

A circular collage of various natural products, including herbs, fruits, flowers, and animal parts, representing traditional Chinese medicine ingredients. The collage is set against a dark blue background. The ingredients shown include: a dandelion seed head, a branch with red berries, a bunch of green leafy herbs, a pomegranate, several brown pitted fruits (possibly loquats), aloe vera leaves, small purple berries, a white lotus flower, a piece of deer antler, a snake, a bowl of dark seeds, a bunch of orange fruits, red roses, and a yellow lily flower. The text 'ANG YONG' is visible in the top left corner of the collage area.

主编 刘强

药食两用中药 应用手册

中国医药科技出版社

药食两用中药应用手册

主 编 刘 强

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书分三个部分,第一部分为中药使用方面的基本知识,第二部分为常用药食两用中药的实际应用知识,第三部分为索引。本书精选 170 多种药食两用中药,介绍这些中药的来源、品种、性状及选购、贮存常识、性味功效、化学成分、药理作用、临床应用、用法用量、应用注意、单验方、食疗及药膳。为方便读者查阅,书后附索引,读者可以根据药材的功能和主治(适应证)及疾病名称快速查找书中的条目。本书内容丰富,系统实用,对普及药食两用中药保健知识,帮助读者识别、选购、应用中药有参考价值。本书可供中药及保健品研发人员、基层中医药工作者及中医药爱好者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

药食两用中药应用手册/刘强主编. —北京:中国医药科技出版社, 2006. 12

ISBN 7 - 5067 - 3349 - 8

I. 药... II. 刘... III. ①中草药—基本知识—手册②食物疗法—基本知识—手册 IV. ①R282 - 62②R247. 1 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 136280 号

美术编辑 陈君杞

责任校对 张学军

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 010 - 62244206

网址 www.cspyp.cn www.mpsky.com.cn

规格 787 × 1092mm ¹/₁₆

印张 32¹/₂

字数 756 千字

印数 1—3000

版次 2006 年 12 月第 1 版

印次 2006 年 12 月第 1 次印刷

印刷 北京昌平百善印刷厂印刷

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 7 - 5067 - 3349 - 8/R · 2778

定价 49.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编委会名单

主 编 刘 强

副主编 陈兴兴 张 璐 喻 毅

编 委 (按姓氏笔画为序)

文 戈	刘传明	刘杰鹏	刘 莉
孙学刚	朱成全	朱红霞	朱石莲
江莉华	吴艳萍	张洁琼	李建军
杜志敏	杨响光	陈秀华	易延遼
赵益业	徐天生	梁锐明	赖庆水
蔡 宇	谭永强	戴开金	

前 言

中医药是中华民族的瑰宝，数千年来为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大贡献。中医药文化源远流长，博大精深。药食同源是中国的传统特色。从“神农尝百草”开始，就有“药食同源”之说。《内经》记载“大毒治病，十去其六；常毒治病，十去其七；小毒治病，十去其八；无毒治病，十去其九；谷肉果菜，食养尽之，无使过之，伤其正也”，这可称为最早的食疗原则。张从正明确提出过：“养生当论食补，治病当考药攻”及“药补不如食补”的理论。“药食同源”理论认为：许多食物既是食物也是药物，食物和药物一样能够防治疾病。药为食用更是老百姓家庭保健的常用手段，药茶、药粥、羹汤、糕点等丰富多彩的食疗药膳，正在人们回归自然的风潮中，在自我保健中得到更广泛的应用。

本书内容分为三部分，一是在第一部分，简单介绍了中药的基本知识；第二部分，根据卫生部公布的药食两用品种，介绍了170多种药食两用中药的来源、品种、选购及贮存常识、性味功效、化学成分、药理作用、临床应用、用法用量、应用注意、单验方、食疗及药膳；第三部分索引，对同一功能与同一主治的中药及食疗方进行了索引，以方便读者应用。

本书着重于中药的保健性，在单验方及食疗药膳的选取上突出了简易、实用、可操作性强、疗效可靠，同时又注重全面性及资料性，对药食两用中药的应用知识进行了系统整理，使其成为可供专业人士查阅的工具书。本书内容通俗易懂，可以帮助各层次读者通过阅读本书提高辨识、选择、应用中药的能力。当然，中药可用但不可盲用，还是要遵循临床医师的指导。衷心希望本书能在普及药食两用中药应用知识方面起到微薄作用。

编 者

2006年4月

目 录

第一部分 中药基本知识.....	(1)
1. 什么是中药	(1)
2. 为什么中药煎煮前要用水浸泡	(1)
3. 煎煮中药应选用哪种器皿	(1)
4. 为什么不能用铁锅、铜锅、铝锅煎药	(1)
5. 用哪一种水煎煮中药才合适	(2)
6. 煎药时加水量如何掌握	(2)
7. 如何正确掌握煎药火候	(2)
8. 什么是“文火”? 哪些中药需要用文火煎煮	(2)
9. 什么是“武火”? 哪些中药需要用武火煎煮	(3)
10. 哪些中药要“后下”	(3)
11. 哪些中药要“先煎”	(3)
12. 哪些中药要“包煎”	(3)
13. 哪些中药宜“冲服”, 不宜“入煎”	(4)
14. 中药应煎煮几次	(4)
15. 中药应该煎煮多长时间	(4)
16. 为什么有些中药必须“烊化”	(4)
17. 服中药可以加糖吗	(4)
18. 服中药恶心呕吐怎么办	(5)
19. 月经期应慎服什么中药	(5)
20. 女性怀孕时应禁服哪些中药	(5)
21. 哺乳期女性服中药应注意什么	(6)
22. 老年人服中药应注意什么	(6)
23. 中药有毒副作用吗	(6)
24. 什么是中药的性能	(6)
25. 中药是如何配伍应用的	(7)
26. 什么是“十八反”和“十九畏”	(7)
27. 如何选购中药	(7)
28. 中药该如何保存	(8)
29. 中药用量应如何掌握	(8)
30. 服中药期间有何忌口	(8)

31. 中药会引起过敏反应吗	(9)
32. 什么是食疗中药	(9)
33. 什么是药膳	(9)
34. 药膳有什么特点	(9)
35. 应用药膳时有什么原则	(10)
36. 食药膳要看体质吗	(10)
37. 卫生部公布的药食同源中药有哪些	(10)

第二部分 药食两用中药应用知识

第一章 果实、种子类

001 八角茴香	(12)	029 麦芽	(80)
002 刀豆	(13)	030 枣	(82)
003 女贞子	(16)	031 罗汉果	(85)
004 小茴香	(18)	032 郁李仁	(89)
005 山茱萸	(21)	033 金荞麦	(90)
006 山楂	(22)	034 金樱子	(92)
007 乌梅	(26)	035 青果	(93)
008 五味子	(28)	036 枳壳	(95)
009 木瓜	(32)	037 枳实	(96)
010 火麻仁	(36)	038 枳椇子	(97)
011 牛蒡子	(37)	039 枸杞	(99)
012 车前子	(38)	040 柏子仁	(103)
013 白豆蔻	(43)	041 栀子	(104)
014 白果	(45)	042 砂仁	(106)
015 白扁豆	(47)	043 胖大海	(111)
016 龙眼肉	(50)	044 胡芦巴	(112)
017 决明子	(53)	045 韭菜子	(113)
018 肉豆蔻	(56)	046 香橼	(116)
019 余甘子	(58)	047 桃仁	(117)
020 佛手	(59)	048 桑椹	(121)
021 吴茱萸	(62)	049 橘红	(124)
022 杏仁	(63)	050 益智仁	(125)
023 沙苑子	(66)	051 莱菔子	(127)
024 芡实	(67)	052 莲子	(129)
025 花椒	(71)	053 菟丝子	(136)
026 补骨脂	(74)	054 黄芥子	(138)
027 诃子	(76)	055 紫苏子	(139)
028 赤小豆	(78)	056 芝麻	(140)

057 槐实	(143)	060 酸枣仁	(148)
058 蒺藜	(145)	061 薏苡仁	(150)
059 榧子	(147)	062 覆盆子	(153)
第二章 根与根茎类	(155)		
063 人参	(155)	089 当归	(230)
064 三七	(161)	090 百合	(232)
065 土茯苓	(164)	091 西洋参	(237)
066 大黄	(166)	092 何首乌	(240)
067 山药	(169)	093 怀牛膝	(245)
068 川牛膝	(173)	094 苍术	(247)
069 川贝母	(174)	095 赤芍	(248)
070 川芎	(178)	096 麦门冬	(250)
071 丹参	(181)	097 刺五加	(253)
072 升麻	(186)	098 泽泻	(254)
073 天门冬	(188)	099 知母	(256)
074 天麻	(189)	100 干姜	(258)
075 太子参	(194)	101 姜黄	(263)
076 巴戟天	(197)	102 茜草	(264)
077 木香	(199)	103 萆薢	(265)
078 北沙参	(201)	104 香附	(267)
079 玄参	(203)	105 骨碎补	(269)
080 玉竹	(204)	106 党参	(270)
081 甘草	(207)	107 桔梗	(274)
082 地黄	(209)	108 浙贝母	(277)
083 白术	(214)	109 高良姜	(279)
084 白芍	(217)	110 黄芪	(280)
085 白及	(218)	111 黄精	(285)
086 白芷	(221)	112 葛根	(288)
087 白茅根	(224)	113 薤白	(290)
088 石斛	(228)		
第三章 花叶类	(293)		
114 丁香	(293)	121 桑叶	(310)
115 人参叶	(295)	122 荷叶	(312)
116 红花	(296)	123 淡竹叶	(315)
117 侧柏叶	(299)	124 菊花	(317)
118 玫瑰花	(300)	125 野菊花	(323)
119 苦丁茶	(303)	126 银杏叶	(325)
120 金银花	(304)	127 番泻叶	(325)

128 槐花	(326)	130 墨旱莲	(330)
129 蒲黄	(328)		
第四章 全草类	(333)		
131 大蓟	(333)	140 香薷	(350)
132 小蓟	(335)	141 益母草	(351)
133 马齿苋	(337)	142 淫羊藿	(354)
134 木贼	(340)	143 菊苣	(357)
135 佩兰	(341)	144 紫苏	(358)
136 泽兰	(342)	145 蒲公英	(360)
137 罗布麻	(343)	146 薄荷	(363)
138 鱼腥草	(345)	147 藿香	(366)
139 绞股蓝	(348)		
第五章 茎木皮类	(369)		
148 五加皮	(369)	154 厚朴	(383)
149 地骨皮	(370)	155 首乌藤	(386)
150 肉桂	(371)	156 桑白皮	(387)
151 杜仲	(375)	157 桑枝	(389)
152 牡丹皮	(379)	158 橘皮	(390)
153 青皮	(381)		
第六章 动物类	(395)		
159 鹿茸	(395)	165 龟甲	(412)
160 乌梢蛇	(399)	166 珍珠	(417)
161 石决明	(401)	167 蛤蚧	(420)
162 牡蛎	(403)	168 蜂蜜	(421)
163 阿胶	(407)	169 鳖甲	(425)
164 鸡内金	(410)		
第七章 其他类	(430)		
170 竹茹	(430)	173 茯苓	(434)
171 芦荟	(431)	174 淡豆豉	(438)
172 昆布	(432)		
索引	(440)		
索引 1 功能索引	(440)		
索引 2 主治(适应证)索引	(463)		
参考文献	(507)		

第一部分 中药基本知识

1. 什么是中药

中药是以传统中医理论为基础，用于防治疾病的植物、动物、矿物及其加工品，不论产于中国还是其他国家均称中药。中药有着独特的理论体系和应用形式，充分反映了我国自然资源及历史、文化等方面的特点。中药过去又称为“官药”。自清末西药输入中国以来，为了表示区别，人们则将中国传统的医生与药物称之为“中医”与“中药”。

《神农本草经》记载 365 种中药，李时珍《本草纲目》中药增至 1892 种。现今收载中药最多的是我国 20 世纪 90 年代出版的《中药辞海》，总计收录 7871 种中药。

2. 为什么中药煎煮前要用水浸泡

目前的中药饮片，大都是加工炮制品。这些干燥药材若不先用清水浸泡而直接以急火煎煮，会造成中药材里有效成分不易溶出。一些植物类中药材，在煎煮之前应用清水浸泡一段时间，使药材软化，细胞膨胀，有效成分逐渐溶解进入水中。这样再进行煎煮，随着水温逐渐升高，细胞进一步膨胀、破裂，药材的有效成分就能更快、更完全地溶解在药液中，提高汤剂的疗效。

需要特殊处理的药物，如阿胶、鹿角胶、龟板胶、麝香、冰片等，则不必浸泡，按其特殊要求处理。

3. 煎煮中药应选用哪种器皿

煎煮中药，历代医家都强调应选用陶瓷器皿中的“砂锅”或“瓦罐”。陶瓷器皿具有传热和缓均匀且耐高热的优点，药物在器皿内可以充分受热而溶出有效成分。另外砂锅或瓦罐由硅酸盐材料烧制而成，在中药汤剂高温煎煮过程的复杂化学反应中，不会影响药物成分的合成与分解，确保药剂煎出质量稳定，药效更容易发挥。如果没有砂锅、瓦罐，可以选用白色的搪瓷器皿或不锈钢锅来煎煮中药。

4. 为什么不能用铁锅、铜锅、铝锅煎药

古人认为：“凡煎药最忌铜铁器，宜用银器、瓦罐。”原因是铁器、铝器、铜器的金属化学性质比较不稳定，在高温煎煮过程中，铜离子、铁离子、铝离子等可能与中药的有效成分发生化学反应，从而影响中药的疗效，甚至发生使服药者反胃、恶心、呕吐等。例如使用铁锅煎煮中药，很容易与大黄、何首乌、地榆、五倍子、白芍等药材所含的鞣质、苷类等成分起化学反应，使中药汤剂变黑变绿，药味又涩又腥。

银器锅金属性质稳定，但价格昂贵，一般较少使用。

5. 用哪一种水煎煮中药才合适

一般认为煎药用水以洁净为原则，如新鲜的自来水、清洁无杂质的山泉水、蒸馏水皆可。严重污染的河水、井水及矿物质含量颇高的地下水，或者反复煎煮、放置热水瓶内较长时间的水等皆不适合用来煎煮中药。

6. 煎药时加水量如何掌握

煎中药添加水量适当与否，直接关系到治疗效果。加水过少，药物的有效成分不易溶出；加水太多，则煎煮时间势必延长，并且可能破坏一些药物成分。李时珍说：“剂多水少，则药味不出，剂少水多，又煎耗药力。”

一般来说，头煎加水量以对药材适当加压后没过药面2~3厘米为宜。对于一些吸水性弱的矿物、贝壳类药材，及芳香解表剂、攻下药剂等，不宜多加，以淹没药材为度。吸水性较好的药材（茯苓、山药）及植物花、叶类等，应适量多加些水。质地坚硬、黏稠，需要久煎的药材（龟板、黄芪），及滋补调理药剂（六味地黄汤）等，因煎药时间延长，所以必须多添加水量。

第二煎加水只要浸没药材饮片即可。

7. 如何正确掌握煎药火候

“火候”即指煎中药时火力的大小与火势的急慢。正确掌握火候对保持中药的疗效很重要。

中医将煎药的火候，分为“武火”与“文火”两种。火候的控制，主要取决于不同药物的性味与质地。通常以“先武后文”为原则，即水沸前先采用武火，使药汤很快沸腾，然后改用文火，保持汤剂微沸状态，减少水分蒸发，以免太快熬干或药液溢出锅外，并有益于有效成分的煎出。在煎药过程中，人不可离开，应随时监控火候，并用筷子搅拌一二次。

8. 什么是“文火”？哪些中药需要用文火煎煮

“文火”俗称小火或慢火，因其火力较弱，具有能使煎锅内外温度上升缓慢，防止药气快速蒸发的优点。中医素有“久煎取其熟而停留”的理论，文火久煎能提高有效成分的煎出率。

煎药除了“先武后文”的煎煮法需要用到文火煎煮外，常用的补益药材（如党参、黄芪、茯苓、山药、扁豆、大枣、五味子、补骨脂、巴戟天、杜仲、仙茅、山茱萸、生地、熟地、莲子等），质地较硬的中药饮片（如川贝母、郁金、莪术、川楝子、附子等），矿石、贝壳类的药物（如石膏、阳起石、珍珠母、牡蛎等），也皆需以文火慢煎，才能发挥药效。

9. 什么是“武火”? 哪些中药需要用武火煎煮

“武火”俗称大火或急火,火力较猛,能使煎锅内外温度急速上升,缩短煎药时间,但也有容易使药溢出煎锅的缺点。

通常,治疗伤风感冒常采用的发散解表药材(如麻黄、桂枝、银花、连翘、薄荷等),通便攻下的泻药(如大黄、槟榔等),及其他各种含有挥发性物质的药材,都需要用武火急煎取其药气。

中医素有“急煎取其生而疏荡”之说,即中药如果煎煮时间太长,或内含挥发性成分随水蒸气扩散太过,不仅会破坏一些有效成分,也会降低应有的疗效。

10. 哪些中药要“后下”

“后下”就是在其他药物即将煎煮好、取液之前的3~5分钟,把要后下的药材一次入锅搅拌,煎取有效成分。一般有芳香性含挥发油的药材,如桂枝、薄荷、佩兰、白蔻仁、砂仁、肉桂、沉香等,有效成分容易随水蒸气扩散掉,故亦后下。

有些中药材的有效成分能迅速溶解在水中,如钩藤、大黄、番泻叶、青蒿、徐长卿等,这类药如果久煎,其化学成分可能发生变化,也应后下。

11. 哪些中药要“先煎”

“先煎”,是指这类药材要比其他药物多煮一些时间,然后才放入其他药材同煎取汁。

一般含有毒性成分的药材,如川乌、草乌、生南星、生半夏等,必须久煎才能降低、缓解药物毒性,并且有利于有效成分煎出。有些矿石、贝壳类材料,如石决明、牡蛎、玳瑁、鳖甲、龟板、珍珠母、水牛角等,由于质地坚硬,又含有钙盐、胶质、蛋白质、氨基酸等,而且这些重要成分皆分布在药材组织的间隙,必须久煎熬取有效成分,否则应有的疗效将会降低。

先煎的药材最少必须先煎30分钟,然后再加入其他药材。

12. 哪些中药要“包煎”

“包煎”,即用纱布或薄白布袋将药物包裹后,再与其他药材一起放入药锅煎煮的特殊方法。

有些体积小、质量又轻的药材,如菟丝子、车前子、葶苈子、海金沙、蒲黄、百草霜等,因颗粒细小、质轻,若不包煎,难以沉入锅底,而悬浮于汤液表面,煮沸时会溢过煎锅,煎煮完毕后,也难以过滤药汁。

有些动植物药材因含有特殊的绒毛或其他杂物,如不包煎,服用时会刺激咽喉及消化道,引起恶心、呕吐等,如旋覆花、枇杷叶等。旋覆花为头状花序,含有许多白色冠毛;枇杷叶背后有棕色细毛,这些物质在煎煮过程中,很容易脱落而混入汤液里,服用后造成不良反应。

有些药材含黏液质、胶质,如白粳米、葶苈子、车前子等,若不包煎而直接混入汤剂煎煮,不仅容易造成药汁糊浆化,也易粘锅底,影响煎毕取汁的工作。

此外，如夜明砂、晚蚕砂、赤石脂、白石脂、淡秋石、飞滑石、灶心土及六一散、鸡苏散、碧玉散等或许会含有泥砂等其他异物、杂碎，如不包煎，往往遇水则糊，使药液混浊，影响汤剂质量。

13. 哪些中药宜“冲服”，不宜“入煎”

一般较为贵重、用量不多的中药，不必经由煎煮，可以直接研粉，以温开水送服。如人参粉、羚羊角粉、珍珠粉、鹿茸粉、西洋参粉、三七粉、牛黄粉等。

有些药物是流质液体，不必煎熬，如竹沥、鲜藕汁、米酒、生姜汁、生梨汁等，还有新鲜果实、根茎、青草类药材的天然榨汁，用煎好的药汁冲入混合服用即可。另外芒硝，因其喻水速溶，也可选用上述方法冲服。

14. 中药应煎煮几次

一般中药汤剂应煎2次。许多滋补药材，如鹿角、鳖甲、龟板、黄芪、石斛、当归等，厚实坚硬，滋腻难化，又含丰富的营养物质，可以考虑煎3次，尽量将药物中的有效成分煎出。

15. 中药应该煎煮多长时间

中药的煎煮时间应根据药材的性质和所主治病证而定。一般来说，解表药、攻下药、芳香药等煎煮时间宜短；补益药、矿石药、贝壳类及有毒之药品等，煎煮时间宜长。

煎煮时间无特殊要求的药剂，头煎从沸腾后再煎煮30分钟，二煎沸后再煎20分钟。

治疗四季外感风寒、风热等药剂的煎药时间宜短。头煎沸再煎煮8~10分钟，二煎沸后再煮5分钟。

凡治人体虚损疾病，用以补益气血阴阳不足的药剂，煎煮时间需长些。头煎从沸腾后再煎60分钟，二煎沸后再煎30分钟。

16. 为什么有些中药必须“烊化”

“烊化”是指将药物另外加适量开水加温溶化后，再倒入已去渣澄清的药汁中和匀服用。如阿胶、鹿角胶、龟板胶、鳖甲胶等。由于其大多含有氨基酸与蛋白质等成分，在常温下皆成固体状态，以开水加温就能轻易溶化。

17. 服中药可以加糖吗

有些人为了减轻药的苦味，喜欢加点糖，尤其是当小孩拒绝服用的时候，加糖的情况更是普遍。其实加糖轻者会降低药剂疗效，重者还会产生不良反应。

每剂方剂的组成药物，其“药味”皆有酸、苦、甘、辛、咸之不同，“药性”也有寒、热、温、凉之差异。蔗糖，中医也把它当作一味药，有具体的药性及疗效，如白糖性凉、红糖性温，有润肺和中、补脾缓肝的功效，可用来治疗肺燥咳嗽、口干舌燥、中（中焦）虚脘（胃）痛的病证。不过处方时也有它的禁忌，例如有痰者不宜服，而且多食则助热损齿、生虫（蛀牙）等。因此临床上，患者兼有腹胀中满、湿热留恋（停滞体内）、痰湿内

阻（痰积聚体内）、舌苔厚腻等症情，服药时一般是严禁加糖，以避免不良反应。

如把白糖加入温热药剂中，或把红糖加入寒凉药剂中，都会缓解药性，阻碍药效的充分吸收，影响疗效。所以未经医生许可，最好不要在中药汤剂中加糖调味。

18. 服中药恶心呕吐怎么办

一般最容易令患者呕吐的诱因是中药的浓烈苦异味。有些患者未服药，只是稍稍嗅闻到煎药时的“药气”，就会想吐，因此在煎药时，尽量与患者隔离，以免浓烈药味对其嗅觉产生刺激。另外可把煎出的药汁置放稍凉后，采取“少而频”的服法服下，切忌大口热饮，这样极易造成胃逆而导致呕吐。

19. 月经期应慎服什么中药

月经期是女性身体较虚弱及易生病变时期。因此，中医妇科乃在月经时期规范禁（慎）用下列三类药物。

（1）活血祛瘀药 如荆三棱、莪术、水蛭、虻虫、土鳖虫、桃仁、红花、五灵脂等，临床上主要用治疗癥瘕积聚（肿瘤）、跌打损伤及血瘀阻滞的妇女痛经、经闭等症。一般妇女月经期间，其下焦盆腔（子宫外围）充血、胞宫（子宫）经血下行、血室开放，若再服用上述活血破瘀之品，会促进血液畅行，导致经血流窜、月经不止的严重后果，因此应当慎用。

（2）止血药 止血药具有制止人体内外各种出血的作用，可用在吐血、衄血（流鼻血）、便血、尿血、崩漏（血崩）、及外伤出血等。临床常用的止血药，如三七、白及、茜草、仙鹤草、棕榈炭、藕节、血余炭、蒲黄、艾叶、大小蓟等，大都具有缩短出血、凝血时间的功效。月经期如果服用这类药物，可能会导致经期缩短、瘀血内停、血蓄胞宫，亦不利新血的化生，阻碍血液正常运行，所以应慎用。

（3）温燥苦寒药 温燥药如附子、肉桂、桂枝、细辛等，容易耗伤阴血、热迫经血窜流；苦寒药如黄连、黄芩、黄柏、知母、石膏等，易致寒邪凝血，经行不滞（月经量稀少）等诸种病害，因而除非配伍得当，否则也必须谨慎使用。

20. 女性怀孕时应禁服哪些中药

妇女受孕以后，精血聚于胞中（子宫）以养胎元，服药首先应考虑到胎儿的安全，对一些会导致胎儿畸形及易引发子宫异常收缩、造成早产的药物，皆在严禁之列。妊娠禁忌的药物，其毒性、药效均有强弱之区分，服用后对母体及胎儿影响程度也有差别，目前临床上习惯把它们分为“禁用”及“慎用”二类。

（1）禁用药物 剧毒或药性峻猛的，如水银、砒霜、雄黄、胆矾、皂矾、斑蝥、蟾酥、麝香、水蛭、虻虫、廑虫、马钱子、藜芦、瓜蒂、干漆、甘遂、大戟、芫花、巴豆、千金子、商陆、川乌、草乌、番泻叶、芦荟、三棱、莪术、桃仁等。

（2）慎用药物 包括通经祛瘀、行气破滞，以及辛热、滑利之品，如肉桂、牡丹皮、苏木、大黄、木通、乳香、没药、五灵脂、王不留行、枳实、枳壳、附子、牛膝等。

21. 哺乳期女性服中药应注意什么

中药在人体内有一定的吸收利用及代谢过程。哺乳期妇女假如服用不宜用的苦寒泻下、峻下逐水、重镇安神及其他含毒性的药物时，所分泌的乳汁中常会含有被代谢的药物成分。这些具有活性的成分常常在婴儿吸吮乳汁时，被婴儿吃进体内。当这些药物的成分经由婴儿的消化系统再吸收、消化时，婴儿就容易出现腹泻、呕吐、嗜睡、神志昏迷及其他类似中毒的症状。哺乳期妇女最好禁服上述诸种药物。必须用这类药物时，可在服药期间暂停哺乳。

22. 老年人服中药应注意什么

老年人气血虚弱，脏腑功能低下，用药原则、服药方法和剂量上都应细心斟酌，以适应其特殊的体质。

(1) 用药以缓和为原则。对年长患者，处方用药必须遵照“扶正固本”的原则。老年人由于脾胃偏虚，运化功能弱，对补品的吸收能力以也差，大多应缓缓调补，不宜重剂峻补，另外攻泻、剧毒之剂更应该尽可能避免。

(2) 药液宜少量分服。老人脾胃功能减弱，对药物吸收及代谢也较为缓慢，一般皆宜少量服用，或将服药间隔时间适度延长。

23. 中药有毒副作用吗

中药的副作用，是指在常用剂量时所出现的与治疗需要无关的不适反应。不过这种不适反应一般是比较轻微的，对人的身体是不会有太大危害的，停药以后是可以消失的。

中药的毒性反应是在用药后出现的引起机体损害的反应，而这种反应与副作用不相同，它对身体危害是较大的，甚至可能危及生命。其发生原因往往是因为用药剂量过大或用药时间过长而引起的，不过这也与体质因素有着密切的关系。为了确保用药安全，一定要对中药的毒性有一定的了解，掌握中药中毒的解救方法和预防措施。

24. 什么是中药的性能

中药的性能是中药作用的基本性质和特征的高度概括，而这种概括是中药理论的核心内容，它包括了四气、五味、归经、升降浮沉、毒性等。

四气：是指在长期医疗实践中观察总结出来的寒、热、温、凉4种不同的药性。

五味：指酸、苦、甘、辛、咸5种味道。药物的味不同，作用就不同。

归经：是指药物的选择性作用，也是中药的用药规律。临床用药时，首先要审清病变所在的脏腑经络，然后再选用相应的药物进行治疗。

升降浮沉：是药物在治疗作用中的趋向。升浮药物，主向上向外，沉降的药物，主向下向内。

配伍：是指根据病情的需要和药物性能，有选择地把两种以上的药物配合在一起应用。配伍的恰当与否，直接影响疗效。

25. 中药是如何配伍应用的

中药的配伍是指有目的地按照病情的需要和药性的特点，有选择地将两味或两味以上中药配合起来使用，使其达到最佳的疗效。而前人把这种药与药之间的配伍关系称为中药的“七情”。这种提法最早见于《神农本草经》：药……有单行者，有相须者，有相使者，有相畏者，有相恶者，有相反者，有相杀者。凡此七情，合和视之。

单行：就是指应用单味中药治疗某些疾病。

相须：即性能功效相类似的药物配合应用，可以增强其原有疗效。如石膏与知母配合，能明显地增强清热泻火的治疗效果；大黄与芒硝配合，能明显地增强攻下泻热的治疗效果。

相使：即在性能功效方面有某种共性的药物配合应用，而以一种药物为主，另一种药物为辅，能提高主药物的疗效。如补气利水的黄芪与利水健脾的茯苓配合时，茯苓能提高黄芪补气利水的治疗效果；清热泻火的黄芩与攻下泻热的大黄配合时，大黄能提高黄芩清热泻火的治疗效果。

相畏：即一种药物的毒性反应或副作用，能被另一种药物减轻或消除。如生半夏和生南星的毒性能被生姜减轻和消除，所以说生半夏和生南星畏生姜。

相杀：即一种药物能减轻或消除另一种药物的毒性或副作用。如生姜能减轻或消除生半夏和生南星的毒性或副作用，所以说生姜杀生半夏和生南星的毒。由此可知，相畏、相杀实际上是同一配伍关系的两种提法，是药物间相互对待而言的。

相恶：即两种药物合用，一种药物与另一药物相作用而致原有功效降低，甚至丧失药效。如人参恶莱菔子，因莱菔子能削弱人参的补气作用。

相反：即两种药物合用，能产生毒性反应或副作用。如“十八反”、“十九畏”中的若干药物。

26. 什么是“十八反”和“十九畏”

十八反：甘草反甘遂、大戟、海藻、芫花；乌头反贝母、瓜蒌、半夏、白蔹、白及；藜芦反人参、沙参、丹参、玄参、细辛、芍药。

十九畏：硫黄畏朴硝，水银畏砒霜，狼毒畏密陀僧，巴豆畏牵牛，丁香畏郁金，川乌、草乌畏犀角，牙硝畏三棱，官桂畏石脂，人参畏五灵脂。

27. 如何选购中药

当选购中药的时候，首先要看的就是中药的洁净程度，最好选择没有杂质或异物的，或者说是少带杂质的。不过更重要的是不要有霉变或者腐烂，因为中药一旦发生霉变或者是腐烂，就严重影响其质量，甚至还会产生一些毒副作用，所以要多加注意。还有就是要注意中药的色、味纯正，选择外形美观质地饱满的。

中药的产地来源也直接影响药物的品质、药性及疗效，所以在购买中药的时候，最好询问其产地。选择具有良好信誉的药店购买所需要的中药，也是可以买到放心中药的。以大枣为例，大枣是以个大、色紫红、肉厚、光润无虫蛀者为佳，而个小、色淡红、肉薄或

有虫蛀者就不太好。枸杞子是以粒大、肉厚、种子少、色红、质柔软者为佳的，而粒小、肉薄、种子多、色灰红者质量较差，不宜选用。

28. 中药该如何保存

对于买回来的中药，应当妥善地保存起来，这样才能保证它的药效。在一般情况下应该将买回来的中药放在湿度较低的环境保存，如果家里有条件的话，也可将中药放在干燥的非铁器类的密封罐中保存，也可以将它们用塑料袋层层包裹起来，以隔绝空气保存。若是一些常用药，也可以将其制成小包装，以免所用药都受潮。若是长时间不用的药，可以将它们放入冰箱里保存。

29. 中药用量应如何掌握

中医用药治病，即使诊断明确、选药合理，但用药剂量不当也难获效。中医用药剂量可掌握以下几条原则。

(1) 急重症患者用药剂量应加大，轻症患者用药剂量应适当减轻。如果轻症患者下药过重，不但造成药力太过，还会伤及正气。

(2) 体质强壮者，对药物耐受性高，用药剂量可稍大。反之用量应酌减。

(3) 毒性大的药物，如乌头类（附子、川乌、草乌等）、马钱子、巴豆等，其性极毒，使用时应从小剂量开始，随病情变化而增减，无毒的中药用量可稍大些。

(4) 女性用药剂量一般比男性小些。如果女性处于月经、怀孕和哺乳期，还应特别注意掌握用药品种和剂量。

(5) 年龄不同，用药有区别。一般1岁以内的婴儿可用成人量的1/4或更少一些；2~5岁可用成人量的1/3；5~10岁可用成人量的1/2；10岁以上儿童可用成人量的2/3。60岁以上老年人可用成人量的1/2~3/4。

(6) 主药用量宜重，辅药用量宜轻。小承气汤和厚朴三物汤都是由大黄、厚朴、枳实组成，但小承气汤重用大黄主攻下，厚朴三物汤重用厚朴主利气。同样都是3味药，因主药用量不同而用途亦不同。

(7) 鲜药用量应比干药用量多；质轻易煎出药物有效成分的，如花、叶之类，用量宜少。而质重不易煎出药物有效成分的，如矿石、贝壳之类，用量则宜重。

30. 服中药期间有何忌口

忌口是指在服中药期间对某些食物的禁忌，主要有如下几点。

(1) 寒性病证，宜忌瓜果生冷。

(2) 热性病证，应忌椒姜辛辣油腻。

(3) 服用珍珠母、枣仁、贝母、半夏时，应忌饮茶，以免茶叶中的鞣质与之反应而降低药效。

(4) 服用人参、党参期间，应忌食萝卜、绿豆。因为两药药性、药效不同，会抵消其作用。

(5) 消化不良者，忌食油炸黏腻不易消化之物。