

古老的生化湯

婦女 產後調理之寶



文／中醫婦科 醫師 謝淑鳳 楊育書 蘇珊玉、主任 曹榮穎

生化湯是婦科臨床，尤其是產後調理的常用基本方，許多民眾在坐月子時會自行至中藥房抓幾帖服用，也有些長輩在探視產婦時，手裡就提著幾帖生化湯。

生化湯的歷史到底有多久了呢？其來源莫衷一是。有人考證最早見於明朝張景岳在《景岳全書·婦人規古方》中記載的「錢氏生化湯」，但錢氏所在年代為何？有人說是明朝錢氏所藏的《胎產秘書》；也有學者認為是南宋時，紹興錢氏女科家傳秘方。另一種說法為出現於清代《竹林寺女科二種》一書，蕭山竹林寺已有千餘年歷史，此方為竹林寺女僧代代相傳之方，後刊於清乾隆36年。姑且不論宋代是否已有生化湯，張景岳（1563-1640）能將此方收錄，顯然生化湯至少在350年前就存在了。

生化湯也有分身？

歷經數百年演變，坊間出現許多劑量不同或加減不同藥物的生化湯（如附表），然綜而觀之，生化湯主要由5味藥組成：當歸、川芎、桃仁、炙甘草、黑薑。清朝張秉成在《成方便讀》即對生化湯有以下描述：「炮薑色黑入營，助歸、草以生新，佐芎、桃而化舊，生化之妙，神乎其神。」誠如唐容川於《血證論》中所言「血瘀能化之，則所以生之」，生化湯的功能便是藉由化除瘀血、舊血的手段，促發人體新血的產生。

現在最被普遍使用的是明末清初傅青主女科生化湯，其組成與劑量是每帖含當歸8錢、川芎3錢、桃仁14粒去皮尖、炙甘草5分、黑薑5分，以黃酒、童便各半煎服。現因考量大眾接受度，已不使用童便。

古今各式生化湯成分簡表

	當歸	川芎	桃仁	黑薑	炙甘草	
錢氏生化湯	5錢	2錢	10粒	3分	5分	熟地3錢 水、大棗
竹林寺女科生化湯	8錢	4錢	10粒	4分	5分	水、酒
傅青主生化湯	8錢	3錢	14粒	5分	5分	黃酒、童便各半
陳修園 達生篇生化湯	6錢	4錢	7粒	5分	5分	黃酒
婦科心法生化湯	未提及劑量				無	丹參、紅花
北方生化湯（產後生化湯）	3錢	1錢	5分	5分	5分	澤蘭、紅花、益母草各1錢、山楂2錢 老酒

藥物組成各有妙用

生化湯5味藥中，當歸為君藥，可以補血活血，化瘀生新；川芎活血行氣與桃仁活血去瘀，共為臣藥；炮薑用量輕，能入血散寒、溫經止痛，為佐藥；炙甘草調和諸藥，為使藥。整個方雖然簡單，但架構嚴謹，具有生新血、除瘀血之效，主治產後惡露不行，小腹冷痛，因此常用在生產、人工或藥物流產後，調理子宮收縮功能，以加速惡露排除。此外，痛經屬於血瘀夾寒者，精索靜脈曲張屬寒者，也都可以運用加減生化湯來治療。

在現代藥理研究中，以生化湯煎劑對家兔進行實驗，發現可增強子宮收縮的頻率、振幅與波寬，又因方中的君藥「當歸」含有興奮子宮和抑制子宮平滑肌兩種成分，所以也常被用於治療痛經與月經不調。產後使用生化湯，不僅能促進子宮修復，有補益之效，且能預防產褥熱，增強血循與促進乳汁分泌。當歸、川芎、桃仁均屬活血化瘀藥物，可抗血栓形成和改善微循環障礙。這些作用解釋了生化湯為何可以去瘀生新，既活血又止血。

須視症狀加減藥物

產後婦女可能出現許多不同的症狀，因此生化湯的組成必須因應產婦個人的情況來調整。以本院為例，熱象明顯者，當歸、川芎用量可減至5錢、3錢；血虛明顯則可各用6錢、4錢；若產婦有乳脹情形，可酌加通草、絲瓜絡、王不留行、路路通等藥；水腫可加益母草、車前子、佩蘭、澤蘭、黃耆、黨參、桑白皮等益氣行水藥物；宮縮痛明顯可加用延胡索、五靈脂、蒲黃。適量加入補腎藥如杜仲、桑寄生、續斷、牛膝，可改善產婦的腰酸。另外，產後常見的出汗問題，可加用浮小麥、牡蠣、麻黃根、知母等來處理。

生化湯如何服用？

生化湯在產後到底該怎麼吃？又該吃多久？自然產者於產後24小時開始服用7-10帖；剖腹產者則於產後第3天再開始服用生化湯，約5-7帖，每帖藥需煎兩次，頭煎用兩碗半的水煎成1碗，二煎用兩碗水煎成7分，再將兩煎的藥湯混合起來，早晚各服一半。



傅青主女科生化湯



錢氏生化湯

服用時應注意事項

生化湯的組成以溫熱藥為主，因此要注意服用後是否有傷陰或化熱的情形，像是口乾舌燥、五心煩熱、傷口發炎或者便秘、失眠等。如果出現這些症狀就表示已不適合單純地使用生化湯，應該諮詢專業醫師的意見來配合其他藥物，才能取其利且避其害。⊕