

庞氏医话

三仙汤治疗乏力症

乏力是临床上最多见的主诉症状之一。现代人工作繁忙，生活压力大，饮食不规律，很多人会出现乏力的症状。正常情况下，人体乏力，经过休息可以调整过来；病理状态下，乏力则不能恢复正常，轻者表现为精神差，四肢无力，活动后症状明显，不能进行体力劳动，严重者精神萎靡，气短懒言，浑身无力，嗜睡少动等症状。乏力症多见疾病有肺结核、心内膜炎、肝炎、抑郁症、甲减、低血钾、糖尿病、淋巴瘤，重症肌无力，重金属中毒、缺铁性贫血以及慢性疲劳综合征等。

中医对乏力症的认识历史悠久，《素问·平人氣象論》称为“解体”，《灵枢·海论》称为“懈怠”，《灵枢·寒热病》称“体惰”。乏力是临床上极为常见的症状，几乎各种急慢性病证，均可出现不同程度的疲乏。中医认为乏力症原因主要包括外感时邪、七情内伤、劳累过度、饮食无常、体质虚弱等。乏力症发生、发展与肝脾肾功能失调关系尤其密切，盖肝为“罢极之本”，主筋；脾为后天之本，主运化、主肌肉；肾藏精，为先天之本、作强之官。治疗上益气健脾、调畅肝气、补肾益精等法。

近年来，余于临床接诊乏力症患者众多，除使用补中益气汤、归脾汤、升阳益胃汤、参苓白术散外，三仙汤加味是余最常用的方剂。查阅文献，三仙汤方名可见于《东医宝鉴·杂病篇·卷七》，由苍术四钱、干地黄二钱、牛膝一钱组成，是一首主治山岚瘴气，时行瘟疫的方剂，其方与现代三仙汤相去甚远。三仙汤得名应与该方由仙茅、仙灵脾、仙鹤草组成有关，是一首流传颇广的方剂，据报道国医大师干祖望先生首提“三仙汤”并用于疲劳综合症及亚健康的调理，该方也是国医大师郭子光的亚健康调理方。余最早接触该方约于十多年前，最初也是看到该方组方独特和报道称其堪称“大力神”饮料引起兴趣并用之于临床。

三仙汤中仙茅别名黄茅参，性温，味甘、辛，入肾肝二经，有补

肾阳、强筋骨、祛湿寒、明目、益精止血、解毒消肿之能，《海药本草》云其：“主风，补暖腰脚，清安五脏，强筋骨，消食。”；仙灵脾又称淫羊藿，性温，味辛，入肝、肾经，《本草纲目》记载仙灵脾“益精气，坚筋骨，补腰膝，强心力”；仙鹤草又名脱力草，性味苦涩而平，功能主要是收敛止血，通常广泛应用于吐血、咳血、衄血、便血、尿血、崩漏等身体各部分出血之症，无论寒热虚实皆可单用或配伍应用。另外，仙鹤草还有一个重要的功能就是强壮扶正补虚，正如干祖望所说：“凡人精神不振、四肢无力、疲劳怠惰或重劳动之后的困乏等，土语称‘脱力’。”，现代著名中医药学家叶橘泉在其编著的《现代实用中药》中概括仙鹤草的功能“为强壮性收敛止血剂，兼有强心作用。”三味药共同之处都具有扶正补虚，强筋强壮的作用，对于脱力劳伤、神疲乏力、面色萎黄、气虚自汗、心悸怔忡等症具有良好的疗效。

余于临床常用三仙汤加味治疗乏力症，尤其对于具有阳虚表现的患者基本首选三仙汤，临证处方常根据患者不同症状与它方联合，如气虚明显者合生脉散，血虚明显者合四物汤、或归脾汤，脾虚湿困者合参苓白术散，均收到较好效果，兹录两例分享如下：

病例一：

梁为力，男，35 岁，联系电话：18607897529，就诊时间：2023-4-3 仁爱医院初诊。

主诉：头晕、乏力 3 月余。

现病史：患者诉 3 月前“阳康”后出现头晕、乏力，行走时头脑昏沉，近两日来怕冷，偶有胸闷心慌，入夜明显，易受惊，晨起口干口苦，纳可，寐欠佳，易醒。二便调，舌暗苔薄，脉沉滑。

既往史：2023-3-18 于广西国壮壮医医院查胸部 CT 提示两肺上叶尖后段间隔旁型肺气肿；扫及轻度脂肪肝。

诊断：乏力症

处方：三仙汤加味

仙 茅 15g	仙灵脾 15g	仙鹤草 30g	黄 芪 30g
太子参 20g	麦 冬 15g	五味子 15g	桂 枝 15g
龙 骨 25g	牡 蛎 25g	大 枣 25g	朱茯神 15g

合欢花 12g 夜交藤 30g 生 地 20g 百 合 20g
炙甘草 10g

柴付，日 1 付，水煎服，2 次/日

二诊：2023-4-10

前症复诊，患者诉服药后症状明显缓解，近日食欲明显增强，时有口干口苦，纳可，寐欠佳，午后心慌，大便溏，小便正常，舌暗苔薄，脉沉弦。

处方：2023-4-3 方加柴胡 15g、白芍 15g 。

病例二：

卢红云，女，35 岁，联系电话：15977726522，就诊时间：2023-3-13 仁受分院初诊。

主诉：全身不适 2 周。

现病史：患者自诉阳康后（复阳过）头晕头痛头胀，乏力，爬楼梯易气喘，畏风，喜热饮，手脚麻木，暖气，打嗝，反酸，偶有两肋痛，腹痛，呈阵发性针刺样痛，太阳穴胀痛，喉中有白痰，纳寐一般，小便调，大便偶有偏烂，舌暗，苔白，脉 数。情绪波动大。

既往史：慢性胃炎；胆汁反流。

诊断：虚劳

处方：黄芪建中汤+三仙汤

黄 芪 30g 桂 枝 15g 白 芍 12g 大 枣 15g
党 参 15g 麦 冬 12g 五味子 15g 仙鹤草 30g
仙 茅 15g 仙灵脾 15g 枸杞子 15g 木 香 12g
砂 仁 10g 茯 苓 15g 白 术 15g 陈 皮 12g
朱茯神 15g 合欢花 12g 夜交藤 30g 炙甘草 15g

柴付，日 1 付，水煎服，2 次/日

随访：患者自诉服药后症状改善，无头痛，头晕仍有，择期复诊。

2023 年 4 月 23 日