

集百家精华

治人身百病

新

编

轩宇鹏◎编著

百草

名方

大全

本书旨在让普通百姓在日常生活中学会认识百草、了解百草，从而科学地利用百草，通过运用中医百草养生的方式来调养自身，使机体阴阳平衡，气血通畅，从而达到健康长寿的养生目的。

百

草

名

方

陕西出版集团
陕西科学技术出版社

新

编

百

草

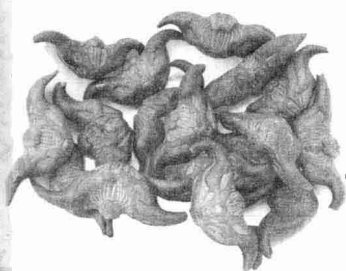
名

方

轩宇鹏◎编著



大全



百草方

陕西科学技术出版社
出版集团

图书在版编目 (CIP) 数据

新编百草名方大全/轩宇鹏编著. —西安: 陕西科学技术出版社, 2010. 3

ISBN 978 - 7 - 5369 - 4746 - 7

I. 新… II. 轩… III. 百草 - 汇编 IV. R281.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 012212 号

-
- 出 版 者** 陕西出版集团 陕西科学技术出版社
西安北大街 131 号 邮编 710003
电话 (029) 87211894 传真 (029) 87218236
[http: //www. snstp. com](http://www.snstp.com)
- 发 行 者** 陕西出版集团 陕西科学技术出版社
电话 (029) 87212206 87260001
- 印 刷** 北京市兆成印刷有限责任公司
- 规 格** 710 × 1000 毫米 16 开本
- 印 张** 26.25
- 字 数** 380 千字
- 版 次** 2010 年 5 月第 1 版
2010 年 5 月第 1 次印刷
- 定 价** 29.80 元
-

版权所有 翻印必究

(如有印装质量问题, 请与我社发行部联系调换)

前 言



F 前 言 FOREWORD



新编百草名方大全

中国医学历史悠久，是一个丰富的宝库，对人类作出了重大的贡献。因此，深入研究这些医学史料，将更能激发我们热爱祖国，热爱包括中医在内的灿烂的中国文化遗产，并在继承的基础上推陈出新，使之不断提高。

由于编者水平有限，再加上中草药又浩如烟海，本书错误和遗漏之处在所难免，望广大读者批评指正。

编 者

目 录



C 目 录 CONTENTS

一 画

二 画

三 画

目 录



新编百草名方大全

大血藤	24
马鞭草	25
马齿苋	27
马 兰	29
马钱子	31
三 七	32
山 楂	34
山茱萸	37
山 药	39
山豆根	40
小 蓟	42
小茴香	44
女贞子	45
千年健	47
川 芎	49
川贝母	50
土茯苓	53
土鳖虫	55

四 画

乌 药	57
乌 韭	59
乌 梅	61
乌 柏	63
五味子	64
五加皮	67
天 麻	69
天南星	71
天葵子	73



天 冬	75
车前草	76
月季花	78
升 麻	80
毛冬青	82
木 香	85
木鳖子	86
木 瓜	88
木 贼	89
木槿花	90
牛 黄	92
牛 膝	94
牛蒡子	97
火麻仁	98

五 画

白 果	101
白 及	104
白 芍	107
白 术	109
白茅根	111
白附子	113
白 芷	114
玉 竹	116
玉米须	119
半枝莲	120
半边莲	123
半 夏	124
石菖蒲	128



新编百草名方大全

石 斛	131
石 榴	134
石 韦	136
生 姜	138
冬 瓜	141
冬葵子	144
玄 参	145
甘 草	147
艾 叶	149
仙鹤草	153
仙 茅	155
龙 胆	157

六 画

防 己	159
防 风	161
肉 桂	163
肉豆蔻	166
百 合	169
百 部	172
地 黄	174
地 榆	178
地骨皮	180
地 龙	183
红 花	185
灯心草	188
竹 茹	190
当 归	192
肉苁蓉	196
决明子	199

目 录

合欢皮	202
刘寄奴	204

七 画

连 翘	207
花 椒	208
陈 皮	211
苍 术	213
补骨脂	214
芡 实	217
芫 花	219
何首乌	222
伸筋草	225
谷精草	227
鸡矢藤	228
鸡血藤	230
鸡冠花	232
鸡内金	234
麦 冬	237
杜 仲	239

八 画

细 辛	243
青 蒿	245
侧 柏	247
佩 兰	249
虎 杖	251
泽 兰	253
玫瑰花	254
板蓝根	256



新编百草名方大全



新编百草名方大全

鱼腥草	258
金钱草	260
金樱子	262
金银花	264
苦 参	267
苦楝皮	269
贯 众	271
败酱草	273
刺五加	275
罗汉果	277

九 画

香 附	279
前 胡	281
胖大海	283
梔 子	285
柿 蒂	286
茜 草	288
急性子	290
莲 子	291
厚 朴	294
枸杞子	296
茵 陈	298
荆 芥	300
骨碎补	302
穿心莲	304
络石藤	305
威灵仙	307
钩 藤	309

十 画

桑寄生	311
桑 叶	312
桔 梗	314
射 干	315
桃 仁	317
柴 胡	318
栝 楼	321
莪 术	322
莱菔子	324
徐长卿	326
夏枯草	328
党 参	329
益母草	332
海风藤	334

十一画

麻 黄	337
续 断	339
淡竹叶	340
蛇床子	341
鹿 茸	343
菟丝子	346
旋覆花	349
菊 花	351
淫羊藿	354
黄 连	356
黄 芪	359
黄 芩	362
黄 精	363





新编百草名方大全

十二画

葛 根	367
蛤 蚧	368
篇 蓄	371
黑芝麻	373
紫 草	374
鹅不食草	376
锁 阳	378
紫苏子	380

十三画

槐 花	383
蜈 蚣	385
蒲公英	387
蜂 蜜	388
蓖麻子	391
路路通	392

十四画以上

薄 荷	395
藿 香	396
稀莶草	399
蝉 蜕	400
酸枣仁	402
薏苡仁	404
薤 白	406



一支箭

【别 名】青藤、蛇咬子、矛盾草，为瓶尔小草科植物一支箭或瓶尔小草植物的全草，主产于我国福建、台湾、广东、安徽、江西、云南、四川、贵州等地。

【形 态】多年生直立小草本，高10~20厘米。地下的根状茎短，圆柱形，有土黄色肉质的细长根多条。营养叶1片，卵圆形或卵状长圆形，长3~5厘米，宽2~3厘米。有长柄，远高出营养叶，顶端着生圆柱状孢子囊群穗长2.5~3.5厘米，线形，顶部有小突尖。

【性 味】苦、甘，凉。

【功 效】有清热解毒、活血散瘀、消肿止痛的功效。对溶血性金黄葡萄球菌有抑制作用。主治乳腺炎、疔疮、瘀血肿痛等。

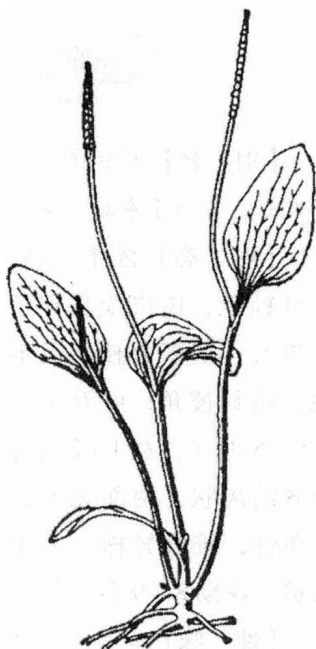
【采 制】春夏采挖带根全草，洗净泥沙、鲜用，如需贮藏，必须阴干。

【鉴 别】此药植物生长于河滩或草地阴湿处，其营养叶只有1片，卵圆形或卵状长圆形，基部心脏形，味微苦。

【贮 藏】阴干，木箱装，放干燥处，潮湿季节应用塑料袋密闭。

【附 方】

毒蛇咬伤：①鲜一支箭15克，鲜飞天蜈蚣（菊科的云南蓍）15克，鲜一枝黄花15克，共捣烂，用第2次洗米水调匀，由上而下擦





伤口周围。②一支箭 15 克，水煎服，另取鲜一支箭适量捣烂敷伤口周围。

疮痍：鲜一支箭 30 克，鲜豨莶草 15 克，加黄砂糖少许，共捣烂敷患处。

胃热痛：一支箭 15 克，水煎服；或用一支箭干粉 3 克，开水送服。

小儿疳积：一支箭、使君子、鸡内金各 10 克，水煮服。

乳痈：鲜一支箭、鲜蒲公英各适量，捣烂敷患处。

一叶萩

【别名】叶底珠、小粒蒿、花扫条，为大戟科植物一叶萩的嫩枝叶及根。分布于东北、华北、华东及河南、湖南、陕西、四川等地。

【形态】灌木，高 1~3 米。根浅红棕色；树皮浅灰棕色，多不规则的纵裂；茎多分枝，当年新枝淡黄绿色，略具棱角；叶互生，椭圆形，长 1.5~5 厘米，宽 1~2 厘米，边缘有不整齐的齿状，两面无毛；叶柄短；花小单性，雌雄异株，无花瓣，色或红或黄。花期 8~9 月，果期 9~10 月。

【性味】辛、苦，温，有毒。

【功效】具有活血舒筋、健脾益



肾的功效。现代药理研究表明，具有活血化瘀、收缩血管、抗肿瘤的作用。用于治疗风湿腰痛、四肢麻木、偏瘫、阳痿、面神经麻痹及小儿麻痹后遗症。

【采制】嫩枝叶，春末至秋末均可采收，割取连叶的绿色嫩枝，捆成小把，阴干；根全年可采，除去泥沙，洗净，切片晒干。

【鉴 别】嫩枝条呈圆柱形，表面暗绿黄色，有时略带红色，具纵走细纹，质脆，断面纤维状，中央白色。味微辛而苦。

根不规则分枝，圆柱形，表面红棕色，有细纵皱，皮有小点或横向皮孔，质脆，断面不整齐，木质部淡黄白色。味淡稍涩。

【附 方】

更年期综合征：每日口服一叶萩碱片 3 次（每片含一叶萩碱 4 毫克），每次 2 片。

风湿腰痛：一叶萩嫩枝 50 克，水煎服。

四肢酸痛：一叶萩根 25 克，枸杞子 20 克，水煎服，每日 2 次。

腰肌劳损：一叶萩根 20 克，九龙藤 5 克，大驳骨 30 克，水煎，冲酒适量服。

一枝黄花

【别 名】野黄菊、满山黄、蛇头王，为菊科植物一枝黄花的全草。全国大部分地区都有分布。

【形 态】多年生草本，高 15 ~ 60 厘米。茎直立，下部光滑无毛，上部有茸毛。叶互生，下部叶具柄，有锯齿，上部叶较小而狭，近于全缘，上面深绿色，下面灰绿色，光滑无毛。圆锥花序，由腋生的总状花序再聚集而成；头状花序小，单生或 2 ~ 4 聚生于腋生的短花序柄上；总苞片狭而尖，具干膜质边缘，大小不等，呈覆瓦状排列，花托秃裸；外围的舌状花黄色；中央筒状花，两性，花冠 5 裂，瘦果近圆柱形，秃净或有柔毛。





新编百草名方大全

【性 味】味微苦、辛，性凉。

【功 效】具有疏风清热、消肿解毒的功效。水煎剂对金黄色葡萄球菌、肺炎球菌、绿脓杆菌有明显的抑制作用。主治感冒头痛、咽喉肿痛、肺炎、百日咳等。

【采 制】全草入药，夏末采收，鲜用或晒干备用。鲜用时去顶尖及根部为佳。

【鉴 别】干品与原植物形态相同，以色绿、叶完整、气清香者为佳。

【贮 藏】晒干，木箱装，放干燥处。

【附 方】

预防感冒：一枝黄花 15 克，贯众、松针（松树针叶）各 30 克，水煎服，连服 3 日，间隔 10 日，可再服 3 日。

急性扁桃体炎，急性咽喉肿痛：①一枝黄花根 15 克，水煎，含服。②一枝黄花、天胡荽、甘草各 10 克，桔梗 6 克，水煎服。

毒蛇咬伤：一枝黄花根 15 克，研细粉，凉开水送服；另取鲜一枝黄花适量，捣烂敷伤口周围及百会穴。

跌打损伤：一枝黄花根 30 克，地耳草 15 克，浸白酒 500 毫升，每服 1 小杯，每日服 1 次。孕妇忌服。

肺病：一枝黄花根 15 克，猪肺 1 具，水炖，服汤食猪肺。

真菌性阴道炎：一枝黄花适量，水煎浓汤，熏洗患处。

小儿麻疹不出：一枝黄花、葛根各 10 克，芫荽、桑叶各 6 克，水煎服。

急性乳腺炎：一枝黄花根 30 克，虎刺根 15 克，水煎服，红糖、米酒为引，并用一枝黄花根的药渣敷患处。

无名肿毒，疔疮疖肿，刀伤出血：鲜一枝黄花嫩叶 60 克，鲜酢浆草、鲜犁头草各 15 克，共捣烂敷患处。

小儿疳积：一枝黄花 30 克，炒大米 10 克。研末，每次服 1.5 ~ 3 克，开水送服，每日服 1 次；或与猪肝适量蒸熟食。