



龙胆泻肝汤： 肝胆湿热的“清道夫”

文 / 云南省镇沅彝族哈尼族拉祜族自治县人民医院 王婧馨



王婧馨 主管中药师，执业中药师。

毕业于江西中医药大学，
2024级中国中医科学院西苑医院
中药临床药师培训学员。

目前主要从事中药房日常管
理、处方点评、医嘱审核、用药咨
询等工作。致力于推动工作重心
从“药品供应保障”向“临床药学服务”转型，全方位
守护患者用药安全。

龙胆泻肝汤源自《医方集解》，以精准的配伍、显著的疗效，成为应对肝胆湿热的经典良方。今天，我们就用通俗的语言拆解它的组方、功效、适用人群及服用注意事项，带大家真正读懂这味古老而实用的中药方剂。

一、龙胆泻肝汤的组方

龙胆泻肝汤的核心组方由十味药构成：龙胆草、黄芩、栀子、车前子、泽泻、木通、当归、生地黄、柴胡和甘草。这十味药各司其职、协同作战，专门针对身体里的“肝胆湿热”问题发力。

作为方剂的核心，君药龙胆草兼具泻肝胆实火、利肝胆湿热的双重功效，精准直击病机，是方剂发挥作用的关键。黄芩和栀子共为臣药。二者性味苦寒，既能泻火解毒，又能燥湿清热，可辅助龙胆草增强清热除湿的效果。

中医治疗湿热的核心思路之一是通过排尿将湿热之邪排出体外。泽泻、木通、车前子恰好承担了这一角色。作为佐药，它们能引导体内湿热顺着水道排出，进一步提升清热祛湿的成效。

而在方剂中加入当归和生地黄，既能养血又能滋阴，确保在清除邪气的同时，不损伤体内的正常阴血，实现“祛邪不伤正”的效果。柴胡既能舒畅肝胆之气，帮助肝脏恢复舒展状态，又能引导其他药物精准作用于肝胆经络。

最后一味药甘草，堪称方剂中的“调和者”。它能缓和其他药物的苦寒之性，让所有药材和谐配伍、协同发力，同时还能保护脾胃，减少苦寒药物对胃肠道的刺激，如同给脾胃穿上一层“防护衣”。

二、龙胆泻肝汤的功效

肝胆湿热一旦形成，会顺着肝经蔓延至全身，引发

一系列症状。龙胆泻肝汤正是以清泻肝胆湿热为核心，缓解这些由湿热侵袭导致的不适。

当湿热顺着肝胆经络向上蔓延至头面部时，会导致头部气血运行受阻，出现头晕、胀痛；湿热灼伤眼目，会导致眼睛发红、视物模糊；灼伤津液导致胆汁上逆，会出现口干、口苦；阻滞耳部清窍，则会引发耳鸣，长期湿热滞留还可能损伤听力，甚至导致耳聋。

当湿热阻滞肋肋部时，会导致局部气血不畅，出现肋肋胀痛、刺痛或灼热感，这也是肝胆湿热的典型症状之一。

当湿热下注时，会影响泌尿生殖系统。男性可能出现阴囊潮湿、瘙痒，小便短赤（尿量少、颜色深黄）、浑浊；女性则可能出现白带增多、色黄黏稠、带有异味等问题。

三、龙胆泻肝汤的适用人群

龙胆泻肝汤适用于“肝胆湿热证”的人群。具体表现包括：口干、口苦、肋肋胀痛、目赤肿痛、耳鸣、耳聋、小便黄赤、舌红苔黄腻等。如果你经常出现以上表现，可在中医师辨证后考虑使用龙胆泻肝汤。

在准确辨证为“肝胆湿热证”的基础上，龙胆泻肝汤还常被用于治疗以下多种疾病：

- 泌尿生殖系统疾病：湿热带下、细菌性阴道炎、外阴瘙痒症、女阴硬化萎缩性苔藓、前列腺炎、尖锐湿疣、急性淋病、急性膀胱炎、会阴部慢性湿疹等。
- 皮肤疾病：带状疱疹、荨麻疹、湿疹、痤疮、疖病等。
- 其他疾病：高血压（肝胆湿热型）、急性传染性结膜炎、流行性出血性结膜炎、病毒性结膜炎、单纯疱疹病毒性角膜炎、睑腺炎等。

四、龙胆泻肝汤服用注意事项

龙胆泻肝汤虽疗效显著，但绝非“万能药”，使用时需牢记以下几点，避免误用伤身。

首先，必须遵循辨证施治原则，切勿自行用药。需要注意，并非所有头晕目赤、耳鸣耳聋都适合用龙胆泻肝汤。若症状源于其他病因（如肝肾阴虚、风寒感冒等），或体质不适合（如脾胃虚寒者），服用后不仅无法缓解症状，还可能加重病情或引发不良反应。因此，务

必在医生或药师的指导下使用。

其次，方剂可根据个体情况灵活调整配伍。医生会根据患者的具体症状，在原方基础上加减药物。例如：若伴有虚热症状，可加入知母、黄柏、地骨皮等清退虚热；若有胁痛、乳房胀痛等肝气郁结表现，可加入郁金、川楝子等疏肝解郁；若存在头晕目眩、失眠多梦等血虚症状，可加入酸枣仁、柏子仁等养心安神。

最后，服药期间需注意生活调理。饮食上要避免烟、酒及辛辣刺激食物，保持清淡饮食，多吃蔬菜、粥品等易消化食物，以免加重体内湿热或影响药效。生活中要保证充足睡眠，避免熬夜，适当进行温和运动。同时，保持情绪稳定，避免过度劳累，这些都能为身体康复提供助力。

龙胆泻肝汤的组方既体现了“祛邪为主”的治疗思路，又兼顾了“顺应脏腑特性”的中医智慧，是中医辨证施治理念的生动体现。但是需要牢记：中药的疗效建立在“辨证”的基础上，若盲目用药可能适得其反。因此，如果你正被肝胆湿热相关症状困扰，建议及时就诊，由专业中医师进行辨证。唯有将科学用药与合理的生活调理相结合，这味经典方剂才能真正发挥作用，帮助身体恢复阴阳平衡。

张颖与王

