



廈門百草

閩南常用中草藥驗方

厦门百草

闽南常用中草药验方

陈裕 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

厦门百草——闽南常用中草药药方/陈裕著. -北京: 中国文联出版社,
2003.12

(当代作家文萃)

ISBN 7-5059-4273-5

I.厦… II.闽… III.中草药作品集-中国-当代

IV.I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2003) 第003149号

书 名	厦门百草——闽南常用中草药药方
作 者	陈 裕
责任编辑	尹龙元
出版发行	中国文联出版社
地 址	北京农展馆南里10号 (100026)
经 销	全国新华书店
开 本	850×1168 1/32
字 数	210千字
印 张	8.25印张
印 数	1-2000册
版 次	2003年12月第1版
印 次	2003年12月第1次印刷
书 号	ISBN 7-5059-4273-5/I·3334
定 价	80.00元 (本册定价: 15.00元)

总序

留给厦门的日记

2004年1月1日，厦门晚报将迎来创刊十周年的生日。

十年树木，从蹒跚学步到健步而行，厦门晚报完成了从幼年到青年的转变过程，发行量从几千到十多万份，成为厦门的主流媒体。三千六百多天，厦门晚报在鹭岛200多万市民的呵护扶持下，与百姓同呼吸，共命运，风雨同舟，携手共进。

十年风雨，我们目睹厦门从小变大，从海岛型城市向海湾型城市转变；我们目睹高楼拔地而起，商圈更迭；我们目睹筍筍湖从一泓臭水，变成碧波荡漾的人居飞地；我们目睹环岛路从无到有，变成每天迎接晨曦的“中国最美丽的海滨马拉松赛道”……

十年铸一剑。作为大众传媒——社会信息中心、舆论载体、社会公器和快乐精神中枢，十年来，厦门晚报扮演这些社会角色，留下了许许多多的产品。她的许多作品铭记在厦门的城市记忆中，流传在许多人家的饭桌上、剪报中。其中有一些，例如刘翔的漫画，萧春雷的散文，已经被出版社捷足先登，结集出版。有一些已经结集内部出版，例如《情聚鹭岛——厦门首届双胞

胎联谊活动纪念画册》、《回首 20 年》。现在,在厦门晚报创刊十周年之际,我们又选编了以下几方面的内容,作为其中的成果,呈献给厦门的父老乡亲:

《与你同行》——厦门晚报十周年优秀新闻作品选集。这是一条真实的时光隧道,将引领你回首曾经发生在我们身边的历历往事:厦门晚报发动的全市公交车投币问题的讨论、暗访医疗窗口系列报道、共饮一江水系列报道等等。白纸黑字可以作证,在过去的三千六百多个日子里,每时每刻,厦门晚报的记者编辑在路上与市民相伴,在纸上与读者同行。

《城市记忆》——取材于厦门晚报的特色版面“乡土”版。这是厦门平面媒体中惟一个立足于闽南地理、人文、历史等的专题版面。它以全新的眼光打量那些渐行渐远的旧事物,以新闻笔触,描历史旧影。那些文化的八闽历史碎片,以及残光碎羽,在这本书里面得以沉淀、升华,让我们再一次慢慢咀嚼、回味。

《厦门百草》——取材于曾经刊发在厦门晚报上的一百二十余种中草药,详细介绍其应用药方。应部分读者的要求,本报请作者重新修订、整理而成。

《徐革 VS 须一瓜》——本报培养出来的福建著名女作家、记者徐革的个人作品集。她“如鱼得水,漫游于广大的都市:繁杂的生活、繁杂的人物、繁杂的身份和经验,她的眼光宽而尖锐,好像她是没有‘我’的,她随时能够进入任何一个‘我’,在这个异质的‘我’的内部感受、行动和发问。”(李敬泽)

厦门晚报十载寒暑,天天记事,日日播报,全是写给厦门特区的城市日记。作为新闻战线的一名老兵,作为总编辑,我深知给一个发展中的城市写“日记”的艰辛,也体会到了写“日记”的快乐。新闻恒新,在读者的注视下,厦门晚报一刻也不敢稍微懈怠。这套丛书,算是厦门晚报全体同仁交给厦门百万读者的一份阶段性答卷。

是为序。

朱家麟

2003 年 12 月 1 日

前言

陈 裕

我从事中药引种栽培和资源开发研究工作 40 余年,退休闲暇,撰写中药科普知识文章百余篇,先后在《厦门晚报》等刊物发表和有关学术会上交流。其中有一部分中药如引种南药砂仁、巴戟天、肉桂,北美西洋参、甜菊,珍稀植物金线莲的人工栽培等,是在工作单位——福建省亚热带植物研究所多年的科研成果。我的中药科普知识文章在《厦门晚报》刊出后,颇受读者喜爱。时值《厦门晚报》创刊 10 周年,承蒙编辑部不弃,邀我将多年陆续发表的作品整理出版,列入《厦门晚报十年里程》丛书出版计划。

本书为现代中药知识小品汇编。每篇简要介绍植物形态特征,生境分布,药用由来,性味归经、现代药理化学和临床研究,功用主治,用量用法,附单验方千则和研究新成果。本人自觉,此书可供医药行业,特别是城乡医药工作者和广大中医药爱好者阅读参考。

本书在编著中参考和引用了许多专

家、名老中医的宝贵资料和方剂,厦门中医院院长、糖尿病专家杨叔禹教授,陕西科技精英、中国中医药学会中药鉴定分会委员、主任药师李世全先生悉心指导。由于本人水平有限,错谬之处必定存在,敬请读者批评指正。

2003 年 11 月

目 录

1. 人参	(1)
2. 金线莲	(4)
3. 绞股蓝	(6)
4. 北美西洋参	(7)
5. 猫须草	(10)
6. 银杏	(11)
7. 杜仲	(13)
8. 蛇床子	(15)
9. 肉桂	(17)
10. 罗汉果	(19)
11. 三七	(21)
12. 玫瑰茄	(23)
13. 砂仁	(23)
14. 芦笋	(25)
15. 巴戟天	(26)
16. 甜菊	(29)
17. 叶下珠	(30)
18. 马齿苋	(31)
19. 马蹄金	(34)
20. 灵芝	(35)
21. 枸杞子	(36)
22. 冬虫夏草	(38)

23. 胡椒	(40)
24. 茯苓	(42)
25. 甘草	(44)
26. 墨莲草	(46)
27. 天麻	(47)
28. 苦丁茶	(50)
29. 山药	(51)
30. 鱼腥草	(53)
31. 侧柏叶	(55)
32. 车前	(57)
33. 茵陈	(59)
34. 白花蛇舌草	(61)
35. 天冬	(63)
36. 夏枯草	(65)
37. 金银花	(67)
38. 山茱萸	(69)
39. 射干	(72)
40. 五味子	(73)
41. 何首乌	(75)
42. 芡实	(78)
43. 穿心莲	(80)
44. 菊花	(81)
45. 猕猴桃	(83)
46. 黄芪	(85)
47. 莲	(89)
48. 海带	(91)
49. 党参	(92)
50. 当归	(95)
51. 仙人掌	(98)
52. 太子参	(100)

53. 女贞子	(102)
54. 桔梗	(104)
55. 泽泻	(106)
56. 玉米须	(108)
57. 荸荠	(109)
58. 虎杖	(111)
59. 鸭跖草	(113)
60. 薄荷	(115)
61. 黄连	(117)
62. 板蓝根	(119)
63. 薏苡仁	(120)
64. 芦荟	(123)
65. 百合	(125)
66. 大枣	(128)
67. 白扁豆	(130)
68. 杏仁	(132)
69. 黄精	(133)
70. 山楂	(136)
71. 吴茱萸	(137)
72. 肉苁蓉	(139)
73. 仙鹤草	(141)
74. 大黄	(142)
75. 红花	(144)
76. 苍耳草	(146)
77. 菟丝子	(147)
78. 黄芩	(149)
79. 益母草	(151)
80. 黑芝麻	(153)
81. 蒲公英	(154)
82. 桑椹	(156)

83. 荔枝	(158)
84. 牛蒡子	(159)
85. 栗子	(162)
86. 龙眼肉	(163)
87. 鲜藕	(165)
88. 生姜	(167)
89. 白茅根	(169)
90. 淡竹叶	(171)
91. 鬼针草	(173)
92. 丹参	(174)
93. 玉竹	(176)
94. 野菊花	(178)
95. 沙参	(180)
96. 石斛	(183)
97. 龙胆	(185)
98. 橄榄	(187)
99. 桑叶	(189)
100. 熟地黄	(191)
101. 川芎	(194)
102. 白术	(196)
103. 贝母	(198)
104. 葛根	(200)
105. 淫羊藿	(202)
106. 白芍药	(204)
107. 酸枣仁	(206)
108. 白及	(208)
109. 金钱草	(209)
110. 决明子	(210)
111. 香附	(212)
112. 蒺藜	(214)

113. 藿香	(215)
114. 玫瑰花	(217)
115. 绿豆	(218)
116. 赤小豆	(220)
117. 钩藤	(222)
118. 麦冬	(223)
119. 益智	(225)
120. 仙茅	(226)

本草对人参的药性、药用价值和应用均有详述。祖国医学认为，人参味甘微苦，性微寒，具有大补元气、复脉固脱、补脾益肺、生津、安神功效，用于体虚欲脱、肢冷脉微、肺虚咳嗽、津伤口渴、久病虚羸、惊悸失眠、妇女宫冷、梦泄过多、头昏耳鸣、阳痿、自汗等症，对高血压、动脉硬化、冠心病、糖尿病、贫血、肝病及老年病等亦有较好疗效，是一种“扶正固本”的强壮剂。

现代药理学研究证明，人参能兴奋神经系统，能提高脑、体力、智力能力，可提高工作效率、学习能力，强化记忆有明显促进作用，能刺激造血器官，促进造血机能旺盛。人参以生长、体直、质全、支根者为佳，勿选带黄皮、心死、压伤、霉变和含杂质的人参。大约有 40 余种植物的根茎经过去工后，形状和色泽很像人参，其中原产我国有：马兜苣科的桔梗（又称土人参）、薯蓣科山药、薯蓣科商陆科的商陆（又称山萝卜），它们经蒸煮后发红棕色，用沸水浸，鉴别方法为：商陆断面具有散在同心木化环纹，而桔梗、山药、商陆断面具有散在同心木化环纹，而桔梗断面有，商陆断面有散在同心木化环纹，而桔梗断面有。

目前，在临床上应用的人参，一是主产我国东北的中国人参，另一为主产于北婆罗洲和日本的西洋参，两种是五加科人参属多年生植物，其中人参有野山参与人参（栽培参）之分，西洋参（又名西洋参）与西洋参同，大致可分生晒参（生晒参）、熟晒参（熟晒参）、红参（经沸水处理而成）、糖参（经浸糖处理而成）、山参（经温凉干燥而成），保持了野山参原有的香、色、味、大补益、参须等。

1. 人参

人参是妇孺皆知的药用植物,由于人参年深,根如人形,有神,故称“神草”,又名人衔、鬼差、黄参、血参。人参属五加科人参属多年生草本植物。我国栽培人参始于西晋末年,距今至少1660年以上历史。清朝乾隆至同治年间,人参栽培发展迅速,规模逐渐扩大,被称为“神药”。我国是世界上栽参、产参、用参最早的国家。

人参始载于范蠡著《斗然》,《神农本草经》列为上品,历代本草对人参的药性、药用价值和应用均有详述。祖国医学认为,人参味甘微苦,性微寒,具有大补元气,复脉固脱,补脾益肺、生津、安神功效,用于体虚欲脱、肢冷脉微、脾虚食少、肺虚喘咳、津伤口渴、久病虚羸、惊悸失眠、妇女崩漏、失血过多、头晕腰酸、阳痿、宫冷等症,对高血压、动脉粥样硬化症、肝病、糖尿病、贫血、肿瘤及老年病等亦有较好疗效,是一种“扶正固本”的强壮剂。

近代药理研究证明,人参能兴奋神经系统,能提高脑、体力活动能力,对提高工作效率、学习能力、强化记忆有明显促进作用,能刺激造血器官,促进造血机能旺盛。人参以身长、体重、质坚、支粗者为佳,勿选带黄皮、破疤、虫蛀、霉变和含杂质的人参。大约有20余种植物的根部经过加工后,形状和色泽很像人参根,其中最常见有:马齿苋科的枳椇(又称土人参),菊科山莴苣和商陆科商陆属的商陆(又称山萝卜),它们经蒸煮后变红棕色,很像红参。鉴别方法为:商陆断面具有数层同心木化环纹,而红参正品无;商陆味淡麻舌,红参则味微苦而甜。

目前,在临床上广为应用的人参,一是主产我国东北的中国人参,另一为主产于北美洲和加拿大的西洋参,两种是五加科人参属多年生宿根草本植物。中国人参有野山参与园参(栽培参)之分,前者优于后者。园参按加工方法不同,大致可分生晒参(或称白参、经晒、烘干而成)、红参(经蒸煮处理而成)、糖参(经浸糖处理)、活性移山参(低温冷冻干燥而成,保持了鲜参原有的香、色、味)、大力参、参须等。

选择哪种人参制品服用须视个人的体质状况而定。对于体质虚弱、气短喘促、走路气急、自汗腋冷、久病虚弱、神经衰弱、失眠多梦、食欲不振、腰膝酸软和慢性肾炎、心肌炎、冠心病等患者,选用各当生晒参为宜。对于畏寒怕冷、手脚不暖、头晕体倦、阴气衰弱、四脚乏力、关节酸痛和气血不和,体质虚弱的老年人,可以选用红参。高血压、肝炎及肝肿瘤不患宜选用红参,而应选用白参或活性移山参。

几种人参服法与注意事项:

1、嚼服:将红参或生晒参切成薄片,每次2—3片含在嘴里慢慢嚼化,一日服2—3克,分多次服用。此法简单,将参片包装置于衣兜里,不论走在哪里,随时可以取用。这种服法可使人参的有效成分在体内维持一定浓度,从而使机体不间断地从中受益,强壮滋补,且对于防御口腔、咽喉病变,尤有良效。

2、吞服:将人参研成细末,每日服2—3克,一日服1—2次,清晨或早晚各1次,用温开水或稀粥汤送服。

3、蒸服:取6—9克切片人参,置于瓷碗或瓷杯里,用少许水浸渍,待参片膨胀,加适量水,按需要加冰糖,加盖后,放在锅内,隔水文火蒸炖约半小时,待锅内降温后,揭开盖子,先饮汁,后食渣,或连汁带渣一起吃下,一日一服,睡前饮用。也可将人参汁冲入药汁中一起内服。

4、冲服:将3—5克人参片置于茶杯或保温瓶中,倒入开水闷泡10分钟后即可饮服。一般可泡数次。待人参味变淡,连渣一起吃下。

5、浸酒服:将一只10—15克人参切片,放入500毫升白酒内,密闭浸泡,每日振荡一次,两周后可饮服。一日约饮25毫升左右,在吃饭时饮服。

6、炖服:将6—9克人参切成片,放在母鸡、母鸭、猪(瘦肉、内脏)、羊或牛肉中,隔水蒸炖,直至炖透,吃肉喝汤。或先将食物炖熟,取其适量汁液,放入人参片,按蒸服方法操作饮用。

人参一般用量为煎服3—9克;研末吞服1—2克。如用于抢

救虚脱者,可用 15—30 克,煎取浓汁分数次灌服。用于丸散剂内,每次 1—3 克。不宜与藜芦、五灵脂同用。实证、热证而正气不虚者不宜用。

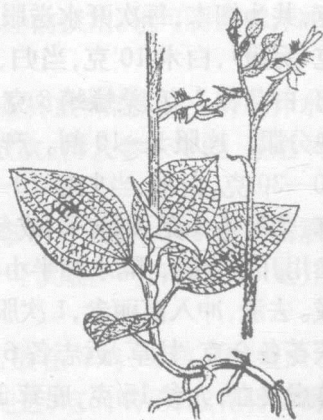
体虚脱肛:人参 5—10 克,黄芪 15 克,龙眼肉 10 克,水煎服。**补心宁神:**人参、玄参各 30 克,茯苓、麦冬、生地各 15 克,天花粉、丹皮各 9 克,水煎,每日 1 剂,1 日 2 次。**遗精:**人参 12 克,天冬 9 克,熟地黄 15 克,水煎,每日 1 剂,分 2 次服。**痴呆:**人参、茯神、酸枣仁各 15 克,菖蒲、半夏各 10 克,陈皮、甘草各 6 克,水煎,每日 1 剂,分 2 次服。**昏迷:**人参 15 克,附子 10 克(先煎),麦冬 15 克,五味子 10 克,水煎,每日 1 剂,分 2 次服。**月经过多:**人参、黄芪、白术各 15 克,升麻、炙甘草各 6 克,水煎,每日 1 剂,分 2 次服。**失眠:**人参 9 克,枸杞 30 克,五味子 30 克,白酒 500 毫升,浸泡半个月,睡前饮 10—15 毫升,不要过量。**胃下垂:**红参 12 克,黄芪 30 克,母鸡肉 50 克,放入瓷碗内加水适量,食盐少许,隔水炖 2 小时,分早晚两餐饮汤食肉,每周 1 剂,连服 4—5 剂有显著疗效。**糖尿病:**人参 10 克,黄芪 20 克,淮山药 30 克,玄参、天花粉各 15 克,知母 12 克,水煎 2 次,取汁混匀代茶饮,每周 2—3 剂,早晚分服;或人参、黄连各 10 克,天花粉、泽泻各 20 克,共为细末,每次开水送服 3 克,每日 3 次。**老年夜尿:**人参 5 克(另服),白术 10 克,当归、酸枣仁、益智仁、山药各 6 克,山萸肉、白芍各 7 克,桑螵蛸 8 克,甘草 3 克,每日 1 剂,水煎 2 次,早晚分服,连服 5—10 剂。**产后尿潴留:**高丽参 5—10 克,黄芪 10—30 克,白术、当归各 10—15 克,炙甘草、陈皮各 3—5 克,升麻、柴胡各 3 克,车前子(或冬葵子)10 克,茯苓 15—30 克。高丽参用开水半碗,隔水炖半小时,其他药物用水 600 毫升煎至八成。去渣,冲入高丽参,1 次服下。**乳糜尿、乳糜血尿:**人参、白术、茯苓各 9 克,甘草、远志各 6 克,水煎,约取药液 100 毫升温服。**体虚贫血:**人参 15 克,鹿茸 3 克,瘦猪肉 100 克,瘦肉先炖 30 分钟后入人参、鹿茸再炖 15 分钟,饮汤食人参、鹿茸、瘦猪肉;或人参、制附子各 10 克,先将附子煎 30 分钟,后下人参,水煎 1 小

碗，顿服。牙龈出血属虚火者：人参、玄参各 6 克水煎服。虚脱：人参、制附子各 10 克。附子先煎 30 分钟，后下人参，煎取 1 小碗顿服。暑天出汗过多，肢体倦怠、眩晕：人参 6 克，麦冬 9 克，甘草 3 克水煎服。低血压：人参、炙甘草各 10 克，黄芪 50 克，炙升麻 12 克（阴虚者加麦门冬 15 克，五味子 6 克；阳虚者加炮附子 10 克），每日 1 剂，水煎服。脾胃虚寒，胃冷痛：人参 5 克，砂仁 3 克。水煎服，每日 1 剂；或人参 5 克，石榴皮 20 克。水煎服，每日 1 剂。脾胃气虚，不思饮食，面色萎白，体倦无力：人参 12 克，白术、茯苓各 9 克，甘草 4.5 克，水煎服。病后虚弱、反胃吐酸：人参 5 克研末，生姜 15 克榨汁，与糯米 60 克共煮稀粥，空腹服。阳虚气喘、自汗、盗汗、气短头晕：人参 15 克，熟附子 30 克，分为 4 份，每份加生姜 10 片，水煎服。前列腺肥大：红参 25 克，泽泻 50 克，水煎服，每日 1 剂。产后体虚：人参 6 克，冰糖适量，同煮 10 分钟即可饮用。

2. 金线莲

金线莲又名金线兰、金蚕、金石松、金不换、什鸡单、金线屈腰、金线蕨龙、少年红等，为兰科多年生草本植物花叶开唇蓝的干燥全草，株高 8—20 厘米。

金线莲以全草入药，性平，味甘，入肺、肝、脾、肾经，具有滋补强壮，消炎解毒，凉血固肺，平肝固肾，强心镇痛，祛风利湿，开中气，降血压，降血糖等功效，民间常用于小儿高热不退、惊风、高血压、糖尿病、肺炎、百日咳、风湿性关节炎、类风湿性关节炎、肝炎、肾炎、性病、乳糜尿、妇女白带、遗精、腹痛、支气管炎、内外伤出血、毒蛇咬伤及重症肌无力、肿瘤、中风等多种病症，药效学及初步临床观察表



附图 金线莲 (*Anoectochilus roxburghii*)

明,金线莲具有镇静、镇痛、解热、消炎、强心、降糖作用。

金线莲一般用量为煎服鲜草 10—30 克,干品 1—3 克,偏寒者加酒炖,偏热者加冰糖;外用适量,鲜草捣烂,干品研末涂敷。

用于小儿急惊风:金线莲 3—9 克,八角莲 3 克,水煎服;或金线莲 3 克水煎服。小儿昔哭:金线莲、甘杏、川贝、西牛皮各 3 克,加冰糖煎服。小儿退烧:金线莲 3—5 克,炖服或绞汁服用。小儿发育不良:鲜金线莲 10—15 克,炖猪胰,每日一剂,连服 7 日。孕妇产后儿枕痛:(血母痛):鲜金线莲 40 克,加酒水煎服,速效。衄血:金线莲、一点广、白茅根各 30 克,冰糖适量,水煎服。糖尿病:鲜金线莲 50 克,水煎分 2 次服,连服 4—10 天。急性肝炎:鲜金线莲 40 克,虎杖、黄栀子各 20 克,黄花菜 150 克,水煎作茶饮;或鲜金线莲、冰糖各 50 克,水煎服,每日 1 剂。慢性肝炎:鲜金线莲 20 克,赤麻芝、印度罗勒、山苳麻各 40 克,水煎服。高血压:鲜金线莲 20 克,野山楂根茎 80 克,水煎服;或金线莲全草 3—5 株,加水 2 碗,冰糖适量,水煎一碗代茶饮用,连服 3—4 次即可降压。心血不眠:鲜金线莲、扁柏叶、藏竹茹各 40 克,黄栀子 20 克,水煎服。肾炎、膀胱炎:金线莲 6 克,酌加冰糖,炖服。胰脏炎疼痛:金线莲、栀子、金锁匙各 16 克,六月雪、淡竹叶、球根各 8 克,水煎服。咳嗽有痰或痰中带血:鲜金线莲 20 克,扁柏叶、红竹叶、牛乳房根茎各 40 克,冰糖适量,水煎服。风湿性及类风湿性关节炎:金线莲全草 30 克,猪肉(去骨)125 克炖熟,加黄酒适量,每天服 1—2 次,分 2 天服完;或金线莲 15—20 克,鸡 1 只(或蛋 2 个),偏寒者加酒炖,偏热者加冰糖炖,饮汤食鸡或蛋,渣外擦痛处。风气膝痛:金线莲 6 克,老母鸡一只,黄酒半斤,炖服。血淋、血带:金线莲研末,每次 1—2 克,每日 2 次,黄酒调服。重症肌无力:金线莲 3 克,水煎服,每日 2 次,服用一个月。毒蛇咬伤:鲜金线莲 3—6 克。冷开水洗净,捣烂,开水送下,另用鲜草捣烂外敷;或鲜金线莲全草 15 克,水煎服,另取鲜全草和白糖适量捣烂敷伤处。吐血:金线莲、一点广各 16 克,冰糖适量,水煎服。肺结核:金线莲 25 克,炖瘦猪肉。胸痛、肺炎:金线莲、白兔