

在《伤寒论》中邂逅猪肤汤

《伤寒论》是东汉医圣张仲景所著，但凡学中医者，《伤寒论》乃必学之医典。在《伤寒论》中记载了两味养津血的动物的皮入药：阿胶（驴皮熬制而得）和猪皮，医圣留给我们的是一则猪皮入药也入食的纯食品性方剂——猪肤汤：既可治病又可美容补血！

《伤寒论》原文：少阴病，下利，咽痛，胸满，心烦者，猪肤汤主之。

【用法】猪肤 1 斤，以水一斗，煮取五升，去滓，加白蜜一升，白粉五合，熬香，和令相得。温分六服。

【功效】引少阴之虚火下达。甘咸润纳。

【主治】少阴病，下利，咽痛，胸满，心烦。

猪肤即猪的皮肤，猪皮是也；白粉即大米粉或粳米粉；白蜜即蜂蜜。

此方是足少阴肾经方药。有滋阴降火，纳气归肾之功，主治肾阴虚、相火离位引起的咽喉疼痛、闹心胸满等症，尚兼有和中益气之功。

久病劳伤，肾精亏耗，虚火上浮，伤于咽喉，症见咽痛、音哑、胸满、心烦。而咽喉两侧是足少阴经脉所走的地方，所以是少阴病了。猪皮，甘润微寒，清热养阴利咽，养血止血。《本草纲目》载：“治少阴下痢、咽痛。”《医学入门·本草》载：“治伤寒客热，下痢、咽痛，胸满心烦。”又足少阴经属肾，猪乃水畜，也属肾，肾水相济，猪皮乃皮，肺主皮毛，猪皮养肺肾之阴；白蜜甘平凉润养阴润燥，猪肤、白蜜合用，阴液得复虚火得降，滋肾润肺清心，咽痛胸满心烦得治；白粉甘缓和中，扶脾益气止痢，加之米粉炒香，止泻之功更甚。三药合用，方简力胜，肺肾得滋，咽喉得养，津生热退，烦除痛止，共奏滋阴润燥、和中止痛之效。

猪肤汤主治少阴咽痛，应用时要注意症状：咽痛但不红，音哑但无肿，并伴咽干烦热，舌红脉细等阴虚火旺的特征。猪肤汤加玉蝴蝶、沙参、玄参、浙贝、陈皮各 15 克，煲 15 分钟服用，润肺养阴利咽，尤其适合治疗肺肾阴虚，虚火上扰导致的慢性咽炎、失音。

在查阅资料时，曾看到邓铁涛先生化裁猪肤汤治疗一例 22 岁男性手足皲裂症者：冬春皆发，裂处肿痛不明显，但创口愈合较难，无其他症状，舌脉亦无明显

显异常。邓老开具：猪肤 60g、百合 15g、黄芪 15g、淮山药 15g，另用羊油外用涂擦患处，服 4 付即愈。此中机理邓老认为其肺肾阴伤、脾气虚弱，故不能生肌润肤，而猪肤汤能润肺肾脾三脏，切合病机，可治此病。以猪肤为君，百合为臣（即代白蜜），润肺达表；黄芪、山药（代米粉）为佐使增健脾之功，又借黄芪能走于表，鼓舞津液敷布于肤，达米粉所不能及，从而治疗手足皴裂。学习此医理，深为邓老的独具匠心感叹。

在《中国社区医师》收录有传承创新的猪肤汤经方新用：

猪肤汤加玄参 30g，鸡蛋清 2 个，治疗慢性咽炎。

猪肤汤加阿胶 15g，龟板 30g，鹿胶 10g（烊化），何首乌 30g，生地 30g，养髯美容，亦可治脱发白发。

其实《伤寒论》中详细记载有猪皮“和气血、润肌肤、可美容”的功效，近年来亦多运用猪肤汤滋润肌肤，亮泽头发，减少皱纹，美容养颜。猪肤乃皮，猪肤汤可谓是以皮治皮，以肤养肤，新阿胶即是以猪皮熬制而得，滋阴益血，疗效与阿胶相似，用猪肤汤美容养颜养个好气色，还是个正在流传开来的秘密。

那该如何做出一锅美美的猪肤汤呢？

猪肤汤的制作：

原料 猪肤 250g、白粉 100ml、白蜜 200ml、纯净水 2000ml。

1. 白粉

取大米 1000g，冷水浸泡大约 10 小时，取出控干水分，用擀面杖擀碎成粗粉，或者用破壁机碎为粗粉，后置锅中文火炒约 5 分钟，炒至米粉由白转淡黄，香气逸出，停火，取出备用。注意炒制中勤翻动，免炒糊。

2. 猪肤 取猪皮 250g，除残毛，刮洗干净，然后整块皮以沸水煮 5 分钟，捞出，再刮掉内层肥白油脂，仅留下薄薄猪皮，切条，放入 2000ml 水中大火煮开后文火慢炖，熬至汁浓约 1000ml，停火，捞出猪皮，汁液中加入炒好的米粉、蜂蜜，搅匀，小火熬香即得。注意油脂一定要刮净，否则油脂滑肠，对便溏的人不宜。

一匙猪肤汤，香甜润肤，治现下这夏日的高热汗多伤阴、口渴燥热、咽干疼痛、心烦意乱，在秋冬干燥季节还可酌加麦冬、沙参、玉竹滋阴润肺之品，做成一盅新猪肤汤，滋阴润燥，美容养颜。

在临床上，我们可以观察到大多数晚期肿瘤患者骨瘦如柴，面容憔悴，而食

补猪肤汤，可以给予患者身体蛋白质、脂肪的营养需要，还可以治疗他们发热过程中可能出现的咽痛、口腔溃疡、烦躁不安、腹泻等，根据病人的体质，临床医生可以酌情建议服用猪肤汤。

猪肤汤服用也颇有讲究，不是一饮而尽，而是少量多次，“浅酌低唱”，仲景方言：温分六服。养颜我个人建议，一日三次，每次一匙（约 30ml），空腹温服。

近年还有研究发现，单服猪肤汤还有养血生发、升血小板之功，恰逢一洛阳朋友，女性，熊猫血—RH 阴性 O，血小板持续降低，找我问除了输血小板，还有无食疗方，遂推荐猪肤汤。

特别提醒：治病又养颜的猪肤汤也不是大众咸宜，有实火和便溏（即拉肚子）的人不适合。