

精 编

神农本草经

实用手册

路军章 魏锋 主编



薏苡仁味甘，微寒。主筋急拘挛，不可屈伸，风湿痹；下气；久服轻身益气。其根，下三虫。一名解蠡。生平泽及田野。



枸杞味苦，寒。主五内邪气，热中消渴；周痹，久服坚筋骨，轻身耐老。一名杞根，一名地骨，一名枸杞，一名地辅。生平泽。



柴胡味苦，平。主心腹肠胃中结气，饮食积聚；寒热邪气；推陈致新。久服轻身明目，益精。一名地薰。生川谷。



合欢味甘，平。主安五脏，利心志，令人欢乐无忧。久服轻身，明目，得所欲。生山谷。

R281.2
20123

精编

神农本草经

实用手册

◎ 路军章 魏 锋 主编



華齡出版社

顾氏自序

李濒湖云：“神农古本草，凡三卷三品，共三百六十五种，首有名例数条，至陶氏作《别录》，乃拆分各部，而三品亦移改，又拆出青箱、赤小豆二条（按《本经》目录，青箱子在下品，非后人拆出也。疑“箱”当作“藟”）。故有三百六十七种，逮乎唐宋屡经变易旧制莫考。（此上并李氏语）今考《本经》三品不分部数，上品一百二十种，中品一百二十种，下品一百二十五种（见《本经》名例），品各一卷，又有序录一卷，故梁·《七录》云三卷，而陶氏《别录》云四卷，韩保昇谓《神农本草》上中下并序录合四卷是也。梁·陶隐居《名医别录》始分玉、石、草、木三品为三卷，虫、兽、果、菜、米、食，有名未用三品为三卷，又有序录一卷，合为七卷，故《别录》序后云：“《本草经》卷上，序药性之原本，论病名之形诊，题记品录，详览施用；《本草经》卷中，玉、石、草、木三品；《本草经》卷下，虫、兽、果、菜、米、食三品，有名未用三品，右三卷其中下二卷，药合七百三十种，各别有目录，并朱墨杂书并子注，今大书分为七卷。”（以上并陶氏语）盖陶氏《别录》仍沿用《本经》上、中、下三卷之名，而中下二卷并以三品，分为子卷，《唐本草》讥其草木同品，虫兽共条，披览既难，图绘非易是也。《别录》于《本经》诸条间有并析，如胡麻《经》云叶名青藟，即在胡麻条下，而《别录》乃分之（《本经》目录无青藟），中品葱薤，下品胡粉、锡镜鼻，并各自为条，而《别录》乃合之，由此类推，凡《证类本草》三品与《本经》目录互异者，疑皆陶氏所移，李濒湖所谓拆分各部，移改三品者是也。青藟之分，盖自《别录》始（《唐本草》注云，《本经》在草部上品，即指《别录》原次言之。），赤小豆之分，则自《唐本草》始，是为三百六十七种，《唐本草》退姑活，别羈、石下长卿、翘根、屈草、淮木于有名未用，故云三百六十一（见《别录》序后，《唐本草》注。），宋本草又退倍子于有名未用，故云三百六十种（见《补注》总叙后），今就《证类本草》三品计之，上品一百四十一，中品一百十三种，下品一百二十五种，已与《本经》名例绝不相符，又有人部一种，有名未用七种并不言于三品何属，李濒湖所谓屡经变易，旧制莫考者是也。李氏《纲目》世称为集大成，以今考之《本经》，而误注《别录》者四

种(草薺、葱、薤、杏仁);从《本经》拆出而误注他书者二种(土蜂、桃蠹虫);原无经文而误注《本经》者一种(绿青);明注《本经》,而经文混入《别录》者三种(藁耳实、鼠妇、石龙子);经文混入《别录》,而误注《别录》者六种(王不留行、龙眼、肤青、姑活、石下长卿、燕屎);《别录》混入经文,而误注《本经》者四种(升麻、由跋、赭魁、鹰屎白)。夫以濒湖博洽而舛误至此,可见著书难,校书亦复不易,《开宝本草》序云,朱字墨字无本得同,旧注新注其文互缺,则宋本已不能无误,又无论濒湖矣,今去濒湖二百余载,古书亡佚殆尽,幸而《证类本草》灵光岿然,又幸而《纲目》卷二具载《本经》目录,得以寻其原委,而析其异同,《本经》三百六十五种之文,章章可考,无阙佚,无差衍,岂非天之未丧斯文,而留以有待乎。近孙渊如尝辑是书,刊入问经堂中,惜其不考《本经》目录,故三品种数,显与名例相违,缪仲淳、张路玉辈,未见《证类本草》,而徒据《纲目》以求经文,尤为荒陋。大率考古者不知医,业医者不知古,遂使赤文绿字埋没于陈编蠹简之中,不及今而亟为搜辑,恐数百年后,《证类》一书又复亡佚,则经文永无完璧之期矣。爰于潘阅之余,重为甄录其先后,则以《本经》目录定之,仍用韩氏之说,别为序录一卷,而唐宋类书所引有出《证类》外者,亦备录焉,为考古计,非为业医计也,而非邃于古而明于医者,恐其闻之而骇,且惑也。

甲辰九月霜降日顾观光识

前言

《神农本草经》简称《本草经》、《本经》，是我国现存最早的药理学专著，成书于东汉，并非出自一时、一人之手，而是秦汉时期众多医学家总结、搜集、整理当时药理学经验成果的专著。它是对我国中草药历史上的第一次系统总结，是汉代本草官员的托名之作。后因战乱而丧失，仅存四卷本（见陶弘景序）。后经魏晋名医迭加增订，又产生了多种本子。与陶弘景并称为“诸经”。陶弘景“苞综诸经，研括烦省”作《本草经集注》。以《集注》为分界点，对《集注》以前的多种《本草经》，称之为陶弘景以前的《本草经》；记载在《集注》中的《本草经》，称之为陶弘景整理的《本草经》。陶弘景以前的《本草经》散见于宋以前的类书和文、史、哲古书的注文中。陶弘景整理的《本草经》见于历代主流本草中。

《神农本草经》全书分三卷，收入药物365种，并将药物按照效用分为上、中、下三品。上品120种，主要是一些无毒药，以滋补营养为主，既能祛病又可长服强身延年；中品120种，一般无毒或有小毒，多数具补养和祛疾的双重功效，但不宜久服；下品125种，是以祛除病邪为主的药物，多数有毒或药性峻猛，容易克伐人体正气，使用时一般病愈即止，不可过量使用。另外，《本经》依循《内经》提出的君臣佐使的组方原则，也将药物以朝中的君臣地位为例，来表明其主次关系和配伍的法则。《本经》对药物性味已有了详尽的描述，指出寒、热、温、凉四气和酸、苦、甘、辛、咸五味是药物的基本性情，可针对疾病的寒、热、湿、燥性质的不同选择用药。寒病选热药，热病选寒药，湿病选温燥之品，燥病须凉润之流，相互配伍，并参考五行相生相克的关系，对药物的归经、走势、升降、浮沉都很了解，才能选药组方，配伍用药。

作为最早的一部药理学专著，《神农本草经》对于药物及其采摘、炮制及使用方法等的论述，到了今天，仍是医药工作者的主要理论依据和操作规范。虽然由于历史条件的限制，书中掺杂了少数荒诞无稽之说，如朴消“炼何服之、轻身神仙”、太一余粮“久服轻身飞行千里神仙”、泽泻“久服能行水上”、水银“久服神仙不死”等等。但是书中对于药物性质的定位和对其功能、主治的描述总体上是十分准确的，其中大部分药理学理论和规定的

配伍规则以及提出的“七情合和”原则在几千年的用药实践中发挥了巨大作用，被誉为中药学经典著作。因此很长一段历史时期内都是医生和药师学习中药学的教科书，也是医学工作者案头必备的工具书之一。

《精编神农本草经实用手册》是在忠实于《神农本草经》（清代顾观光^①的辑本）原著的基础上，以《中华人民共和国药典》（2010年版第一部）及《中药学》（第二版）为指导，以全新的视野和全新的形式对原著进行深度挖掘（从《神农本草经》一书所载的各种药物中精选出100多种现今仍常用于中医临床的、药效明显的药物配上彩色药物照片的形式进行全新演绎）。更加符合现代疾病特点及现代人养生保健习惯。书中对每种药物的原文、今释（含现代药物上的性味归经、功效主治、用量用法、使用禁忌、来源、形态特征、采收加工、别名等）、配伍应用、药膳食疗等都作了详细的说明，具有较强的时效性、实用性和可操作性。需要特别声明的是：广大读者朋友在阅读和使用本书时，如果需要应用书中所列的部分内容，必须要在专业医师的指导下使用，以免造成不必要的伤害！编者衷心希望本书能使广大读者朋友对《神农本草经》的进一步研究和传播起到一定的作用。

本书的主要读者对象是广大医务工作者、医学研究机构的从业人员、相关院校的师生，还可供广大中医药爱好者及全国各种类型的图书馆收藏。

另外，由于书中需要考证的地方也较多，加上编者知识水平所限，书中的错漏之处，请广大读者批评指正，以便我们在再版时及时修改，使本书更加完美！

读者交流邮箱：xywenhua@yahoo.cn。

编 者
2011年10月

目录



本经·上品

合欢	1	络石	31
天麻	2	龙胆	32
龙眼	4	牛膝	34
滑石	6	卷柏	35
猪苓	8	杜仲	37
茯苓	9	细辛	38
柏实	10	独活	40
天门冬	12	柴胡	41
麦门冬	13	酸枣	43
白术	15	枸杞	44
干地黄	16	薏苡仁	46
菖蒲	18	车前子	47
远志	20	蛇床子	49
泽泻	21	蒺藜子	50
薯蓣	23	茜根	52
菊花	24	白英	53
甘草	26	茵陈蒿	54
人参	28	漏芦	56
石斛	30	王不留行	57

蒲黄·····	59	葡萄·····	70
肉苁蓉·····	60	大枣·····	72
石下长卿·····	61	藕实茎·····	73
蔓荆实·····	63	鸡头·····	75
女贞实·····	64	白瓜子·····	76
桑上寄生·····	66	冬葵子·····	78
辛夷·····	67	胡麻·····	79
阿胶·····	69		

本经·中品



石膏·····	81	厚朴·····	107
阳起石·····	82	竹叶·····	109
防风·····	84	玄参·····	110
秦艽·····	85	沙参·····	112
黄芪·····	87	苦参·····	113
巴戟天·····	89	续断·····	115
吴茱萸·····	90	枳实·····	116
黄连·····	92	山茱萸·····	118
五味子·····	93	桑根白皮·····	119
决明子·····	95	石韦·····	121
桔梗·····	97	通草·····	122
川芎·····	98	白芷·····	123
葛根·····	100	白薇·····	125
知母·····	101	升麻·····	126
贝母·····	103	苍耳·····	128
栝楼·····	104	茅根·····	129
丹参·····	106	百合·····	131

酸酱·····	132	木香·····	144
淫羊藿·····	134	麝香·····	146
栀子·····	135	羚羊角·····	147
凌霄花·····	136	鹿茸·····	149
紫菀·····	137	露蜂房·····	150
白鲜·····	139	白僵蚕·····	152
五加皮·····	140	龟甲·····	153
水萍·····	141	鳖甲·····	155
干姜·····	143	梅实·····	156

本经·下品



代赭石·····	158	黄芩·····	172
大黄·····	159	地榆·····	173
当归·····	160	贯众·····	175
葶苈·····	162	青葙子·····	176
旋覆花·····	163	连翘·····	177
商陆·····	165	白头翁·····	178
射干·····	166	白及·····	179
麻黄·····	167	败酱·····	180
款冬·····	168	夏枯草·····	181
牡丹皮·····	169	杏核仁·····	182
防己·····	171		

本经·上品

Hehuan

合欢

【原文】味甘，平。主安五脏，利心志，令人欢乐无忧。久服轻身，明目，得所欲。生山谷。



《今释》

性味归经：甘，平。归心、肝、肺经。

功效主治：解郁安神，活血消肿。用于心神不安，忧郁失眠，肺病，疮肿，跌仆伤痛。

用量用法：6~12克，煎服。外用：适量，研末调敷。

使用禁忌：合欢的花或花蕾，阴虚津伤者慎用。

来源：本品为豆科植物合欢的干燥树皮。

形态特征：落叶乔木，高4~15米。羽片4~12对，小叶10~30对，长圆形至线形，两侧极偏斜。花序头状，多数，伞房状排列，腋生或顶生；花淡红色。荚果线形，扁平，幼时有毛。



采收加工：夏、秋二季剥取，晒干。

别名：夜台皮、合昏皮、合欢木皮。

【配伍应用】

忿怒忧郁、烦躁失眠、心神不宁等症：

可单用或与酸枣仁、柏子仁、首乌藤等配伍应用。

跌打仆伤、损筋折骨：与桃仁、乳香、红花、没药、骨碎补等配伍同用。

肺病、胸痛、咳吐脓血：单用有效，如黄昏汤（《千金方》）；也可与冬瓜仁、鱼腥草、桃仁、芦根等同用。

疮痈、肿毒：常与蒲公英、连翘、紫花地丁、野菊花等同用。

【药膳食疗】

◎ 合欢芡实茶

原料：合欢皮15克，芡实、红糖各30克。

制法：合欢皮、芡实加水1000毫升，煮沸30分钟，去渣，加入红糖，再煎至300毫升，分3次温服。

用法：每日1剂。

功效：益气安神。

适用：神经衰弱、失眠等。



Tianma

天麻

【原文】味辛，温。主杀鬼精物，蛊毒恶气。久服益气力，长阴，肥健，轻身增年。一名离母，一名鬼督邮。生川谷。



【今释】

性味归经：甘，平。归肝经。

功效主治：息风止痉，平抑肝阳，祛风通络。用于小儿惊风，癫痫抽搐，破伤风，头痛眩晕，手足不遂，肢体麻木，风湿痹痛。

用量用法：3~10克，煎服；研末冲服，每次1~1.5克。

使用禁忌：气虚甚者慎服。



来源：本品为兰科植物天麻的干燥块茎。

形态特征：多年生寄生植物。寄主为密环菌，以密环菌的菌丝或菌丝的分泌物为营养源。块茎横生，椭圆形或卵圆形，肉质。茎单一，直立，黄红色。叶退化成膜质鳞片状，互生，下部鞘状抱茎。总状花序顶生；苞片膜质，披针形或狭叶披针形，膜质，具细脉。花淡绿黄色或橙红色，花被下部合生成壶状，顶端5裂；唇瓣高于花被管2/3，能育冠状雄蕊1枚，着生于雄蕊上端子房柄扭转。蒴果长圆形或倒卵形。种子多而极小，成粉末状。



采收加工：立冬后至次年清明前采挖，立即洗净，蒸透，敞开低温干燥。

别名：神草、离母、赤箭芝、合离草、鬼督邮、明天麻、定风草、白龙皮。

【配伍应用】

肝阳上亢之眩晕、头痛：常与钩藤、石决明、牛膝等同用，如天麻钩藤饮（《杂病证治新义》）。

风痰上扰之眩晕、头痛、痰多胸闷者：常与半夏、陈皮、茯苓、白术等同用，如半夏白术天麻汤（《医学心悟》）。

头风攻注、偏正头痛、头晕欲倒者：可配等量川芎为丸，如天麻丸（《普济方》）。

中风手足不遂、筋骨疼痛等：可与没药、制乌头、麝香等配伍，如天麻丸（《圣济总录》）。

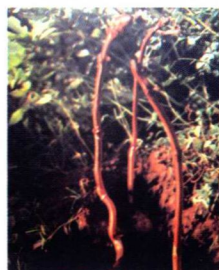
风湿痹痛、关节屈伸不利者：多与秦艽、羌活、桑枝等同用，如秦艽天麻汤（《医学心悟》）。

【药膳食疗】

◎ 天麻竹笋汤

原料：天麻20克，竹笋150克。

制法：先将天麻用温水浸2小时，再切成薄片，加水1000毫升煎煮40分钟，放竹笋（切片）同煮20分钟，加调味品少许。



用法：吃药喝汤，1次下，连服5~7日。

功效：凉肝熄风。

适用：肝风欲动所致之头晕。

◎ 天麻炖猪脑

原料：天麻10克，猪脑1付，盐适量。

制法：上味药洗净，加清水适量，隔水蒸熟调味即可。

用法：佐餐食用。

功效：降压安神，软化血管。

适用：眩晕眼花、头昏痛、耳鸣者。

◎ 天麻绿茶

原料：天麻3~5克，绿茶1克。

制法：将天麻、绿茶加沸水冲泡。

用法：代茶饮用。

功效：平肝熄风，定惊安神。

适用：肝阳上亢所致眩晕者。

◎ 天麻鲤鱼

原料：天麻25克，茯苓、川芎各10克，鲜鲤鱼1尾（1000克）。

制法：将川芎、茯苓切片，与天麻一同放入二次米泔水中，浸泡4~6小时，捞出天麻，置米饭上蒸透，切片；再将天麻片放入去鳞、鳃、内脏之鱼腹中，置盆内，加入少量姜、葱、清水，蒸约30分钟；再按常规方法制作调味羹汤，浇于鱼上即成。

用法：佐餐服用。

功效：平肝宁神，活血止痛。

适用：肝阳头痛、眩晕、失眠等。



Longyan

龙眼

【原文】味甘，平。主五脏邪气；安志，厌食。久服强魂聪明，轻身不老，通神明。一名益智。生山谷。



【今释】

性味归经：甘，温。归心、脾经。

功效主治：补益心脾，养血安神。用于气血不足，心悸怔忡，健忘失眠，血虚萎黄。

用量用法：10~25克，煎服；大剂量30~60克。



使用禁忌：有上火发炎症状时不宜食用，怀孕后不宜过多食用。

来源：本品为无患子科植物龙眼的假种皮。

形态特征：常绿大乔木，树体高大，多为偶数羽状复叶，小叶对生或互生。圆锥花序顶生或腋生，果球形，种子黑色，有光泽。

采收加工：夏、秋二季采收成熟果实，干燥，除去壳、核，晒至干爽不黏。

别名：桂圆肉、亚荔枝。

【配伍应用】

思虑过度、劳伤心脾、惊悸怔忡、失眠健忘：与人参、当归、酸枣仁等同用，如归脾汤（《济生方》）。

年老体衰、产后、大病之后，气血亏虚：可单服本品，如（《随息居饮食谱》）玉灵膏（一名代参膏），即单用本品加白糖蒸熟，开水冲服。

【药膳食疗】

◎ 桂圆红枣汤

原料：桂圆肉30克，红枣25克，冰糖适量。

制法：将桂圆肉、红枣洗净，放入沙锅中，加水适量，用大火烧沸后改用小火煎煮片刻，加冰糖调味即成。

用法：睡前食用。

功效：健脾养心，益气补血。

适用：心脾两虚所致贫血等。

◎ 桂圆肉猪心汤

原料：桂圆肉、党参各30克，猪心1个（约300克），红枣5个。

制法：将猪心切去肥油，洗净，桂圆肉、红枣（去核）、党参洗净，与猪心一齐放入锅内，加清水适量，先以大火煮沸后，再以小火煲2小时，调味即可。

用法：每日分2次服用。



功效：补益气血，养心安神。

适用：气血亏虚引起的失眠健忘者。

◎ 桂圆首乌汤

原料：桂圆肉20克，当归6克，红枣、制首乌各15克，冰糖50克。

制法：将制首乌、当归去净灰渣，烘干碾成粉末；红枣去核后切成细粒，桂圆肉剁碎；净锅置中火上，加入清水700毫升及制首乌末、当归末，煎煮至沸，再加入桂圆肉末、红枣粒、冰糖，熬煮至汤剩300毫升即成。

用法：坚持长期服用，服用30日后需停1周，之后再继续服用。

功效：补肝肾，益精血，润肌肤，美容颜。

适用：妇女产后血虚不足、精神不振等。

◎ 桂圆糯米粥

原料：桂圆肉15克，糯米100克。

制法：将淘洗干净的糯米入锅，加水1000毫升，用大火烧沸后转用小火熬煮，待粥半熟时加入桂圆肉，搅匀后继续煮至粥成。

用法：每日晨起和睡前温热食用。

功效：补益心脾，安神。

适用：提高记忆力、贫血等。

Huashi

滑石

【原文】味甘，寒。主身热泄；女子乳难；癥闭，利小便；荡胃中积聚寒热；益精气。久服轻身，耐饥长年。生山谷。



【今释】

性味归经：甘、淡，寒。归膀胱、肺、胃经。

功效主治：利尿通淋，清热解暑；外用祛湿敛疮。用于热淋，石淋，尿热涩痛，暑湿烦渴，湿热水泻；外治湿疹，湿疮，痱子。

用量用法：10~20克，先煎。外用：适量。

使用禁忌：脾胃虚弱，或热病伤津，或肾虚滑精者均禁用。孕妇慎服。

来源：本品为硅酸盐类矿物滑石族滑石，主含含水硅酸镁。

形态特征：本品单斜晶系，多为块状集合体，晶体呈六方形或菱形板状，但完好的晶体极少见，通常为粒状和鳞片状的致密块体。白色、黄白色或淡蓝灰色，有蜡样光泽。质软，细腻，手摸有滑润感，无吸湿性，置水中不崩散。

采收加工：采挖后，除去泥沙及杂石。

别名：冷石、共石。

【配伍应用】

热淋（若湿热下注之小便不利、热淋及尿闭等）：常与车前子、瞿麦等同用，如八正散（《和剂局方》）。

石淋：与海金沙、金钱草等配用。

暑热烦渴、小便短赤：可与甘草同用，即六一散（《伤寒标本》）。

湿疮、湿疹：可单用或与枯矾、黄柏等为末，撒布患处。

痄子：可与薄荷、甘草等配合制成痄子粉外用。

【药膳食疗】

◎ 滑石田螺汤

原料：滑石、白茅根各50克，田螺500克，姜、盐各适量。

制法：先将田螺用清水反复浸洗至沙吐净，加入上几味药材、田螺、姜及适量清水同煮大半小时，加盐调味即可。

用法：餐前食用。

功效：清热消炎，通利小便。

适用：湿热内蕴型前列腺炎、小便混浊、涩抑不畅等。

◎ 滑石粥

原料：滑石30克，瞿麦10克，粳米约100克。

制法：先把滑石用布包扎，然后与瞿麦同入沙锅煎汁去渣，入粳米煮为稀薄粥。

用法：每日早餐食用。

功效：清热消炎，通利小便。

适用：急、慢性膀胱炎引起的小便不畅、尿频尿急、淋沥热痛等。



Zhuling

猪苓

【原文】味甘，平。主疟；解毒；蛊疟不祥；利水道。久服轻身耐老。一名猪矢。生山谷。



【今 释】

性味归经：甘、淡，平。归肾、膀胱经。

功效主治：利水渗湿。用于小便不利，水肿，泄泻，淋浊，带下。

用量用法：6~12克，煎服。

使用禁忌：无水湿者忌服。

来源：本品为多孔菌科真菌猪苓的干燥菌核。

形态特征：菌核体呈长形块或不规则块状，表面凹凸不平，有皱纹及瘤状突起，棕黑色或黑褐色，断面呈白色或淡褐色。子实体自地下菌核内生出，常多数合生；菌柄基部相连或多分枝，形成一丛菌盖，伞形或伞半状半圆形，总直径达15厘米以上。每一菌盖为圆形，直径1~3厘米，中央凹陷呈脐状，表面浅褐色至茶褐色。菌肉薄与菌管皆为白色；管口微小，呈多角形。

采收加工：春、秋二季采挖，除去泥沙，干燥。

别名：野猪食、猪屎苓、地乌桃。

【配伍应用】

通身肿胀、小便不利：单用一味猪苓为末，热水调服。

水湿内停所致之水肿、小便不利：常与泽泻、茯苓、白术等同用，如四苓散（《明医指掌》）。

肠胃寒湿、濡泻无度：常与肉豆蔻、黄柏同用，如猪苓丸（《圣济总录》）。

热淋、小便不通、淋沥涩痛：本品配生地、滑石、木通等，如十味导赤汤（《医宗金鉴》）。

【药膳食疗】

猪苓粥

原料：猪苓10克，大米100克，白糖少许。

制法：将猪苓择净，放入锅中，加清水适量，水煎取汁，加大米煮粥，待熟时调入白糖，再煮一、二沸即成。

用法：每日1剂。

功效：利水渗湿。

适用：小便不利、水肿、泄泻、淋浊、带下等。

猪苓瓜皮鲫鱼汤

原料：猪苓、冬瓜皮各30克，鲫鱼500克，生姜4片。

