专门用于治疗妇人血虚发热、口舌生疮以及闭经等症状，能有效缓解血

虚内热引发的各种不适。

● 加料四物汤: 加入防风、黄芩等药材, 可以增强清热凉血的功效, 治疗血热导致的身體瘙癢、疮腫等症狀效果較好。

● 阿膠四物湯: 阿膠不僅滋陰補血, 還能潤肺止咳, 加入阿膠可以提升補血潤肺的功效。

● 紅花四物湯: 在方基礎上加入紅花, 主要針對婦女手臂疼痛等血瘀症狀。紅花活血化瘀的能力較強, 能增強四物湯活血止痛的效果。

除了上述幾種, 還有黃連四物湯、活血四物湯、催生四物湯等眾多加減方。這些方劑都是在四物湯的基礎上, 根據具體病症進行靈活調整, 充分體現了中醫辨證論治的精髓。

三、四物湯的臨床應用

四物湯的應用範圍十分廣泛, 不僅僅局限於婦科疾病, 在內科、外科、骨傷科等多個領域都能看到它的身影。

1. 婦科疾病

在婦科疾病的治療中, 四物湯是常用方劑。月經不調、痛經、閉經、產後血虛等病症, 它都能應對。其補血活血、調經止痛的功效, 能有效緩解女性因血虛或血瘀引起的各種不適, 幫助女性恢復生理健康。

2. 內科疾病

在內科領域, 四物湯可以用於治療貧血、疲勞無力、食慾不振、神經衰弱等因血虛導致的症狀。通過補益氣血, 它能提高機體免疫力, 增強體質, 改善內科疾病患者的整體狀況, 讓患者恢復元氣。

3. 外科與骨傷科疾病

對於跌打損傷、手術後恢復期的患者, 四物湯能發揮補血生新的作用, 促進傷口癒合, 幫助身體恢復, 是外科和骨傷科患者輔助治療的有效藥物。

四、使用注意事項

雖然四物湯功效顯著, 但在使用的過程中, 為了確保安全有效, 需要注意以下幾個方面。

1. 辨證施治是關鍵

中醫強調辨證施治, 每個人的病情、體質、年齡等情況都不同, 用藥也需因人而異。所以, 在使用四物湯

之前, 一定要經過專業中醫師的辨證, 不可自行隨意用藥。比如: 熱性體質或者容易上火的人, 可能需要適當減少川芎的用量; 虛寒體質的人適合用熟地黃, 而熱性體質的人則更適合生地黃。

2. 掌握正確服用方法

四物湯一般採用煎服的方式, 具體用量要嚴格按照醫囑調整。煎藥時, 先將藥材洗淨, 加入適量清水浸泡30分鐘, 接着用武火煮沸, 然後轉成文火慢煎約30分鐘, 最後取汁150~200毫升。每日服用1~2次, 建議在飯後半小時服用, 這樣可以減少對腸胃的刺激。如果需要長期服用, 應根據病情變化及時調整劑量和療程。

秋冬季節是人體儲藏能量、滋補身體的好時機, 此時外界氣候轉涼, 人体会自然地减少散热以增加能量储备, 服用四物汤能更好地发挥其滋补作用。另外, 月經結束後, 女性身體需要恢復和調節, 這個時候服用四物湯, 可以幫助補血養血, 通常建議在月經結束後連續服用7~10天。

3. 明確禁忌與慎用人群

孕婦要慎用四物湯, 因為方中的當歸、川芎等藥材具有活血作用, 可能會引發流產或早產。月經過多的女性也不宜服用, 以免加重出血症狀。體質偏熱、容易上火的人群需要慎用四物湯, 否則可能會加重內熱症狀。患有高血壓、糖尿病等慢性疾病的患者, 在服用四物湯前, 一定要諮詢醫生的意見, 避免藥物相互作用。此外, 對四物湯中任何一味藥材過敏的人都要禁用。

4. 注意飲食調整

在服用四物湯期間, 飲食上也要格外注意。應避免食用生冷、辛辣、油膩等刺激性食物, 以免影響藥效。建議多吃富含鐵質、蛋白質和維生素的食物, 比如瘦肉、動物肝臟、綠葉蔬菜等, 這些食物能夠輔助補血養血, 增強四物湯的效果。

5. 密切監測病情變化

在服用四物湯的過程中, 要密切觀察自身病情的變化。如果症狀改善不明顯, 或者出現了新的症狀, 應及時就醫, 調整治療方案。

四物湯作為中醫經典名方, 承載着千年的智慧和經驗。唯有在辨證施治的前提下科學服用, 才能充分發揮它的功效, 讓它為我們的健康保駕護航。