



# 腰酸背痛方

- |     |   |   |   |   |     |     |
|-----|---|---|---|---|-----|-----|
| (1) | 健 | 腎 | 寶 |   | (腎) |     |
| (2) | 五 | 臟 | 解 | 毒 | 寶   | (B) |
| (3) | 風 | 濕 | 關 | 節 | 寶   | (骨) |



# 腰酸背痛方 (腎)

## 健腎寶

解毒清滯 · 補肺壯骨 · 滋陰補腎  
 抗痿生精 · 補脾健腎 · 保心生血

### 干成份後下

冬蟲草 20g

大黃 20g

地膽頭 20g

巴戟 20g

杜仲 20g

五味子 20g

兔絲子 20g

淫羊藿 20g

雷公藤 20g

### 生料先煲二小時

火炭母 300g

無花果 300g

地膽頭 200g

雷公藤 300g

### 粉類

雍樹 40%

無花果 30%

寄生葉 20%

水量：16公升煎存10公升



# 腰酸背痛方(B)

## 五臟解毒寶

通心活絡 · 壯腰健脾 · 平肝清血  
清胃潤腸 · 清肺解毒

### 干成份後下

### 生料先煲二小時

木香	20g	海標蛸	40g	無花果	300g
砂仁	20g	川厚朴	8g	火炭母	300g
香附子	4g	檀香	4g	四方籐	100g
甘松香	16g	藿香	4g	寄生葉	100g
大棗	8粒	沉香	12g	玉龍鞭	50g
五味子	8g	薄荷葉	8g	<u>粉類</u>	
蒼朮	12g	公丁香	6g	雍樹	40%
雞內金	40g	木瓜	6g	無花果	30%
半夏	6g	番瀉葉	12g	南非葉	20%
延胡索	12g			寄生葉	20%

水量：16公升煎存10公升



# 腰酸背痛方 (骨)

## 風濕關節寶

中氣不足 · 手腳腫痛 · 關節發炎  
腰酸背痛 · 手足麻痺 · 寒風入骨

### 干成份後下

### 生料先煲二小時

獨活	12g	淮七	12g	臭茉莉	300g
淫羊霍	12g	靈仙	12g	地膽頭	300g
女貞子	12g	地龍	8g	桑葉	200g
枸杞	12g	胡椒根	12g	編籐	100g
當歸	12g	杜仲	12g	火炭母	200g
黨參	12g	五加皮	12g		
川芎	12g	巴戟	12g		
天麻	8g	菊花	8g		
白朮	12g	萊服子	12g		
骨碎補	12g	白芍	12g		
熟地	16g	肉從蓉	12g		
烏棗	6梅	紅花 (正)	3g		
牛膝	16g	北芪	12g		

### 粉類

雍樹	40%
寄生葉	20%
臭茉莉	40%
無花果	30%

水量：16公升煎存10公升