

世界中联药膳食疗研究专业委员会策划



熟地黄

总主编/谭兴贵 廖泉清
编 著/袁晓红

- ④ 清热凉血
- ④ 滋阴降火
- ④ 补血益血
- ④ 益精填髓



天津科学技术出版社

熟地黄

总主编：谭兴贵 廖泉清

编委：谭兴贵 潘远根 顾星 廖泉清
谢梦洲 张鸣 谭楣 王平南
谭兰香 马滴滴 李慧芳 何军锋
袁晓红 申玉华 李美珍 尹跃兵
罗红梅 刘光喜 李博 彭小菊
徐惠 赵月珍 石力军

主编：袁晓红
副主编：尹跃兵
编委：赵月珍



天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

熟地黄/谭兴贵,廖泉清主编. —天津:天津科学技术出版社,2010.2

(家庭常用中药丛书)

ISBN 978-7-5308-5489-1

I. ①熟… II. ①谭…②廖… III. ①熟地黄—基本知识 IV. ①R282.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 238031 号

责任编辑:王 彤 张 颖

责任印制:王 莹

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332372(编辑室) 23332393(发行部) 27217980(邮购部)

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

北京世纪雨田印刷有限公司印刷

开本 710×1000 1/16 印张 10 字数 96 000

2010 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

全套定价:188.00 元(共 10 册)

全套定价:188.00 元(共 10 册)

前言

中药系我国传统医学的重要组成部分。中药学的发展始终与中医学的发展密切相连,可谓唇齿相依。北宋刘恕《通鉴·外记》曾曰:“炎帝始味草木之滋,尝一日而遇七十毒,神而化之,遂作方书,以疗民疾,而医道立矣。”中国医药学是中华民族在与疾病作斗争的长期实践中形成的。春秋战国时期关于中药之研究已见诸文献,如《诗经》305篇诗文中曾记述了众多动物和植物,其中被后世作为药物之用的多达百余种。《山海经》中载药物亦有百余种。至汉代《神农本草经》对药物之研究才渐趋成熟,不仅载药物多达365种,且对药物之性味、配伍、剂型、治则、分类等方面均有阐述,药与医兼而有论。继后唐·甄权的《药性论》,金·张元素《珍珠囊》、《医学启源》。特别是张元素总结的药物功效,阐发药性理论,创脏腑用药式、归经学说、论升降浮沉、虚实补泻,对临床用药起到了重大的指导作用,成为本草学发展史上的一个时代标志。

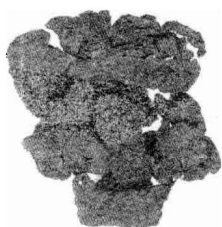
历明至清,本草临床专书大批涌现,进入了又一个新的更高的境界,如李时珍《本草纲目》堪称登峰造极,载药1892种、附方11000多首,集16世纪前我国药物学应用与研究之大成,领先于世界,为世界上第一部药物大典。继后如王纶的《本草集要》,李中棕的《本草微要》、《本草通玄》,清·黄宫绣的《本草求真》等,无论从药物功用分类、理论探讨,还是功效分析,用药要旨等方面,都与临床实践紧密结合,不断正误创新,使中药运用更加规范有据,提高了临床疗效,受到了后世医药学家的广泛好评。

中药是一个伟大的宝库,是中华民族五千年的实践积累,亦是自秦汉以来历代医家在两千多年的执着追求和严谨治学中的宝贵总结。因而,对其努力发掘、系统整理,古为今用,继往开来是一项崇高的历史使命。为此,天津科技出版社策划了《家庭常用中药》丛书的选题,建议由我担任该丛书主编,并邀请国内一批有影响的专家教授参与编写工作。目前已完成了《当归》、《黄芪》、《山药》、《茯苓》、《杜仲》、《首乌》、《熟地》、《苡仁》、《红枣》、《百合》、《莲子》、《银耳》等的编写。我们怀着对祖国传统中医药的敬仰和对人类生命的珍爱完成了这套丛书,愿以此书的出版对中华民族五千年来医药的继承和人类生命质量的提高贡献一分微薄之力。但由于编者水平有限,书中错误难免,诚望读者、专家、同仁们多多赐教。

本丛书在编写中,参阅了大量的文献资料,吸取了许多临床专家的宝贵经验,同时也得到了天津科技出版社的大力支持,在此一并致以深切的谢意。

谭兴贵于湖南中医药大学

2009年9月18日



Contents

目录

概述	001
异名	001
考证	002

☞来源与传说 /003

1. 来源	003
2. 地黄的传说	004

☞品种与栽培 /006

1. 分类与品种	006
2. 栽培	009

☞采收与炮制 /011

1. 采集方法	011
2. 加工方法	011
3. 中医炮制	012

- 4. 储藏方法 018
- 5. 现代炮制方法 019

☯药材鉴别 /020

- 1. 性状鉴别 020
- 2. 显微鉴别 020
- 3. 粉末特征 020
- 4. 化学鉴别 021
- 5. 商品规格 021

☯性味与归经 /022

- 1. 性味 甘,微温 022
- 2. 归经 022

☯功效与主治 /023

- 1. 功效 023
- 2. 主治 024

☯临床应用 /025

- 1. 血虚诸证 025
- 2. 肾虚诸证 026
- 3. 精髓(精血)亏虚证 029

☯中医论述 /032

1. 熟地黄的应用与配伍 032
2. 熟地黄的药论 033

☯服食方法 /035

1. 用法与用量 035
2. 服食与宜忌 036

☯现代研究 /037

1. 化学成分 037
2. 药理作用 038
3. 现代制剂 042
4. 临床药用 045

☯古今方选 /047

1. 常用方选 047
2. 常用中成药方选 077

☯历代食疗方选 /086

1. 主食 086
2. 菜肴 087
3. 汤羹 096
4. 粥类 104

5. 茶饮	112
6. 酒类	114
7. 其他(膏,丹,丸,散,煎)	120

☺常用养生保健药膳 /122

1. 四季养生保健	122
2. 养颜护肤熟地膳	130
3. 益智健脑熟地膳	133
4. 养肝明目熟地膳	136
5. 强筋健骨熟地膳	140
6. 生发乌发熟地黄膳	142
7. 补肾壮阳熟地膳	145
8. 延年益寿熟地酒	151

为玄参科多年生草本植物地黄 *Rehmannia glutinosa* Libosch. 或怀庆地黄 *R. glutinosa* Libsch. f. *hueichingensis* (Chao et Schih) Hsiao 的根茎, 经加工蒸晒而成。主产于河南、浙江等地。河北、湖南、湖北、四川等地也出产。野生或栽培, 但以栽培为主。河南栽培者, 称为怀庆地黄。栽培品一般在当年 10~11 月间刨收, 野生品于春、秋两季采挖, 除去茎叶、须根, 不用水洗, 直接置焙床上缓慢烘焙, 须经常翻动, 至内部逐渐干燥而颜色变黑, 全身柔软、外皮变硬时即可取出, 或用晒干法。但因冬季阳光弱, 干燥较慢, 花费工夫较大, 不如火烘的质量好, 目前多用火烘干燥法。然后加黄酒蒸至内外黑润, 取出晒干即可使用。本品以色黑柔润、甘味浓、洁净无杂质者为佳。制用或炒炭使用。

【异名】

《神农本草经》地髓。

《景岳全书》熟地。

《本草图经》熟地黄。

【考证】

早在公元 718 年周朝时期,地黄就已列入皇帝的贡品和馈赠亲友的珍品。有“久服轻身不老,生者优良”之说。以后历代医药名家及本草均有记述。

熟地入药早在《神农本草经》中,即有干地黄之记载,称为地髓,列为上品。其后《本草图经》亦有记载:“地黄二月、八月采根,蒸三、二日令烂,暴干,谓之熟地黄,阴干者,是生地黄”。熟地蒸制的记载,在《金匱要略方论》中则有所论及,曰:“生地黄二斤哎咀,蒸之如斗米饭久……”。《本草纲目》:“今人以怀庆地黄为上,亦各处随时兴废不同尔。其苗初生踏地,叶如山白菜而毛涩,叶面深青色,又似小芥叶而颇厚,不叉丫。叶中擢茎,上有细毛。茎梢开小筒花,红黄色。结实如小麦粒,根长四五寸,细如物指,皮赤黄色,如羊蹄根及胡萝卜根,曝乃黑。”由上述记载可知,古代所用地黄以河南产者质量最好。从所述叶、茎、花及果实特征来看,与玄参科多年生草本植物怀庆地黄 *Rehmannia glutinosa* Libosch.f.hue-ichingensis(Chao et Schih)Hsiao 完全一致。



来源与传说

1. 来源

(1) 地黄的基原

地黄为玄参科植物地黄的根茎。

熟地为玄参科多年生草本植物地黄 *Rehmannia glutinosa* Libosch. 或怀庆地黄 *Rehmannia glutinosa* Libosch. f. *hueichingensis* (Chao et Schih) Hsiao 的根茎, 经加工蒸晒干而成。

(2) 地黄的生物学特征

① 地黄的生命周期

地黄的生命活动从缩根发芽开始, 形成幼苗, 长成具有根、茎、叶的植株, 然后开花、结果、衰老, 第二年春再次发芽, 如此年复一年, 直至死亡。这种生长、开花、结果、衰老和死亡的过程, 称为生命周期。在地黄的生命周期过程中, 退化明显, 是多年生的缩根草本植物, 大致可分为如下四个周期:

① 苗期 从缩根发芽到成熟前的这段时期, 株高一般在 10cm 以下, 增高迅速, 时期一般为 30~45 天。

② 成熟期 指苗期后至外形基本形成的时期。此期增长较缓慢, 株高一般在 10~30cm, 出苗后约 20 天左右即可出抽薹现蕾, 持续 2~3 周; 这一时期形成大量的肉质根茎, 时期长达 3~4 个月。

③ 结果期 开花后通过虫媒授粉, 结出果实。由于授粉期只有一周左右时间, 所以天然的地黄一般是不结实的。

④ 衰老期 入冬后地黄茎、叶开始慢慢萎缩, 即进入衰老期。此时期长达 2~3 个月。

② 地黄的物候期

随着春、夏、秋、冬、温、热、寒、凉规律性的变化, 随季节形成与此相适应的植物发育节律周期性变化的起止日期为物候期。

地黄的物候期一般分为萌芽期、展叶期、新梢生长期、现蕾期、开花期、果熟期、落叶期和休眠期等 8 个阶段。年平均气温较高的地区要比

低的地区萌芽、开花、果熟等物候期要早,同时落叶和休眠也要延迟。如重庆地区,3~4月当幼苗出土后,花蕾就会出现,直到12月倒苗以前,先后都有花出现;而河南地区,其花期为4月中旬至6月中旬,在吉林则在6月中旬至8月上旬。

③生长发育一般规律

⊙发芽 缩根出苗的最适宜温度为25~28℃,一个星期即可发芽,出苗一般要30~45天。为了增加出功率和防止退化现象,应选用优质的缩根品种,肥沃的土地,并选择阳光充足的田间。如根茎在18~21℃时,约10天出苗;11~13℃时则需30~45天;8℃以下时则不能发芽。

⊙根系 地黄出苗后1个月开始形成大量的肉质根茎,两个月后根茎干物质急剧增加。

⊙茎叶 地黄根茎栽种在18~21℃,春地黄四月中下旬开始放叶,麦套地黄5月下旬开始放叶,然后生长,一直到6月初至7月上中旬叶片覆盖地上部分停止生长,至10月底11月初,叶片枯黄落下。

⊙花果 开花期的早晚和花朵多少与品种、种栽的根茎部位以及气候因素等有关。河南产区,地黄花期为4月中旬至6月中旬,吉林则在6月中旬至8月上旬,重庆地区,花期则较长,3~4月份当地黄幼苗刚出土后,花蕾就出现,直到2月倒苗以前,先后都有花出现。开花后一个月,果实成熟。

2. 地黄的传说

(1)李时珍《本草纲目》收录《抱朴子》云:“楚文子服地黄八年,夜视有光。”“韩子治用地黄叶,喂五十岁老马,复生三驹,百三十岁乃死。”

(2)《本草图经》:“二月、八月采根、蒸二三日,令烂,暴干,谓之熟地黄……熟干地黄最上,出同州者光润甘美。南方之复识,但以生地黄草烟熏使干黑,洗之煤尽仍白也。今干之法,取肥地黄三二十斤净洗,更以拣去细根及根节瘦短者,亦得二三十斤,捣绞取汁,投银、铜器中,下肥地黄浸漉令浹,饭上蒸三四过,时时浸漉转蒸讫,又暴使汁尽。其地黄当光黑如漆,味甘如饴糖,须瓷器内收之,以其脂柔喜暴润也。又医家欲辨精粗,初采得以水浸,有浮者名天黄,不堪用;半沉者名人黄,为次;其沉者名地黄,最佳也”。《神仙方》:“服食地黄,采取根洗净,捣绞取汁,煎令小稠,内白蜜更煎,令可丸。晨朝酒送三十丸如梧子,日三。亦入青州枣肉同丸。又煎膏入干根末丸服。又四月采其实,阴干筛末,水服钱匕,其

效皆等。其花名地髓花。”

(3)《本草衍义》：“《经》：只言干、生二种，不言熟者。如血虚劳热，产后虚热，老人中虚燥热，须地黄者，生与生干，常虑太寒，如此之类，故后世改用熟地者，蒸暴之法：以细碎者洗出，研取汁，将粗地黄蒸出晒干，投汁中，浸三二日，又曝，再蒸，如此再过为胜，亦不必多。此等与干、生二种，功治殊别。陶但云捣汁和蒸殊用式意，不显其法，不注治疗，故须悉言耳。”

(4)李时珍《本草纲目》记：“地黄根洗净，捣绞汁，煎令稠，入白蜜更煎，令可丸，丸如梧桐子大。每晨温酒送下三十丸，日三服，亦可以青州枣肉和丸。或别以干地黄末入膏，丸服亦可。百日面如桃花，三年身轻不老。”

(5)李时珍《本草纲目》收录朝野僉云：“雉被鹰伤，衔地黄叶点之；虎中药箭，食清泥解之。鸟兽犹如解毒，何况人乎？”

(6)《修真秘诀》：“服百日颜如桃，服三年令人长生不死。”



品种与栽培

1. 分类与品种

(1) 地黄的分类

就世界范围而言,地黄有 6 个种类,全部分布于我国。其中只有一种供药用,供药用种有两个(栽培)变形,即地黄和苕桥地黄。

① 野生地黄

产地:黑龙江、吉林、辽宁、河北、山西、内蒙古、陕西、山东、安徽、江苏、浙江、河南、湖北、湖南等省。

地貌:排水良好的沙砾地、荒山坡、山脚下及路边等地。

植物:多年生宿根性草本植物。

高度:10~30cm。

茎:直立,单一或基部分生数枝;根茎细小,先直下然后横走,呈细长条状,直径 0.4~1.0cm。

叶:基生叶丛生,叶片肥厚,呈长椭圆形或长倒卵形,长 3~10cm,宽 1.5~4cm,先端钝,基部渐窄,下延成长叶柄,边缘具不整齐钝齿,叶上面多皱,下面带紫色,叶面和叶背均生白色短柔毛,尤以叶背中脉为多,基生叶少而小;无茎生叶或有 1~2 枚,远比基生叶小。

花:总状花序单生或 2~3 枝,花多下垂,多毛。

花萼:花萼钟形,长约 1.5cm,先端 5 裂,裂片三角形,略不整齐。

花冠:花冠筒稍弯曲,长 3~4cm,淡紫色,一般不见杂色条纹,先端 5 裂,略呈二唇状,上唇 2 裂片反折,下唇 3 裂片直伸。

雄蕊:4 枚,二强,着生于花冠的近基部处。

花柱:单一,柱头膨大。

蒴果:卵形或卵圆形,外面有宿存花萼包裹。

种子:多数。

花期与果期:花期 4~5 月,果期 5~6 月。

(2) 地黄

产地:我国大部分地区有生产,国外以日本栽培为多。

植物:多年生宿根性草本植物。

高度:25~40cm。

茎:直立,单一或基部分生数枝。

叶:基生叶丛生,叶片肥厚,呈长椭圆形或长倒卵形,长3~10cm,宽1.5~4.0cm,先端钝,基部渐窄,下延成长叶柄,边缘具不整齐钝齿,叶上面多皱,下面带紫色,叶面和叶背均生白色短柔毛,尤以叶背中脉为多,基生叶少而小;无茎生叶或有1~2枚,远比基生叶小。

花:总状花序单生或2~3枝,花多下垂,多毛。

花萼:花萼钟形,长约1.5cm,先端5裂,裂片三角形,略不整齐。

花冠:花冠筒稍弯曲,长3~4cm,外面暗紫色,内面杂以黄色,有明显紫纹,先端5裂,略呈二唇状,上唇2裂片反折,下唇3裂片直伸。

雄蕊:4枚,二强,着生于花冠的近基部处。

花柱:单一,柱头膨大。

蒴果:卵形或卵圆形,外面有宿存花萼包裹。

种子:多数。

花期与果期:花期4~5月,果期5~6月。

③菟桥地黄

产地:原主产于浙江菟桥等地,现主要是我国南方栽培。

植物:多年生宿根性草本植物。

高度:15~18cm。

茎:直立,单一或基部分生数枝;根茎肥厚横生,呈橘黄色,粗细介于怀庆地黄与野地黄之间。

叶:基生叶丛生,叶片肥厚,呈长椭圆形或长倒卵形,长3~10cm,宽1.5~4cm,先端钝,基部渐窄,下延成长叶柄,边缘具不整齐钝齿,叶上面多皱,下面带紫色,叶面和叶背均生白色短柔毛,尤以叶背中脉为多,基生叶少而小;无茎生叶或有1~2枚,远比基生叶小。

花:总状花序单生或2~3枝,花多下垂,多毛。

花萼:花萼钟形,长约1.5cm,先端5裂,裂片三角形,略不整齐。

花冠:花冠筒稍弯曲,长3~4cm,外面暗紫色,内面杂以黄色,有明显紫纹,先端5裂,略呈二唇状,上唇2裂片反折,下唇3裂片直伸。

雄蕊:4枚,二强,着生于花冠的近基部处。

花柱:单一,柱头膨大。

蒴果:卵形或卵圆形,外面有宿存花萼包裹。

种子:多数。

花期与果期:花期4~5月,果期5~6月。

(2) 地黄的品种

①金状元 是一个传统的优良品种,1920年由河南温县药农李开寿由野生地黄选育而成。植株肥大,基生的叶片宽而肥大,呈椭圆形或成长圆状披针形,叶面呈深绿色,皱缩呈大型泡状隆起,叶背面有紫红色斑片,叶缘波形,钝齿较大。开花率低,约2%~3%。根茎形成较晚,块状,结节状不规则扭曲,长12~20cm,直径3~6cm,黄红色。特点是抗旱、抗涝、抗病虫害能力强,喜肥,产量高,但不耐瘠薄。

②白状元 株型大,半直立。叶片较少,叶大呈长圆形或阔例卵圆形,叶面与背面均呈淡绿色,叶缘波状。根茎似金状元而略短小,集小,淡黄褐色。特点是产量高,但不稳定,抗病虫害能力差,抗涝性较强。

③红薯干 株形大,叶片伏地生长,叶是窄长椭圆形或长阔披针形,叶面较平,深绿色,背面淡绿色顶端钝回,叶缘波状,钝齿较大。根茎呈圆锥状,结节状,稍弯曲,长12~16cm,直径2.0~2.5cm,黄红色。特点是产量高,抗旱能力亦强,但抗涝、抗病虫害能力较差。

④四齿毛 于1917年由阿南省崔大毛培育而成。试种株型小,半直立,叶片较小,广卵形至长椭圆形,有小形泡状隆起,叶缘波状,钝齿较小,顶端钝圆,叶片呈深绿色。4个根茎形成爪状,根茎体较小,每个呈拳状。特点是产量较高,但抗病虫害能力较差。

⑤小黑英 株型小,半直立。叶片较小,卵圆至卵圆状披针形,叶面泡状隆起较低,叶缘波状,遗裂较小,顶端钝圆向下。叶片晕乌绿色,中心嫩叶呈紫红色,心形。根茎纺锤形,上端细长,下端钝圆。长达20cm,直径2~5cm,黄褐色。特点是抗旱、抗涝及抗病虫害能力最强,耐瘠薄,折干率高,但产量较低。

⑥北京1号 1964~1966年,北京用新状元和武陟1号为亲本杂交而成。株型较小,整齐。适合密植。叶色深绿。地下根茎膨大较早,根茎生长集中,颜色较浅。特点是产量高,适应性广,抗斑枯病,但易感染花叶病毒病。

⑦北京2号 1964~1966年,北京用小黑英和大青英为亲本杂交育成。株型较小,整齐,适合密植。叶色浅绿,毛多;地下根茎膨大较早,根茎生长集中,颜色较浅。特点是产量高,适应性广,抗斑枯病。

⑧红金号 1978~1984年,杭州用红种和金状元作亲本杂交育成。株型大,叶数多。叶片较大,叶面皱缩较浅。根茎颜色较深。特点是优质高产,结块性好,适应性广,植株体内病毒含量较少。叶片内叶绿素