



小郎中学医记

药性赋

白话讲记 2

曾培杰 陈创涛·编著

中医普及学堂选讲《药性赋》，学药不止于药，希望借助药物为载体，跟大家一起深入了解《药性赋》背后鲜为人知的更广阔的医理天地、养生奥秘。力求在深思、明辨的基础上，串解医理、药理，能够更为广泛地指导日常生活，为临床用药提供思路，为养生保健指明方向。



人民军医出版社

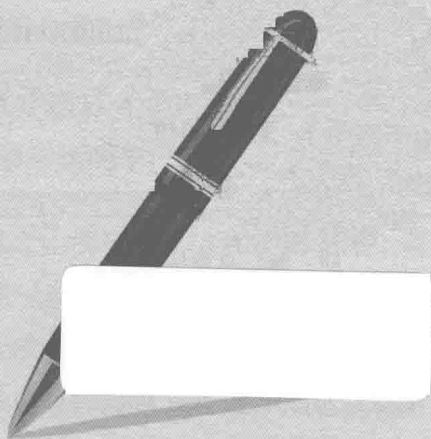
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

小郎中学医记

——药性赋白话讲记 2

XIAO LANGZHONG XUEYIJI

曾培杰 陈创涛 编 著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

小郎中学医记. 药性赋白话讲记. 2 / 曾培杰, 陈创涛编著. —北京: 人民军医出版社, 2015.10

ISBN 978-7-5091-8684-8

I. ①小… II. ①曾…②陈… III. ①中药性味—普及读物 IV. ①R2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 225828 号

策划编辑: 王显刚 文字编辑: 王霞 责任审读: 郁静

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8707

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 京南印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 15 字数: 243 千字

版、印次: 2015 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—5000

定价: 35.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



前言

中医普及学堂准备开讲《药性赋》了。我们讲《药性赋》力求通俗易懂，容易为大众所接受，这样中医才能真正普及。学习中医不能学得很费劲，学得很费劲就不容易普及。中医一定是非常活泼、非常生动、非常有趣的。

中医真正学上手，应该是既轻松又有无穷乐趣，所以我们把这套中医入门典籍的内容选讲定为“轻松学中医系列”。我们会挑选历代广为医门传诵的古籍、名篇或歌赋，以及名言名句，给大家串讲。

我们要做的是中医的播音员，就像一场精彩的球赛，需要一两个会传播讲解的评论员一样，这样能够更吸引观众，让观众能够更快速地看懂里面的门道，而不会仅仅看表面的热闹而已。

中医普及学堂接下来做的系列工作，也是引领大家步入中医之门，领略中医之大美，使大家能重新认识、了解传统医学，重新发掘中医这座宝库，并能够将丰富的中医智慧灵活地运用于日常生活中，使得生活增一分色彩，健康增一分保障。

《药性赋》在中医界的地位，就如同《滕王阁序》在文学界的地位一样，朗朗上口，堪称能够传诵的千古美文，很多学习中医的人都能够唱诵几句，甚至能通篇无障碍地背下来。像这种名文、美文，应该成为中药教材的羽翼。《药性赋》，除了熟读之，还要深思之、明辨之，方能够在临床上笃行之，生活中实践之。

中医普及学堂选讲《药性赋》，学药不止于药，希望借助药物为载体，跟大家一起深入了解《药性赋》背后鲜为人知的更广阔的医理天地、养生奥秘，力求在深思、明辨的基础上，串解医理、药理，使之能够更为广泛地指导日常生活，为临床用药提供思路，为养生保健指明方向。

希望《药性赋白话讲记》系列，能够为大家的身心健康加油充电！

中医普及学堂

2015年5月



目 录

1. 石韦 石韦通淋于小肠	1
◎打了胜仗别急着摆庆功宴	1
◎储足津气才有水可利	2
◎正虚不运药	3
◎疾病不是一个点，而是一条线	4
◎激流可漂石	5
◎石头的来源与去路	5
◎杯中留垢	6
2. 熟地黄 熟地黄补血且疗虚损	7
◎六味地黄丸为何大行其道	7
◎腰酸耳鸣乃肾虚	8
◎躲在被窝里看小说	9
◎别忘了给车子添油加水	10
◎你知道自己在打备用油吗	11
◎药力不够，还是欲望太多	12
3. 生地黄 生地黄宣血更医眼疮	13
◎药之膏油，莫如地黄	13
◎施肥前先松土	14
◎运动补	15
◎读书人与搬运工	16
◎没力走不动	17
◎煮粥里头的医道	18



◎江船得水一毛轻	20
◎干柴与嫩枝	21
◎草木得水则软，失水则干	22
4. 赤芍 赤芍药破血而疗腹痛，烦热亦解	23
◎一味马齿苋治肛周脓肿	23
◎地瓜也治病	24
◎为什么痛经	24
◎既好喝又可治病的汤药	25
◎中医的最高境界是养生	26
◎血家第一方	27
◎脓疮多源于肥甘厚腻	28
◎败毒活血治疮大法	29
5. 白芍 白芍药补虚而生新血，退热尤良	30
◎胸中事不能开展	30
◎治病在于明白气血	31
◎贫血贫在哪里	32
◎鞭子、缰绳与马料	33
6. 牵牛子 若乃消肿满逐水于牵牛	35
◎疾者，急也	35
◎头项拘急痛	36
◎肩背腰腿也拘急	37
◎五脏缓急都找它	38
◎通利二便的牵牛子	39
◎大禹怎么治水	40
◎不看嘴上看肛门	41
◎水陆空，要三通	42
◎有邪攻邪，无邪伤正	42
7. 贯众 除热毒杀虫于贯众	43



◎ 中医普及先抓哪一个环节	43
◎ 一脚值多少钱	44
◎ 柴火灶里头有道	45
◎ 凉利过度反为殃	47
◎ 中医与危机处理	48
◎ 医是大国手	49
◎ 是谁在背后伤了你的脾	50
◎ 登上泰山观天下	51
8. 金铃子 金铃子治疝气而补精血	52
◎ 风雨寒暑与细菌病毒	52
◎ 气逆与气郁	53
◎ 卫生与卫心	54
◎ 植物种子与人体睾丸	55
◎ 乞丐与大富长者	56
9. 萱草根 萱草根治五淋而消乳肿	57
◎ 川楝树皮杀虫疗癣	57
◎ 不通无法言补	58
◎ 乳房肿热从哪消去	60
◎ 一种比 N 个秘方更重要的思路	61
10. 侧柏叶 侧柏叶治血山崩漏之疾	62
◎ 理顺了，药才能顺	62
◎ 柏叶西指降气血	64
◎ 冬不凋固毛发	65
◎ 开泡茶方的技巧	66
11. 香附 香附子理气血妇人之用	67
◎ 台风与生气	67
◎ 香附乃郁怒伤感第一快气药	68
◎ 吃了压气饭怎么办	70



- ◎气郁散治头痛 71
- ◎障人眼目的病名 72
- ◎与天地交流 73
- 12. 地肤子 地肤子利膀胱，可洗皮肤之风 74
 - ◎行医天下必懂的两个方子 74
 - ◎关羽骑赤兔马 75
 - ◎疮是一团郁气 76
 - ◎郁结在不同地方用不同的药带路 77
 - ◎引皮毛之水从膀胱下出 78
 - ◎利小便排皮肤湿毒 79
 - ◎宿舍的洗菜池 80
 - ◎修正观念 81
 - ◎医生和病人一起倒垃圾 82
- 13. 山豆根 山豆根解热毒，能止咽喉之痛 83
 - ◎地肤子利水之功 83
 - ◎身体不能先污染后治理 83
 - ◎肺与膀胱相别通 84
 - ◎中医的推论 85
 - ◎中医的精华 86
 - ◎凉地板也是药物 87
 - ◎过一种不上火的生活 88
- 14. 白鲜皮 白鲜皮去风治筋弱，而疗足顽痹 89
 - ◎会用药不需多 89
 - ◎药中四维升降有序 90
 - ◎独特的白鲜皮味道 91
 - ◎大风先倒无根树 92
 - ◎怕错了 93
- 15. 旋覆花 旋覆花明目治头风，而消痰嗽壅 94



◎靠地的桌角先烂	94
◎从天而降的一朵花	95
◎软化、打散、排下痰癖	96
◎拧螺丝钉的智慧	97
◎学问并不尽载于名家典籍里	98
◎伏饮结气如乌云	99
◎夜咳肺间寒	100
16. 荆芥穗 又况荆芥穗清头目便血，疏风散疮之用	101
◎太极阴阳鱼来回周流	101
◎冲动的惩罚	102
◎导火线加炸药	103
◎痒为泄风	104
◎一汗解风邪	105
◎凡外感者皆作郁看——风药解郁	106
◎升阳除湿治大便不成形	107
◎风干白带	108
◎治病治的是气	108
17. 天花粉 瓜蒌根疗黄疸毒痢，消渴解痰之忧	110
◎风扇与抽油烟机	110
◎火郁发之	111
◎感冒药也能治痤疮	112
◎物燥则破绽百出	113
◎消渴也分阴阳	114
◎阴随阳升——水液上升则不渴	115
◎见渴不纯止渴	116
18. 地榆 地榆疗崩漏，止血止痢	117
◎治阳疮仙方	117
◎有一股钉子钻劲的养阴清热药	118



◎好了疮疤忘了痛	119
◎导弹不能没有定位系统	120
19. 昆布 昆布破疝气，散癭散瘤	122
◎功夫与武器	122
◎一味地榆治水火烫伤	122
◎先议病，后议药	123
◎排邪靠正气	125
◎富翁与贫民	126
◎赤兔马、青龙刀不能没有关云长	127
20. 淡竹叶 疗伤寒、解虚烦，淡竹叶之功倍	128
◎海中黄金的食品	128
◎哪种体质易长包块	129
◎凉利之药生湿地	130
◎以偏纠偏	132
◎虚烦难眠	133
21. 牡丹皮 除结气、破瘀血，牡丹皮之用同	134
◎利尿退热——阳随阴降	134
◎与淡竹叶有关的泡茶方	135
◎瘀堵化热牡丹皮	136
◎肠痛是怎么形成的	138
◎空杯与自废武功	139
22. 知母 知母止嗽而骨蒸退	140
◎珍珠项链	140
◎子宫肌瘤第一大杀手	141
◎妇科杂病主要病机	142
◎积是怎么形成的	143
◎莫向外求	145
◎从天而降，知母润泽五脏	145



◎干咳与失眠	147
◎撤火添水，久旱得云霓	148
◎为何这个时代脾气大的人越来越多	149
◎熬夜引起的虚火牙痛	150
23. 牡蛎 牡蛎涩精而虚汗收	151
◎五脏六腑救火队	151
◎畜鱼置介的道理	152
◎借药见道	154
◎变化不出阴阳	155
◎单味牡蛎软坚散结	156
◎金石质重平肝阳	156
◎合拢之象能收藏	157
24. 贝母 贝母清痰止咳嗽而利心肝	158
◎长寿是一种生活方式	158
◎风筝飘太高了	159
◎治痰神品	160
◎雪梨贝母治燥咳	160
◎自饮长生酒	162
◎千口一杯饮	162
25. 桔梗 桔梗开肺利胸膈而治咽喉	164
◎摩擦噪声源于没点油	164
◎胆胃不降人也咳	164
◎咳门第一神方	165
◎通宣理肺不需重剂	166
◎拔草要趁早	167
◎交节病发作	169
26. 黄芩 若夫黄芩治诸热，兼主五淋	171
◎理气有小大之别	171



◎滴水之器与习惯	172
◎湿泻要提气	173
◎吓得尿裤子	174
◎单味清金丸	175
◎痰火妙方——清气化痰丸	176
◎炎症不靠消，靠升降	177
◎源清流自洁	177
◎指哪打哪	178
27. 槐花 槐花治肠风，亦医痔痢	179
◎肠为腐浊靠谁排	179
◎往来寒热小柴胡	179
◎李时珍死里逃生	180
◎脏腑关系与人际关系	180
◎肝与大肠别通	181
◎一通俱通	182
◎商人与裁缝	183
◎疮是一团气滞血凝	184
◎为何痔疮病人多	185
28. 常山 常山理痰结而治温症	186
◎武将与战马	186
◎橘皮生姜治胸满	187
◎疟疾、痛经、哮喘——在病发前下手	188
◎抗洪抢险与植树造林	189
29. 葶苈子 葶苈泻肺喘而通水气	190
◎重视苦疾	190
◎开谷道与开水道	191
◎装甲车与计程车	192
30. 寒性药回顾 此六十六种药性之寒者也	193



◎剪枝蔓，立主干	193
◎针对性人工降雨	194
◎一分郁滞一分热	195
◎引水来退热	195
◎理通药融	196
◎方向很重要	197
◎修养不可少	198
◎借金块，挖金矿	198
◎顺藤摸瓜与问道岐黄	199
◎要善思考天地大象	200
◎皮肤病，看环境	201
◎简验便廉才是中医特色	202
◎引水冲石，感悟自然	203
◎设计处方，深思熟虑	203
◎轮胎气足走得快	204
课余问答	205
◎血液黏稠与水火	205
◎手淫伤精健康处方	205
◎中医的普及就是要抓基础教育	206
◎皮肤病与环境病环境治	207
◎法门无高下，当机则受用	208
◎崩漏也要分虚实	209
◎脓肿包块	209
◎肛裂便秘	211
◎蛋白尿与水土流失	212
◎小儿护养——三分饥与寒	213
◎肠道是健康的晴雨表	213
◎尿频怎么治	214
◎健康的根本出路	215



◎开窗户与通下水道·····	216
◎不孕不育与阳气·····	217
◎菖蒲与状元汤·····	218
◎保持大便畅通·····	218
◎静脉曲张与阳气·····	219
◎汤剂与打粉·····	220
◎糖尿病与运动·····	221
◎养生要从误区下手·····	222

1. 石韦 石韦通淋于小肠

◎打了胜仗别急着摆庆功宴

上节课我们讲到白茅根，知道白茅根能够从上到下，从肺、胃到膀胱，清热利尿，凉血止血。由于这味药中空色白有节，所以善于透发脏腑郁热，托毒外出，又能够下利小便，导热下行。对于一般感冒发热，口渴咽干的，用这白茅根，既能透热，也能养阴利尿，真是一举两得啊！

一般草药以新鲜的为妙，特别是清热退热的。新鲜之品，你去嚼它汁液比较多，这些汁液又能够生津止渴。

现在很多人都怕小孩感冒发热，却不怕给孩子零食、给孩子喂得撑得慌。

疾病的结果不可怕，疾病的原因才是可怕的，没有因就没有果。

学中医你要有这种思维，如果说中医只是教你治好现成的病，那还是太小瞧中医了。中医还有更多的智慧，隐藏在日用生活之中。你平时看到小孩津伤口渴，尿黄赤，就知道给它煲点白茅根、芦根水，吃完后肌表通透，小便多，身体的灼热都排出体外，那么很多温热发热又何病之有。

中医是治疗医学，更是预防医学。有病早治是它的长处，无病先防更是它的优势。所以懂些中医的家庭，孩子会少生很多病，成长得会更健康。因为你知道若要小儿安，三分饥与寒，你不会给他买很多垃圾食品、给他吃得很多。那么你就根本用不上芦根、白茅根这些中空善通之品。

疾病你不要仇视它，疾病把人教得更有智慧。所以孟子说，人之有德慧术知者，恒存乎灾疾。一个人有道德、智慧、法术和知识，很多时候是从疾病从人生、从灾难、从疾苦中反思过来的。

如果你生一场病，只是草草地靠医生治好，你并没有见病知源，多问几个为什么，寻找出真正病根所在，那么这场病你就没有达到利益的最大化。你没有从中学到真正人生的智慧。

古人说，以疾苦而为良医。这就要看你怎么去看待病苦，你如果正视它，分析它，像刨根问底一样，多问几个为什么，并且要把病根问到自己身上来，一旦找出后，你下次就很少犯这种病了。

我们曾经看到，一个小孩，高热过后，胃口稍微好一点，就想吃东西，他父



母以为病好了，很开心，就搞了顿丰盛的饭菜，又是鱼汤，又是炸鸡翅，小孩吃了，当天夜里又高热复作。你说这是为什么呢？就是不知道温热病炉烟虽熄、灰中有火的道理。

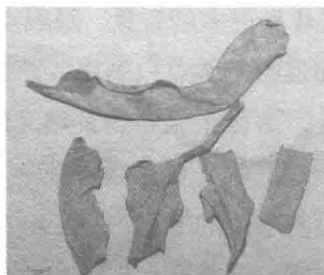
任何一个病，在恢复的时候，要清淡饮食，养十天半个月，哪有疾病刚刚好，一家人就像打了胜仗，摆起庆功宴来呢？

像这种家庭，是最不懂得健康养生的，他们不知道清淡两个字在保健养生里比灵丹妙药的分量还要重啊！

所以你稍微吃饱胀一点，稍微吃燥火一点、油腻一点，身体就会消化不了，随后疾病死灰复燃，令全家人虚惊一场。后来他们才知道中医有个食复的说法，饮食不当会让疾病反复。所以说，无知或者屡屡践踏身体保健的误区，往往比你得了什么病还更可怕。

◎ 储足津气才有水可利

好，下面我们讲石韦这味药。石韦通淋于小肠。



我们前面讲很多味药都可以利尿通淋，比如泽泻、车前子、滑石、瞿麦。大家可以对比来学习，这样学了一味药你就旁通四五味药啊！在你临证加减时，你就得心应手了。

《神农本草经》里说石韦能够主癃闭不通，利小便水道。

《名医别录》说石韦能通膀胱胀满。

这些利水通淋的药，我们用个善巧的比喻，它就像膀胱的开关，开关打开，水哗哗地下流，就不会淋漓不畅、癃闭不通了。

所以中医治疗膀胱炎、尿道炎不是去消炎，中医把炎症看成一堆脏垢，治疗的办法就是用水去冲洗，引周身之水下注膀胱，随之小便量多，炎症被通开，尿就不频急、不涩痛、不黄赤了。

我们前面讲了新鲜的草药清热除湿利尿效果好些，所以一些下焦湿热尿道炎、



膀胱炎、前列腺炎的病人，引起尿频、尿急、尿热痛，如果病人一时半会儿找不到车前子怎么办，他也不可能叫人挖到新鲜的石韦、瞿麦、白茅根、芦根呢？

那很简单，你退而求其次，到药房里买中成药，像复方石韦片，就是由石韦配合篇蓄、苦参、黄芪这几味药组成，能补气利尿，使你排尿更畅快。

这是中医补气利水法的体现，前面我们刚讲完白茅根，有些病人尿道不通，身体肿满，排尿不利，黄芪配白茅根，补足气力就可以把尿排干净。

大家学习《药性赋》就要掌握到这个理法，很多尿频尿急的病人，不是纯粹的实证。而是劳累疲倦，身心过度透支后，体质亏虚，然后才产生这些炎症。

故而很多医生，他只知道见病治病，去利尿通淋，刚开始有效果，可再吃下去，效果就不理想了。因为你把管道通开后，你身体缺一股气力，不能把周身的水湿排出去啊！

就像很多老年人中气不足，即使没有膀胱炎、尿道炎，他排尿也排不干净，一旦等他休息好，精神饱满时，发现不仅排尿顺畅，而且有力。所以储足津气才有水可利。

◎正虚不运药

可见表面上利尿通淋的药如车前子、滑石、篇蓄、瞿麦、白茅根、石韦，它们是专门开水道小便的，但实际上你的正气才起到主导作用。就像一个死人没有正气，你用利尿药，也利不出来。这在中医看来叫作正虚不能运药。

凡是碰到尿频急、水道不利的病人，摸他的脉，如果双手脉，亢盛有力，那么你就要知道有力无力辨虚实。如是明显的实证，你就放胆用八正散，通开水道，就像突然打开拦河坝，一泻而下就轻松了。但是碰到另外一种病人，也是尿少、尿频急、排尿不净，你一摸他脉，两手脉无力下陷，这就提示他的身体排不了尿是缺乏气血津液。

实证的尿闭就像河水水满，却被拦河坝堵住，你只需要打开拦河坝，水马上一泻而下。那么虚证的尿闭、尿不畅，就像河水本身就不足，拦河坝打开后也无水可下，水力、冲力都不够。所以这时要蓄水，要把人体气血津液补足，鼓足动力，这样你水慢慢多起来后，你再开坝利水，才有水可利。

所以大家一定要明白利尿药不是随使用的。虽然古代的医家在弟子毕业时，会暗中跟弟子说，你治病要记住一个诀窍心法，那就是要通利膀胱、肠道，以利小便、通导肠中积滞为治病捷径。但是大家要因人而异，没有什么秘诀是可以天